



TURAN
UNIVERSITY

**Ministry of Science and Higher Education
of the Republic of Kazakhstan**

**EURASIAN JOURNAL OF CURRENT
RESEARCH IN PSYCHOLOGY
AND PEDAGOGY**

Scientific journal

**ПСИХОЛОГИЯ ЖӘНЕ ПЕДАГОГИКА САЛАСЫНДАҒЫ
ЕУРАЗИЯЛЫҚ ӨЗЕКТІ ЗЕРТТЕУЛЕР ЖУРНАЛЫ**

Ғылыми журнал

**ЕВРАЗИЙСКИЙ ЖУРНАЛ АКТУАЛЬНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ
В ОБЛАСТИ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ**

Научный журнал



**No. 3(4)
2023
Almaty**

Certificate KZ81VPY00058517 dated 07.11.2022
Ministry of Information and Public Development of the Republic of Kazakhstan
Committee for Information

Owner: Establishment
Turan University

Released in December 2022.
once in quarter

EDITORIAL BOARD

Editor-in-Chief

Vasko Tatiana Pavlovna – PhD, Associate Professor, Turan University

Deputy Editor-in-Chief

Kasymzhanova Anargul Aliakparovna – Candidate of Psychological Sciences, Professor, Turan University

Responsible Editor

Kurmanbekova Manshuk Berkinovna – PhD, Associate Professor, Turan University

Editor

Zhappar Karlygash Zinilabidinovna – Candidate of Philological Sciences, PhD, Associate Professor, Turan University

Website Editor

Skuratova Irina Mihajlovna

Members of the editorial board

1. Garber Alena Igorevna – Doctor of Psychology, Professor, Germany, Leipzig
2. Natalia Khon – PhD, Turan University
3. Zhienbaeva Nadezhda Bisenovna – Doctor of Pedagogical Sciences, KazNPU named after Abai
4. Perlenbetov Mukhan Atenovich – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Kaynar University
5. Tapalova Olga Bisenovna – Candidate of Pedagogical Sciences, KazNPU named after Abai
6. Musikhina Elena Vladimirovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, UIB University
7. Topanova Gulmira Tuyakovna – Candidate of Pedagogical Sciences, KazNPU named after Abai
8. Kudaibergenova Sandugash Kansarovna – Candidate of Psychological Sciences, Al-Farabi Kazakh National University
9. Kabakova Maira Pobedovna – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Higher Attestation Commission, Al-Farabi Kazakh National University
10. Aimaganbetova Olga Khabizhanovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Al-Farabi Kazakh National University
11. Akhtaeva Nadiya Selikhanov – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Al-Farabi Kazakh National University
12. Sheryazdanova Khorlan Toktamysovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, KazNWTTU

Scientific editors of sections

1. Psychological and pedagogical research – Mun Maria Vladimirovna, PhD, Turan University
2. Clinical and special psychology – Asimov Marat Abubakrievich, Doctor of Medical Sciences, Professor, Turan University
3. Applied Psychology and Pedagogy – Gulzira Abdullayeva, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Turan University

Turan University owns the exclusive rights to reprint
certain materials, publish and use the journal commercially

© Turan University, 2023

Қазақстан Республикасының Ақпарат және қоғамдық даму министірлігі
Ақпарат комитетінің
07.11.2022 ж. KZ81VPY00058517 куәлігі

**Меншіктенуші: «Тұран»
Университеті» мекемесі**

**2022 ж. Желтоқсаннан бастап
тоқсанына бір рет шығады**

РЕДАКЦИЯЛЫҚ АЛҚА

Бас редактор

Васько Татьяна Павловна – PhD, «Тұран» университетінің қауымдастырылған профессоры

Бас редактордың орынбасары

Касымжанова Анаргүль Алиакпаровна – п.ғ.к., «Тұран» университетінің профессоры

Жауапты редактор

Курманбекова Маншук Беркиновна – PhD, «Тұран» университетінің қауымдастырылған профессоры

Редактор

Жаппар Қарлығаш Зинилабидиновна – ф.ғ.к., PhD, «Тұран» университетінің қауымдастырылған профессоры

Сайт редакторы

Скуратова Ирина Михайловна

Редакциялық алқа мүшелері

1. Гарбер Алена Игоревна – п.ғ.д., профессор, Германия, Лейпциг қ.
2. Хон Наталья Николаевна – PhD, «Тұран» университеті
3. Жиенбаева Үміт Бисенқызы – п.ғ.д., Абай атындағы ҚазҰПУ
4. Перленбетов Мухан Атенович – п.ғ.д., профессор, «Қайнар» университеті
5. Тапалова Ольга Бисеновна – п.ғ.к., Абай атындағы ҚазҰПУ
6. Мусихина Елена Владимировна – п.ғ.д., профессор, UIB университеті
7. Топанова Гүлмира Тұяқызы – п.ғ.к., Абай атындағы ҚазҰПУ
8. Кудайбергенова Сандугаш Кансаровна – п.ғ.к., әл-Фараби атындағы ҚазҰУ
9. Кабакова Майра Победовна – п.ғ.к., ЖАК доценті, әл-Фараби атындағы ҚазҰУ
10. Аймаганбетова Ольга Хабижановна – п.ғ.д., профессор, әл-Фараби атындағы ҚазҰУ
11. Ахтаева Надия Селихановна – п.ғ.д., профессор, әл-Фараби атындағы ҚазҰУ
12. Шерьязданова Хорлан Токтамысовна – п.ғ.д., профессор, КазНЖПУ

Секциялардың ғылыми редакторлары

1. Психологиялық-педагогикалық зерттеулер – Мун Мария Владимировна, п.ғ.к., «Тұран» университетінің қауымдастырылған профессоры
2. Клиникалық және арнайы психология – Асимов Марат Абубакриевич, мед.ғ.д., «Тұран» университетінің профессоры
3. Қолданбалы психология және педагогика – Абдуллаева Гульзира Олжабековна, п.ғ.к., «Тұран» университетінің қауымдастырылған профессоры

«Тұран» университетінің жеке материалдарды қайта басуға, журналды басып шығаруға
және коммерциялық пайдалануға айрықша құқығы бар

Свидетельство № KZ81VPY00058517 от 07.11.2022 г.
Министерство информации и общественного развития Республики Казахстан
Комитет информации

Собственник: учреждение
«Университет «Туран»

Выходит с декабря 2022 г.
один раз в квартал

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Главный редактор

Васько Татьяна Павловна – PhD, ассоциированный профессор, университет «Туран»

Зам. главного редактора

Касымжанова Анаргүль Алиакпаровна – к.пс.н., профессор, университет «Туран»

Ответственный редактор

Курманбекова Маншук Беркиновна – PhD, ассоциированный профессор, университет «Туран»

Редактор

Жаппар Карлыгаш Зинилабидиновна – к.ф.н., PhD, ассоциированный профессор, университет «Туран»

Редактор сайта

Скуратова Ирина Михайловна

Члены редакционной коллегии

1. Гарбер Алена Игоревна – д.пс.н., профессор, Германия, г. Лейпциг
2. Хон Наталья Николаевна – PhD, университет «Туран»
3. Жиенбаева Надежда Бисеновна – д.пс.н., КазНПУ им. Абая
4. Перленбетов Мухан Атенович – д.пс.н., профессор, университет «Кайнар»
5. Тапалова Ольга Бисеновна – к.пс.н., КазНПУ им. Абая
6. Мусихина Елена Владимировна – д.п.н., профессор, университет UIB
7. Топанова Гульмира Туяковна – к.пс.н., КазНПУ им. Абая
8. Кудайбергенова Сандугаш Кансаровна – к.пс.н., КазНУ им. аль-Фараби
9. Кабакова Майра Победовна – к.пс.н., доцент ВАК, КазНУ им. аль-Фараби
10. Аймаганбетова Ольга Хабижановна – д.пс.н., профессор, КазНУ им. аль-Фараби
11. Ахтаева Надия Селихановна – д.пс.н., профессор, КазНУ им. аль-Фараби
12. Шерьязданова Хорлан Токтамысовна – д.пс.н., профессор, КазНЖПУ

Научные редакторы секций

1. Психолого-педагогические исследования – Мун Мария Владимировна, к.пс.н., университет «Туран»
2. Клиническая и специальная психология – Асимов Марат Абубакриевич, д.мед.н., профессор, университет «Туран»
3. Прикладная психология и педагогика – Абдуллаева Гульзира Олжабековна, к.п.н., ассоциированный профессор, университет «Туран»

Университету «Туран» принадлежат исключительные права на перепечатку
отдельных материалов, издание и коммерческое использование журнала

© Университет «Туран», 2023

IN THE ISSUE

1 PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL RESEARCH

Yermentayeva A.R.

Psychological predictors of asubjectivity 7

Andriyanov Y., Duplyakin YE.B., Rogalyova L.N.

The relationship between psychological traits
and long-distance travel 15

2 CLINICAL AND SPECIAL PSYCHOLOGY

Amanova I., Amanova M.

The psychological readiness of the educators for inclusive education
at universities of Kazakhstan 21

Duisaliyeva G.M., Mun M.V.

The impact of classical music on a person's emotional states 30

3 APPLIED PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY

Mustafayeva L.Y., Shikhova O.M., Strelnikova S.V.

Eating disorders that lead to overweight
and obesity in women 40

НӨМІРДЕ. В НОМЕРЕ

**1 ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ-ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ЗЕРТТЕУЛЕР
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Ерментаева А.Р.

Бейсубъектіліктің психологиялық предикторлары 7

Андрьянов Я.А., Дуплякин Е.Б., Рогалева Л.Н.

Взаимосвязь между психологическими особенностями
и длительными путешествиями 15

**2 КЛИНИКАЛЫҚ ЖӘНЕ АРНАЙЫ ПСИХОЛОГИЯ
КЛИНИЧЕСКАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

Amanova I., Amanova M.

The psychological readiness of the educators for inclusive education
at universities of Kazakhstan 21

Дуйсалиева Г.М., Мун М.В.

Воздействие классической музыки на эмоциональные состояния человека 30

**3 ҚОЛДАНБАЛЫ ПСИХОЛОГИЯ ЖӘНЕ ПЕДАГОГИКА
ПРИКЛАДНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА**

Мустафаева Л.Ю., Шихова М., Стрельникова С.В.

Нарушения пищевого поведения, приводящие к избыточному весу
и ожирению у женщин 40

1 PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL RESEARCH

ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ-ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ЗЕРТТЕУЛЕР

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

FTAXP 15.01.11

ӘОЖ 159.99

<https://doi.org/10.46914/2959-3999-2023-1-3-7-14>**А.Р. ЕРМЕНТАЕВА,*¹**

пс.ғ.д., профессор.

*e-mail: a.ermentayeva@turana.edu.kz

ORCID ID 0000-0002-6860-384X

¹«Туран» университеті,

Алматы қ., Қазақстан

БЕЙСУБЪЕКТІЛІКТІҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ПРЕДИКТОРЛАРЫ**Андатпа**

Мақалада субъектілік психологиясы негізінде бейсубъектілік мәселесі метажүйелік тұрғыдан қарастырылған. Осыған байланысты психологиялық анықтауыштар, факторлар, интерпретациялық мазмұн жеке жүйешелер ретінде өзара байланысып, әрі өзгешеленіп, бейсубъектілік феномені түсіндіріледі. Теориялық талдау нәтижесінде субъектілік пен бейсубъектілік ұғымдарының интегралды тұлғалық құрылым екендігі көрсетілген. Сондай-ақ олардың полярлық сипаты анықталған. Бейсубъектілікті зерттеудің мүмкіндіктері ретінде негізгі жағымсыз тұлғалық сипаттар тағайындалған. Бейсубъектілік феноменологиясындағы клиникалық емес жағымсыз тұлғалық сипаттар, олардың көпжақтылығы басқа адамдарға ғана емес, тұлғаның өз өміріне, іс-әрекет пен қарым-қатынас салаларына зардапты ықпалы қорытылған. Бейсубъектіліктің барша психологиялық предикторлары тұлғаның жалпыланған диспозициялық сапаларымен сипатталған. Теориялық талдау бойынша бейсубъектіліктегі барлық симптомокомплексер өзара байланысты болатыны; онда тұлғаның арамзалығы, асқан цинизмге бейімділігі басты орынға ие болатыны тұжырымдалған. Бейсубъектілік феноменінің әлеуметті-психологиялық проблемалары субъектілік психология шегінде ғана шешіле алатыны дәйектелген. Теориялық зерттеу қорытындылары тұжырымдалып, осы өрістегі болашақ зерттеулердің нобайы ұсынылған. Бейсубъектіліктің психологиялық предикторларының концепциялануы клиникалық психикалық ауытқулардың алдын алуда, түзетуде теориялық-әдіснамалық негіз болады.

Тірек сөздер: бейсубъектілік, субъект, субъектілік, тұлға, көлеңкелі сипаттар, тұлғалық диспозиция.

Кіріспе

Біз қазір әлеуметтік, экономикалық және саяси жағдайлардың қарқынды өзгерістері заманында өмір сүрудеміз. Қоғамда бір жағынан барынша өндірісті арттыру, екіншіден, адами капиталдың маңыздылығы алға шықты. Бұл өмірде, ғылымда индустриялық және гуманистік парадигмалардың қабаттасу ерекшелігін сипаттайды. Осыған орай терең білімділік пен жоғары деңгейдегі интеллектуалдылыққа талаптардың арта түсуі тұлғалық қасиеттердің заманға сай дамуымен шарттасады. Мұнда адамдар, топтар, тіпті мемлекет тарапынан тұлғаның субъект ретіндегі ұстанымы күн тәртібінде өткір де қатаң қойылуда.

Адамды өмір, іс-әрекет, қарым-қатынас процестерінің субъектісі ретінде психологиялық зерттеу ғылымдағы түрлі теорияларды ықпалдастыратын тұрғы дәрежесінде анықталып, өткен ғасырдың 80-ші жылдарынан теориялық-әдіснамалық негізге айнала бастады. Субъект талдамасы психология ғылымдарының бірлігін орнататын, сондай-ақ, психологияны жаратылыстану және гуманитарлық тарамдарға, жікке бөлінуін жеңуге мүмкіндік беретін жол ретінде аса жоғары дәріптеледі [1, 94 б.].

К.А. Абульханова тұлғаның үнемі субъект дәрежесіне жету үшін қозғалыста болатынын түсіндіреді. Ол «... 10 кез-келген тұлғаның іс-әрекет субъектісі бола алмайтындығын»

жазады [2, 63 б.]. Бұдан кейінгі пайым тіптен де қисынды: «Субъект – кемелге жету шыңы емес, тек оны бетке ұстап, қозғалу деген жалпы анықтамаға сәйкес әрбір тұлғаның субъект ретінде қалыптаса бастауының әр шамада болатыны туралы айтқан жөн» [2, 65 б.].

Әрине тұлғаның жасы, білімі, әлеуметтену ортасы, діні, ділі оның сипаттамаларына, субъектілік ұстанымына әсер етеді. Осы тұрғыдан қандай болса да, субъект – кемел, әлеуметтік бағдарланған тұлға.

Алайда, ғылымда да, практикада да депривациялық мінез-құлықпен ерекшеленетін, мысалы, қылмыскерге де «субъект» ұғымы тіркеледі.

Біз белсенділік, дербестік, бастамашылық сынды субъект қасиеттері ешқашан психологиялық парасаттылығы төмен, рухани-адамгершілік құндылықтарды қабылдамаған, ізгіліктік ұстанымы жетілмеген адамдарда біртұтас болып ұйыспайды деп санаймыз.

Мұнда тек субъект функцияларының кейбір жеке-дара тұстарына ғана екпін түседі де, олар адамның жан-дүниесінен, тұлғалық сапаларынан, мінез-құлқы мен жүріс-тұрысынан жоталанып, біржақты, яғни адамның өзі үшін ғана мәнді қасиет немесе әдет сияқты ерекше көрінеді. Бұл жағдайда кейбір жеке психологиялық құбылыстардың үстем ықпалы орын алып, адам өмірін өзінің кереғар, адамилықтан аулақ мазмұнына бағынышты етіп қояды. Маниакалдық жағдайларды, түрлі фобияларды, клептоманиялықты, зомбилық құбылысты, агрессия мен девианттылық формаларын, гемблинг тәуелділікті, эгоистік қатынастарды т.с.с. осыған барынша көрнекі мысал болады деп танымыз. Басындағы мұндай ауытқушылық болған жағдайда адамның өз-өзіне еркі жүрмей, өзін-өзі реттеу, өзін-өзі бақылау мүмкіндіктері жоғалып, тәуелді кейіпте күй кешеді. Осындай біржақты, тұтастығы жоқ, адами тұрпатқа жат, ауытқуға ұшыраған белсенділік, дербестік, бастамашылық қасиеттерді субъектілік ерекшеліктің бір түрі дегенше бейсубъектілік деп атап, анықтаған жөн сияқты. Сондай-ақ ақкөңілдік, мейірімділік, ізгілік, білімділік жоталы болғанымен, өзінің «Мен» бейнесін идеалды деп қабылдайтын кейбір адамдағы тұлғалық деформациялар да бейсубъектілік құбылыс деп санаймыз. Олай болса, толымды субъект өз тіршілігінде, іс-әрекетінде, қарым-қатынасында мөлшер, шектілік қағидасын басшылыққа алуға әлеуетті болады.

Әдебиеттерге жасалған талдау негізінде тұлғаның жағымсыз факторларын бейсубъектіліктің психологиялық, психотерикалық анықтауыштары әрі предикторлары ретінде қарастыруға болады. Осы ұстаным негізінде зерттеу психология ғылымдарында тұңғыш рет қойылғанын ескерсек, бейсубъектіліктің аверсивті-психологиялық предикторларын жалпылап, оларды нақтылау, талдау өзекті мәселе болады.

Зерттеу объектісіне бейсубъектілік феномені алынды.

Ал, субъектіліктің көлеңкелі тұстары бейсубъектіліктің психологиялық предикторлары ретінде зерттеу пәнін анықтайды.

Зерттеу мақсаты – психологиялық предикторлары бойынша бейсубъектілік феноменін концептуализациялау.

Материалдар мен әдістер

Зерттеуде жаңа ілім-ғылым ең алдымен теориялық болжамдап, тұжырымдаумен анықталады. Зерттеу объектісі мен пәніне орай психологиялық концепциялар, теориялар, эксперименттік әдіснамалар мен мәліметтер зерттеу материалдары болады.

Зерттеу тақырыбы мен мақсатына байланысты субъект және бейсубъектілік материалдарын, «Көлеңкелі триада», садизм бойынша теориялық және эмпирикалық мәліметтерді талдау, жинақтау, нақтылау, жалпылау зерттеу әдістері ретінде қолданылады.

Негізгі ережелер

К.А. Абульханова іс-әрекет субъектісі бола алған тұлғаның сапалық өзгерістерін қарастырып, адам бойында өтетін трансформациялардың үшеуін ажыратады. Біріншіден, барлық психика формалары (психикалық процестер, қасиеттер, қабілет, кейіп) тұлғаның өмірдегі тірлігі мен іс-әрекетін қамтамасыз ету құралы ретінде қолданылады. Екіншіден, барлық 12 психикалық құбылыс тұлғаның іс-әрекетіне бағынышты болатын даралықтың композициясын құрайды.

Үшіншіден, тұлға субъект болған соң бойындағы өз шамасына, қабілеттері мен мүмкіндіктеріне қарамастан өмірдегі және іс-әрекеттегі өз стратегияларына арқалана бастайды. Міне, сондықтан, өмір сүру мағынасынан айырылып қалған адам өзінің ерік-күшін, зерде-зиятын, қабілеттерін іс-әрекет пен өзін-өзі жүзеге асыру үшін қолдана алмайды [2, 68 б.].

Сонда, өзгерту, түрлендіру іс-әрекетінің аясын субъект өзі таңдап, өзі тағайындайды және қоғамдағы моральға тіректеліп, өз субъектілігінің салдарын бағалайды. Ұлттық сана-сезімінен, жалпыадамзаттық мәдениеттен, тіршілік әрекетінен, өзара әрекеттестік пен өзара қатынас саласынан, бейбіт өмірді құндылық ретінде қарастыруынан, этикалық нормаларынан, стандарттары мен атрибуттарынан дүниеге, табиғатқа, қоғамға, мәдениетке, адамға, өзіне ықпал етудің ізгілікті, рухани негізінен қазақ халқының психологиясында өлшемді білу қабілеті, рухани ұстанымды жоғары қою айқын аңғарылады. Біздің тәжірибеде бейсубъектілік орын алса, өркештене біткен жеке-дара субъектілік қасиеттерді біртекті тарата дамыту, оларды біртұтас құрылым ретінде күшейту мақсаты алға қойылатын арнайы субъект – бағдарлы психологиялық көмек беру қажеттігін көрсетті [3].

Психология ғылымдарында әлеуметтік орта нормаларына жат, оларға қарама-қайшы, басқаларға зиянды, қоғамда жалпыадамзаттық қағидаларға сәйкес келмейтін мінез-құлық, қарым-қатынасы, қылықтары тұрақталған адам «аверсивті мінез-құлық» немесе «аверсивті тұлға» деп аталады [4]. Бейсубъектіліктің ерекшеліктері аверсивті мінез-құлықпен анықталады.

Ал, қазіргі кезде тұлғаны аверсивті негативизмдерді интегралдап, сипаттайтын эмпирикалық зерттеулер пайда болды. Бұл жағымсыз тұлғалық сипат типтері қазіргі әлеуметтік ортада көптеген заң бұзушылықтардың негізі, қоғам мен адамзаттың дамуына кедергі болады.

Әдебиетке шолу

Теориялық және эмпирикалық зерттеулер арқылы пайда болған ғылымдағы әледеқайда жаңа сала – субъект психологиясы. Ол С.Л. Рубинштейннің адам баласы болмысты және өзін саналылықпен құрауға, өзгертуге, түрлендіруге қабілетті болатыны жайлы басты идеяның негізінде пайда болған.

Мұнда постулаттық тұжырым жасалған: адам субъект болып дүниеге келмейді, субъект болып дамып, жетіледі. Субъект өзі жүзеге асыратын іс-әрекет нәтижесінде өзгереді, дамып, жетіледі. Тұлғаның өзіне субъект екендігін басқалар тарапынан жететін кері байланыс білдіреді. Сондықтан іс-әрекетпен бірге қарым-қатынастың да тұлға субъектілігін анықтаудағы маңызы аса зор. Тұлға қарым-қатынас процесінің субъектісі ретінде әртүрлі жақтарынан Г.М. Андреева, М.М. Бахтин, Э. Берн, В.С. Библер, А.А. Бодалев, Дж. Мид, А.В. Петровский, Х.Т. Шерьяданова, А.У. Хараш және т.б. ғылыми жұмыстарында зерттеледі. Демек субъект тұрғысынан өзара ақпарат алмасу, өзара әрекеттесу, өзара қатынас жасау салалары талданады.

Сондықтан біздің зерттеу жұмысымызда субъектінің әлеуметтік сипатына маңыз беріледі.

Жалпы, түрлендіруші әрекетті жүзеге асыру арқылы адам бір мезгілде әрі субъект, әрі объект ретінде болады. Адам және әлем бірлігі жайлы шығыстық парадигмаға сәйкес көзқарастар тұрғысынан субъект объектіге қарама-қарсы мән-мазмұнға ие болмақ емес. Дегенмен адам болмыстың «біте қайнасқан» жанды бір бөлігі бола тұра оның жекеленген дербес бөлігі ретінде де сипатталады. Бұл индивидтің ортамен өзара байланыс жасауын құндылық ретінде аңғаруы; ортаның адамзат үшін мән-мағынасын түсінуі; оны құдіретті сый ретінде қабылдап және жасампаздықпен түрлендіріп, игеруі; өзін сыртқы дүниемен, әлеммен байланыста қарастырып, онымен теңестіруі арқылы шешіледі. Сонда, шығыстық парадигма бойынша адамның сыртқы органы өзгерту, түрлендіру әрекеттеріне ізгілікті, рухани ұстаным тән. Оған қоса, адамның субъект ретінде болмысқа ықпал етуі бір сәтте өз-өзін өзгертуге, дамытуға деген құнды қатынас танытуымен ажырамастай қатар тұрады. Осы орайда шығыстық парадигмаға сәйкес субъект іс-әрекеті руханилықты толымды анықтайды. В.П. Зинченко да адамның субъект ретінде өзін және әлемді, ондағы өз орнын тануға өзгертуші, түрлендіруші іс-әрекетін, тәжірибесін, ізденушілігін руханилық деп дәйектеген [5, 275 б.].

Рухани-тәжірибелік іс-әрекет субъект жететін айрықша деңгей болады. Бұл түсініктеме субъект ретінде дамудың ізгіліктік, руханилық бағытын тағайындайды. К.А. Абульханова бойынша тұлға субъект ретінде ғана кісіліктің, әдептіліктің оңтайлы даму деңгейіне жете алады.

Қай жағынан қарастырсақ та субъект тұлға ретінде құрылымдық сипатпен ерекшеленеді. Олай болса, субъектінің жоғары деңгейін адамгершілік қасиеттердің танылуымен және дамуымен анықтаймыз.

В.В. Знаков та субъектілікті адамның өз қылықтарын саналы аңғаруға және өз әрекеттері үшін жауапкершілікті ерікті түрде, рухани-адамгершілік тұрғысынан өз мойнына алуға мүмкіндік беретін тұлға сипаттары арқылы анықтайды. Оның ұстанымынша, басқалармен өзара әрекеттестікте саналы, рухани сенім негізіндегі тәсілдерді қолдануға дербес шешім қабылдай алатын ерікті адамды ғана субъект деп атау қажет.

Олай болса, субъект – тұлғалық қасиеттермен сипатталатын мінез-құлықтың, жүріс-тұрыстың, психикалық процестердің бірегей үлгісі. Сондай-ақ, субъектілік – сыртқы орта әсеріне тұлғаның жауабы.

Дегенмен психологияда соңғы жылдары тұлға болмысындағы, яғни субъект профиліндегі көлеңкелі аверсивті-психологиялық тұстар да айқындалып, қарастырылуда. Қандай болмасын жағымсыз қасиеттер мен мінез-құлық типтері субъект деңгейіне қарама-қарсы болады. Бұл негативті психоэлеметтік мінез-құлықпен сипатталатын бейсубъектілік феномені.

Психологияда тұлғаның жағымсыз жақтары ертеден зерттеліп келеді.

XX-ғасырдың 70-ші жылдарынан бастап тұлғаның жалпыланған диспозициялық сипаттары мен бес факторлы моделі талданып, олар алты факторлы модельді түрге енгізілді [6].

Тұлғаның диспозициялық сипаттар негізіндегі алты факторлы моделі «HEXACO», – деп аталады. Мұндағы факторларға адалдық / қарапайымдылық (Honesty, Humility), эмоциялық (Emotionality), экстраверсия (Extraversion), кеңпейілдік (Agreeableness), саналылық, жауаптылық (Conscientiousness), тәжірибеге ашықтық (Openness) жатады. HEXACO-ның алғашқысы моральдық негіздегі мінез-құлықты білдіреді. Басқа бес факторға «Үлкен бестікпен» мазмұндық қиылысу тән. Осы факторларға қарама-қарсы полюстер жалпыға бірдей норманы, басқалардың ұстанымдарын ескермеумен сипатталады.

Кейіннен дифференциалды және клиникалық психологиялардың байланысында тұлғалық ауытқуларды зерттеу үшін диенсиналдық тұрғы қажет болды. Сондай пәнаралық байланыстан клиникалық жағдайды анықтау үшін тұлға саласындағы диенсиналды 5-факторлы құрылымдық ауытқу (DSM-V) нұсқасы дайындалған.

Сонымен қатар, тұлға мінез-құлқындағы патологияның психологиялық диагностикасы PID-5 (The Personality Inventory for DSM-5), яғни бес факторлық негіз арқылы жасалады. Мұнда тұлғалық саладағы ауытқуды сандық талдау басшылыққа алынған. Эмоциялық лабильділік, персеверация, мазасыздыққа бейімділік, шекті ғана эмоциялық, өшпенділік, қауіп-қатерді сезінбеу, бағыныштылық сияқты жақтармен Жағымсыз эмоциялық құрылым ретінде жинақталады. Жатсыну (бөтенсу) факторы бөлектену, ангедония, депрессиялық, жақындықтан қашқалақтау, секемшілдік фасеткалары арқылы анықталады. Манипуляция жасауға және алдауға бейімділік, асқандық сезімі, басқалардың назарын аударуға тырысу, қатандық Антогонизм факторын сипаттайды. Жеңілтектік факторының негізінде тұлғаның мінез-құлқындағы жауапсыздық, импульсивтілік, ригидті перфекционизм, тұрақсыздық, тәуекелге бейімділік ашылады. Психотизм құрылымы басқадан бөлек көзқарас, эксцентризм, перцепциялық реттеудегі ауытқулар сияқты көрсеткіштерден жасалған. Бұл 5 фактор қалыпты тұлғаның құрылымдарының қарама-қарсы полюстері ретінде қарастырылады.

Алғаш рет 2002 ж. Делрой Л. Паулхус пен Кевин М. Уильямс адам баласының әлеуметтік ортаға, қоғамға зиянды ерекшеліктерін ажыратып, үш топқа жіктеп, «Көлеңкелі триаданы» тұжырымдаған. Мұнда тұлғаның макиавеллизм, субклиникалық нарциссизм және субклиникалық психопатия типтері анықталған [7].

Психологияда 1995 ж. Дж. МакХоски зерттеулерінде макиавеллизм, субклиникалық нарциссизм және субклиникалық психопатия арасында өзара байланыс нақтыланып, тағайындалған [8]. Дегенмен олардың әрқайсысы белгілі бір дәрежеде тұлғаның әлеуметтік ортада өзімшілдігін, манипуляция жасауға бейімділігін, басқалардың әлеуметтік-психологиялық мәселелерін сезіне алмауын, қарым-қатынаста жалғандығын танытады. Сондықтан тұлғаның жағымсыз типтерінің концептуалды негіздері әр түрлі болғанмен, эмпирикалық жағынан ықпалдастықтары жоғары тұлғалық айнымалылар ретінде қарастырылады.

Ал қазіргі кезде жүздеген зерттеулерде әртүрлі аверсивті, қоғамдағы моральға, этикаға жат, кекшіл-зиянкестік мінез-құлықтың көлеңкелі триадамен тығыз байланысы белгілі болған [9–12 т.б.]. Сонда тұлғаның көлеңкелі триадасы адам баласының өзіне де, айналасына да зиянды мінез-құлықты анықтайды.

Осыған байланысты «Көлеңкелі триаданың» типтері тұтас бір жиынтық ретінде өзара түрліше байланысып, тұжырымдалса да, түпнегіздерінде бейсубъектіліктің аверсивтілік сипаты – жоғары деңгейдегі арамзалықпен, яғни аса төмен дәрежедегі адамгершілік қасиетпен анықталады.

Нәтижелер мен талқылау

К.А. Абульханованың анықтауы бойынша субъект үйлесімді, өзін-өзі жүзеге асыратын, иерархиялық дамуда биік бір белеске жеткен тұлға болады. Құнды қатынастар арқылы анықталатын субъектілік өзіндік даму арқылы ұдайы жетіледі. Мұнда рухани-адамгершілік қасиеттерді қабылдау, өз бойында дамытуда тұлғаның субъектілік ұстанымының өзекті болуына байланысты екені сөзсіз. Біздің еңбектерде тұлғаның субъектілік сипаттамасын кеңірек ашу үшін В.С. Мерлин мектебіндегі ықпалдасқан жеке-даралықты зерттеу қарастырылады. Онда ықпалдасқан жеке-даралық ағзаның қасиеттерінен (биохимиялық, морфологиялық, нейродинамикалық), индивидуум параметрлерінен (психодинамикалық), таным процестерінің ерекшеліктерінен және метадаралық сипаттамаларынан жинақталған көпөлшемді құрылым ретінде сипатталады.

Ал, XIX ғасырдың ортасында оқу және кәсіби іс-әрекетін, қарым-қатынас салаларына бейнеленетін тұлғаның бірқатар жағымсыз сипаттары психиатрияның зерттеу пәні, яғни психикалық ауру белгісі ретінде қарастырылған. Бірақ, кейіндеу жағымсыз, көлеңкелі тұстары психикалық ауруға шектелген тұлға мінезіндегі патологиялар, негативтер ретінде қарастырылады.

Әдебиетте бейсубъектілік адам баласының тіршілік әрекетін, жеке басын танытатын бірнеше әлеуметтік-психологиялық анықтауыштарды аңғартады:

- ◆ әлеуметтену жағдайы;
- ◆ микросоциумдағы эмоциялық дефицит;
- ◆ тұлғада кінә, күнә сезімдерінің болмауы;
- ◆ өмірлік құндылықтардың құрылымы;
- ◆ психологиялық және моральдық дамудың бағыты;
- ◆ таным, ақыл-парасат, интеллект деңгейлері;
- ◆ академиялық және кәсіби жетістіктері;
- ◆ жеңілтек көзқарас;
- ◆ басқаларды алдап-сулау қылықтары;
- ◆ жағымпаздықпен өмір сүру;
- ◆ буллингке, троллингке бейімділік;
- ◆ авторитарлық ұстаным;
- ◆ әлеуметтік басымдық;
- ◆ пара беруге бейімділік пен пара алуға құмарлық;
- ◆ гипербәсекелестік;
- ◆ кекшілдік;
- ◆ деструктивті мансап т.с.с.

Арамзалық сипаттармен, аверсивті мінез-құлықпен анықталатын бейсубъектілік отбасылық қатынастан бастап, бала тәрбиесінде, кәсіби салада, қоғамдық қатынастарда залалды психологиялық фактор болатыны белгілі.

Әдебиеттен, өмірден бейсубъектіліктің кейбір әлеуметтік-психологиялық анықтауыштары қоғамдағы менталитетке байланысты асыра ұлықталатыны да белгілі [13–14 т.б.]. Мысалы, қазіргі кезде эгоизм негізіндегі белсенділік «пысықтық»; қарым-қатынастағы мәдениеттің төмендігін көрсететін озбырлықты, антиэтикалық жағдайды «батылдық, өжеттік»; өзін-өзі реттей алмайтын эмоциялық импульсивтілікті «ашықтық»; талғамсыз дүниеқоңыздықты

«мықтылық»; өз ресурсын танымай, өзіндік сана-сезімнің төмендігін «елден қалмайды» деп бұрмалап қабылдау мен бағалау жиі кездеседі.

Мәселеге қатысты еңбектерді қарастырып, талдағанда субъект құрылымына атрибутивтік қасиеттер – белсенділік, біртұтастық және дербестік қасиеттері кіргізілетіні белгілі болды. Ал субъектіге биік рух, адамгершілік, ізгілік қасиеттері тән болатынын (С.Л. Рубинштейн, А.В. Брушлинский, К.А. Абульханова және т.б.) ескерсек, субъектілік қасиеттері толық болады.

Сонымен қатар психологиялық зерттеулердегі басқа адамды сөзбен, әрекетпен қорлау, діни фанатизм, садизм, бейморальдық, консерватизм, т.с.с. мазмұны мен танылуы бойынша бейсубъектіліктің психологиялық предикторлары болады.

Біздің анықтама бойынша субъект өзіне және өзгелерге құнды қатынас жасаушы ретінде анықталады. Ал, енді осы субъект деңгейіндегі тұлғаның да бейсубъектілік танытуы ықтимал. Егер субъект психологиялық парасаттылық таныта алмай, өзінің жақын адамдарының қажеттіліктерін есепке алмай, басқа адамға аса жоғары деңгейде жауапкершілік, аккөңілдік, батылдық танытса бұл шекті тұлғалық жағдайды сипаттайды.

Олай болса, әдебиетке жасалған талдаудан субъектілік пен бейсубъектілік феномендерін зерттеуде «тұлғаның қалыпты сипаттары мен патологиялық ауытқуларының арасындағы құрылымдық континуумды» [15, 6 б.] ескеру қажеттігі белгілі болды.

Қорытынды

Анықтамалары, анықтауыштары, факторлары, интерпретациялық негіздері бойынша субъектіліктің және бейсубъектіліктің психологиялық предикторлары өзара полярлы тұлғалық сипаттар болатынын көрсетеді.

Бейсубъектілік феноменологиясындағы клиникалық емес жағымсыз тұлғалық сипаттар, олардың көпжақтылығы басқа адамдарға ғана емес, тұлғаның өз өміріне, іс-әрекет пен қарым-қатынас салаларына зардабын тигізеді.

Бейсубъектіліктің барлық симптомокомплекстері өзара байланысты.

Теориялық талдау бойынша бейсубъектіліктегі барлық субклиникалық тұлғалық жақтарды ықпалдастыруда тұлғаның арамзалығы, асқан цинизмге бейімділігі ерекше орын алады деп қарастырамыз.

Бейсубъектіліктің барша психологиялық предикторлары тұлғаның жалпыланған диспозициялық сапаларымен түсіндіріледі.

Дегенмен бейсубъектіліктің әрбір сипатына дербестік, ерекшелік және кешенділік тән, күрделі құрылым болады.

Бейсубъектілік феноменіне субъект психологиясы ғана қарсы тұра алады. Тұлғаның субъект ретінде өзіне және өзгелерге құнды қатынаспен қарап, өзіндік сана-сезімінің, өзіндік танымының артуына психологиялық мәдениет биігіндегі ерекше қасиет психологиялық парасаттылық қана жеткізеді деп санаймыз.

Келешекте студенттердегі бейсубъектіліктің психологиялық предикторларындағы ерекшеліктерді эмпирикалық зерттеу тұр.

ӘДЕБИЕТТЕР

- 1 Брушлинский А.В. Деятельностный подход и психологическая наука // Вопросы философии. – 2001. – № 2. – С. 89–95.
- 2 Абульханова К.А. Мировоззренческий смысл и научное значение категории субъекта // Российский менталитет: вопросы психологической теории и практики. – М.: ИПРАН, 1997. – С. 56–75.
- 3 Ерментаева А.Р. Субъектілік даму психологиясы. – Нұр-Сұлтан: ЖҚС «Идеал ИС 2009», 2019. – 262 б.
- 4 Kowalski R.M. (Ed.). Behaving badly: Aversive behaviors in interpersonal relationships. American Psychological Association. 2001. URL: <https://doi.org/10.1037/10365-000>
- 5 Зинченко В.П., Моргунов Е.Б. Человек развивающийся. Очерки российской психологии. – М., 1994. – 304 с.
- 6 Ashton M.C., Lee K. Empirical, theoretical, and practical advantages of the HEXACO model of personality structure // Personality and Social Psychology Review. 2007. No. 11. P. 150–166.

- 7 Paulhus L. Delroy, Williams M. Kevin. The Dark Triad of personality: Narcissism, Machiavellianism, and psychopathy // *Journal of Research in Personality*. 2002. Vol. 36. Issue 6. P. 556–563. URL: [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(02\)00505-6](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(02)00505-6).
- 8 McHoskey J. Machiavellianism and personality dysfunction // *Person, and Individ. Diff.* 2001. Vol. 31. No. 5. P. 791–798.
- 9 Maffly-Kipp J., Truong T.N., Edens J.F., Vess M. Dark triad traits are associated with a weaker morally-good true self bias in self-perceptions // *Self and Identity*. 2023. Vol. 22.
- 10 Sulak-Güzey S., Akdoğan-Yıldız E., Demir M.C. Measurement invariance of the dark triad scale. *Curr Psychol*. 2023. Vol. 22. URL: <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04259-z>.
- 11 Dill A.T., Triki A., Westin S. Towards an Understanding of the Dark Triad, Ethical Fading, and Ethicality of Behavior // Karim K.E. (Ed.) *Advances in Accounting Behavioral Research*. *Advances in Accounting Behavioural Research*. Emerald Publishing Limited. Bingley. 2022. Vol. 25. P. 1–29. URL: <https://doi.org/10.1108/S1475-148820220000025001>.
- 12 De Bruin R., Finkelstein L.M. Reactions from the Dark Side: How Does the Dark Tetrad Affect Responses to Daily Abusive Supervision Today and Tomorrow? // *The Journal of Psychology*. 2023.
- 13 Furnham A., Richards S., Paulhus D. The Dark Triad: A 10 year review // *Social and Personality Psychology Compass*. 2013. Vol.7. No. 3. P. 199–215.
- 14 Zeigler-Hill V., Marcus D.K. *The Dark Side of Personality: Science and Practice in Social, Personality, and Clinical Psychology*. Washington DC. APA. 2016. 389 p.
- 15 Aluja A., Martí-Guiu M., Blanco E., Blanch A. Dimensional assessment of normal and abnormal personality in adults of the general population: Comparison of «five» and «alternative five» personality models // *Personality and Individual Differences*. 2016. Vol. 89. P. 6–12.

REFERENCES

- 1 Brushlinskij A.V. (2001) Dejatel'nostnyj podhod i psihologicheskaja nauka // *Voprosy filosofii*. No. 2. P. 89–95. (In Russian).
- 2 Abul'hanova K.A. (1997) Mirovozzrencheskij smysl i nauchnoe znachenie kategorii sub#ekta // *Rossijskij mentalitet: voprosy psihologicheskoy teorii i praktiki*. M.: IPRAN. P. 56–75. (In Russian).
- 3 Ermentaeva A.R. Subektilik damu psihologiasy. Nūr-Sūltan: JQS «İdeal İS 2009», 2019. 262 p. (In Kazakh).
- 4 Kowalski R.M. (Ed.). (2001) *Behaving badly: Aversive behaviors in interpersonal relationships*. American Psychological Association. URL: <https://doi.org/10.1037/10365-000>. (In English).
- 5 Zinchenko V.P., Morgunov E.B. (1994) *Chelovek razvivajushhij*. Ocherki rossijskoj psihologii. M., 304 p. (In Russian).
- 6 Ashton M.C., Lee K. (2007) Empirical, theoretical, and practical advantages of the HEXACO model of personality structure // *Personality and Social Psychology Review*. No. 11. P. 150–166. (In English).
- 7 Paulhus L. Delroy, Williams M. Kevin. (2002) The Dark Triad of personality: Narcissism, Machiavellianism, and psychopathy // *Journal of Research in Personality*. Vol. 36. Issue 6. P. 556–563. URL: [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(02\)00505-6](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(02)00505-6). (In English).
- 8 McHoskey J. (2001) Machiavellianism and personality dysfunction // *Person, and Individ. Diff.* Vol. 31. No. 5. P. 791–798. (In English).
- 9 Maffly-Kipp J., Truong T.N., Edens J.F., Vess M. (2023) Dark triad traits are associated with a weaker morally-good true self bias in self-perceptions // *Self and Identity*. Vol. 22. (In English).
- 10 Sulak-Güzey S., Akdoğan-Yıldız E., Demir M.C. (2023) Measurement invariance of the dark triad scale. *Curr Psychol*. Vol. 22. URL: <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04259-z>. (In English).
- 11 Dill A.T., Triki A., Westin S. (2022) Towards an Understanding of the Dark Triad, Ethical Fading, and Ethicality of Behavior // Karim K.E. (Ed.) *Advances in Accounting Behavioral Research*. *Advances in Accounting Behavioural Research*. Emerald Publishing Limited. Bingley. Vol. 25. P. 1–29. URL: <https://doi.org/10.1108/S1475-148820220000025001>. (In English).
- 12 De Bruin R., Finkelstein L.M. Reactions from the Dark Side: How Does the Dark Tetrad Affect Responses to Daily Abusive Supervision Today and Tomorrow? // *The Journal of Psychology*. 2023. (In English).
- 13 Furnham A., Richards S., Paulhus D. (2013) The Dark Triad: A 10 year review // *Social and Personality Psychology Compass*. Vol. 7. No. 3. P. 199–215. (In English).
- 14 Zeigler-Hill V., Marcus D.K. (2016). *The Dark Side of Personality: Science and Practice in Social, Personality, and Clinical Psychology*. Washington DC. APA. 389 p. (In English).
- 15 Aluja A., Martí-Guiu M., Blanco E., Blanch A. (2016) Dimensional assessment of normal and abnormal personality in adults of the general population: Comparison of «five» and «alternative five» personality models // *Personality and Individual Differences*. Vol. 89. P. 6–12. (In English).

А.Р. ЕРМЕНТАЕВА,*¹

д.пс.н., профессор.

*e-mail: a.ermontayeva@turan-edu.kz

ORCID ID 0000-0002-6860-384X

¹Университет «Туран»,

г. Алматы, Казахстан

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДИКТОРЫ АСУБЪЕКТНОСТИ

Аннотация

В статье на основе психологии субъектности проблема асубъектности рассматривается в контексте метасистемного подхода. В связи с этим взаимосвязанные и специфичные психологические детерминанты, факторы и интерпретативное содержание как отдельные подсистемы объясняют феномен асубъектности. В результате теоретического анализа показано, что понятия субъектности и асубъектности представляют собой интегрированную структуру личности. Также определена их полярная природа. Основные негативные черты личности обозначены как возможности исследования асубъектности. Неклинические негативные черты личности, их многогранность в феноменологии асубъектности раскрывают негативные влияния не только на других людей, но и на собственную жизнь, деятельность и сферы общения человека. Все психологические предикторы асубъектности описываются обобщенными диспозиционными качествами личности. Согласно теоретическому анализу, делается вывод, что все симптомокомплексы асубъектности взаимосвязаны и ее ядром являются нечестность личности и склонность к крайнему цинизму. Утверждается, что только в рамках психологии субъектности разрешаются социально-психологические проблемы асубъектности. Сформулированы выводы теоретического исследования и указаны перспективы дальнейших исследований в этой области. Концептуализация психологических предикторов асубъектности является теоретико-методологической основой профилактики и коррекции клинических психических расстройств личности.

Ключевые слова: асубъектность, субъект, субъектность, личность, темные черты личности, личностная диспозиция.

A.R. YERMENTAYEVA,*¹

Doctor of Psychological Sciences, Professor.

*e-mail: a.ermontayeva@turan-edu.kz

ORCID ID 0000-0002-6860-384X

¹Turan University,

Almaty, Kazakhstan

PSYCHOLOGICAL PREDICTORS OF ASUBJECTIVITY

Abstract

Based on the psychology of subjectivity, the article considers the problem of asubjectivity in the context of the metasystem approach. In this regard, interrelated and specific psychological determinants, factors and interpretive content as separate subsystems explain the phenomenon of asubjectivity. As a result of theoretical analysis, it is shown that the concepts of subjectivity and asubjectivity represent an integrated personality structure. Their polar nature is also defined. The main negative personality traits are labelled as opportunities for the study of asubjectivity. Non-clinical negative personality traits, their multiplicity in the phenomenology of asubjectivity reveal negative influences not only on other people, but also on a person's own life, activity and spheres of communication. All psychological predictors of asubjectivity are described by generalised dispositional qualities of personality. According to the theoretical analysis, it is concluded that all symptom-complexes of asubjectivity are interrelated; and its core is personality dishonesty and tendency to extreme cynicism. It is argued that only within the framework of the psychology of subjectivity are the socio-psychological problems of asubjectivity resolved. The conclusions of the theoretical study are formulated and prospects for further research in this area are indicated. Conceptualisation of psychological predictors of asubjectivity is a theoretical and methodological basis for prevention and correction of clinical mental disorders of personality.

Key words: asubjectivity, subject, subjectivity, personality, dark personality traits, personality disposition.

МРНТИ 15.81.61
УДК 159.9
JEL Z00

<https://doi.org/10.46914/2959-3999-2023-1-3-15-20>

Я.А. АНДРИЯНОВ,*¹

магистрант.

*e-mail: tsonam574@gmail.com

ORCID ID: 0009-0008-1013-5132

Е.Б. ДУПЛЯКИН,¹

к.м.н., профессор.

e-mail: e.duplyakin@uran-edu.kz

ORCID ID: 0009-0005-8417-1978

Л.Н. РОГАЛЕВА,²

к.пс.н., доцент.

e-mail: l.n.rogaleva@urfu.ru

ORCID ID: 0000-0002-6870-9409

¹Университет «Туран», г. Алматы, Казахстан

²Уральский федеральный университет
имени Б.Н. Ельцина, г. Екатеринбург, Россия

ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ОСОБЕННОСТЯМИ И ДЛИТЕЛЬНЫМИ ПУТЕШЕСТВИЯМИ

Аннотация

В данной статье рассматривается взаимовлияние длительных путешествий и психики индивидов, в том числе как фактор развития психических нарушений. По мнению авторов статьи, такое явление, как длительное путешествие, имеет многофакторное значение. Целью данной статьи является обзор различных форм влияния длительных путешествий на психику индивида. Научная значимость заключается в том, что на фоне активного развития технических средств и повышения мобильности населения тема взаимовлияния длительных путешествий и психики на русском языке практически не освещалась. Так, при своевременном обнаружении клинических признаков нарушений психики можно принять ряд профилактических мер для снижения возможных последствий как для индивида, так и для тех социальных групп, в которые он входит. При написании работы были использованы следующие научные методы: общетеоретический, анализ и синтез, историко-логический, индуктивно-дедуктивный. В данной работе был проведен анализ имеющихся научных публикаций, теоретических работ, клинических и общеобразовательных пособий. Ценность исследования заключается в том, что путешествия и психика рассматриваются во взаимовлиянии.

Ключевые слова: путешествия, психика, цифровые нómады, дромомания, расстройства, контроль, импульсы.

Введение

В современном мире в связи с глобальным распространением сети Интернет и все большей интеграции ее в повседневную жизнь стала меняться структура общества. Актуальность работы продиктована тем, что, наряду с традиционными видами занятости, в XXI век все больше стала выделяться ниша так называемых цифровых кочевников, которые, используя возможности Интернета для коммуникации и рабочей деятельности, предпочитают жизнь в постоянных путешествиях [1].

Такой образ жизни, с одной стороны, романтизирован, с другой – обусловлен рядом психологических особенностей тех, кто такой образ жизни выбирает.

Кроме того, любое путешествие – это стресс, связанный прежде всего с необходимостью адаптации, который особенно ярко проявляется в тех странах, где культурные, социальные и экономические условия сильно отличаются от тех условий, в которых жил «путешественник». Такие стрессы при интенсивном воздействии на фоне ряда психологических особенностей могут привести к серьезным нарушениям психики [2].

Актуальность темы заключается в том, что с учетом активного развития технических средств и повышения мобильности населения тема взаимовлияния длительных путешествий и психики на русском языке практически не освещалась.

В связи с этим изучение особенностей психики, связанных с длительными путешествиями, будет актуально не только для психокоррекции, но и с целью ранней профилактики дезадаптивных форм поведения.

В качестве ожидаемых результатов ставится выделение характерных факторов взаимовлияния психических особенностей индивида с его длительными путешествиями.

Материалы и методы

Статья написана на основе научных публикаций зарубежных авторов, выпущенных в период с 2005 по 2019 гг., теоретических учебных пособий по общей психологии, клинической психологии, социологии. При написании статьи использованы следующие научные методы: анализ, синтез, общетеоретический, логический, исторический.

Основные положения

Тяга к длительным путешествиям без обратного билета может быть обусловлена рядом биологических, психологических и социальных предпосылок.

Во-первых, с биологической точки зрения большое значение имеют наследственность, перенесенные травмы, наличие хронических заболеваний и генетические предрасположенности.

Во-вторых, с социальной точки зрения при сложной обстановке в семье, потере работы или близкого человека, социально-бытовых неудобств места жительства индивид закономерно может переживать сложный спектр эмоций: тревогу, депрессию, фрустрацию, обиду, чувство одиночества, нереализованности и т.д.

И, в-третьих, с психологической точки зрения на поведение и эмоции человека оказывают влияние его структура личности, характер, темперамент и имеющийся репертуар поведенческих стратегий для совладания со сложными жизненными обстоятельствами.

Так, при наличии тяжелых эмоциональных переживаний и определенных психологических предпосылок человек для снижения уровня психического напряжения может прибегать к ряду копинг-стратегий. И одной из таких стратегий может стать длительное путешествие без обратного билета.

Такое путешествие само по себе является стрессогеном. Поэтому при ряде сопутствующих факторов оно может еще сильнее проявить психологические особенности, а также привести к их манифестации в клинической форме.

Литературный обзор

Феномен тяги к бродяжничеству, так называемая дромомания, рассматривался до середины XX века как отдельный психиатрический диагноз. Сейчас такой диагноз не ставится и даже не рассматривается как симптом. Термин «дромомания» перестал использоваться в клинической практике и в МКБ-10, МКБ-11 более не упоминается.

Сегодня дромоманию рассматривают как один из симптомов в комплексе расстройств контроля над импульсами наряду с пироманией, kleптоманией и прочим [3].

Поэтому тягу к путешествию в реалиях современного мира необходимо рассматривать широко: от проявления естественной любознательности до навязчивой копинг-стратегии, которая может сочетать в себе ряд неадаптивных поведенческих паттернов, указывающих на ряд клинических проявлений психики. При импульсивной и повторяющейся форме дромоманию рассматривали как симптом целого ряда расстройств. Например, таких как шизофрения, обсессивно-компульсивное расстройство и расстройства личности [4].

Отдельно стоит обратить внимание на самоопределение тех, кто находится в длительных путешествиях. Среди характеристик встречаются следующие: стремление к свободе, разнообразию и постижению мира с разных сторон. Чисто диалектически это можно интерпретировать как движение или бег от одиночества, ответственности, обязательств, отверженности или не востребованности [5].

Эти два полюса обуславливают личностное своеобразие тех, кто решает посвятить себя «жизни на колесах». И в ряде случаев при наличии неадаптивных форм поведения или психических нарушений может говорить о наличии устойчивого психологического портрета.

В случае с крайним проявлением тяги к путешествиям в виде дромомании человек может таким образом избегать столкновения с ярко выраженными конфликтами: социальными и психологическими.

С одной стороны, затяжной неразрешенный психологический конфликт нередко приводит к неврозам. Что при наличии стрессогенного фактора и низкого порога фрустрации может привести к выраженным психотическим реакциям [6].

С другой стороны, сам факт пребывания в путешествии уже является стрессогеном. А это при наличии латентных психических нарушений, сформированных ранее, может также привести к манифестации или усугублению клинических проявлений.

И даже при рассмотрении дромомании в клиническом смысле следует подчеркнуть, что при дромомании в одних случаях речь идет о бесцельном бродяжничестве, в других – о появлении у индивида неодолимого влечения оказаться в определенном географическом месте [7].

Поэтому, чтобы избежать необоснованных заключений о психиатрическом статусе, при обсуждении «цифровых номадов» будем рассматривать их тягу к перемене мест в диапазонах нормы и пограничной зоны.

Однако дромомания лишь одна стороны комплексной системы путешествий и их отражения в психике человека.

Другой, не менее важной частью является влияние внешних условий на психику. Так, еще в 1968 г. British Medical Journal (PMC1985791) опубликовал статью *Psychotic Reactions During Travel*, где зафиксировал возможные психологические реакции в путешествиях [8]. В ней подчеркивалось влияние стрессогенных факторов путешествия на индивидов. Эти факторы, накладываются на индивидуальные психологические особенности, могли вызвать не только стрессовые реакции, но и запустить манифестацию психотических реакций.

Несмотря на выход из употребления в клинической практике слова «дромомания», феномен тяги к путешествиям тем не менее остался. Так, например, в исследовании, посвященном «феномену зависимости от туризма», авторы приходят к мнению, что сам термин «зависимость» необходимо рассматривать в той же коннотации, что и при рассмотрении таких патологических влечений, как шопинг, гэмблинг или импульсивное сексуальное поведение [9].

Открытым также остается вопрос о том, что подталкивает людей к тому, чтобы отправиться в длительное путешествие. Тут стоит остановиться на таком понятии, как мотивация. По сути, мотив – это потребность, выраженная через конкретный предмет.

Какие потребности лежат в основе мотива, который, в свою очередь, запускает «путешественническую» деятельность? Более того, различные мотивы могут формировать различные географические направления [9].

Так, путешествие превращается в развернутую деятельность, побуждаемую рядом потребностей (по Леонтьеву А.Н.) [10]. Такие потребности имеют как адаптивный исследовательский характер, например, интерес к природе и другим культурам, так и клиническое проявление. Например, для личностей, страдающих пограничным расстройством личности, путешествия могут стать способом избежать ощущение внутренней пустоты и стать способом стимуляции эмоциональной сферы.

Однако помимо внешней деятельности, побуждаемой определенной мотивацией, сам факт длительного путешествия нередко становится фоном для формирования склонности к нарушениям психики. Вот как об этом пишут Дж. Крейсман и Х. Страус [11]: «Из-за того, что повышенная мобильность часто коррелирует с образом жизни, ориентированным на карьеру, и потребностями профессии, один или оба родителя в мобильных семьях часто работают с утра до вечера и, соответственно, мало видятся с детьми. При том что дети и так испытывают нехватку постоянных и неизменных вещей, которые могут использоваться как опора для развития, мобильность добавляет еще один разрушительный фактор: мир превращается в череду мелькающих лиц и мест. Такие дети нередко вырастают одинокими и скучающими, постоянно ищущими стимуляции. Будучи вынужденными непрерывно адаптироваться к новым ситуациям и людям, они могут утратить устойчивое самовосприятие, опирающееся на надежные общественные подпорки».

В работе Л.А. Азаровой и В.А. Сятковского склонность к перемене мест называется «бродяжничеством» [12]. Так, некоторые формы путешествий «без денег» по определению можно отнести к этой форме поведения. Авторы дают такое определение: «Бродяжничество – это систематическое перемещение из одной местности в другую в течение длительного времени либо в пределах одной местности (например, города) без постоянного места жительства с существо-

ванием при этом на нетрудовые доходы». Далее авторы выделяют две основные характеристики бродяжничества:

- ♦ отсутствие определенного места жительства;
- ♦ существование на нетрудовые доходы (социальный паразитизм).

Патологическая степень такого поведения больше характерна для «бомжей», однако менее клинические формы могут встречаться и среди благополучных слоев населения.

Результаты и обсуждение

После рассмотрения ряда материалов можно сделать следующий вывод: длительное путешествие в связи с влиянием на психику следует рассматривать с разных точек зрения.

Во-первых, само путешествие выступает как деятельность, которую инициирует индивид для удовлетворения своих потребностей.

Таковыми потребностями могут быть:

- ♦ любознательность и интерес;
- ♦ побег от скуки;
- ♦ копинг-стратегия избегания решения социопсихологических проблем;
- ♦ способ справиться с кризисом.

Во-вторых, потребность в длительном путешествии может быть следствием ряда психологических и социальных особенностей, таких как:

- ♦ реакция на стресс;
- ♦ выраженная акцентуация характера;
- ♦ наличие психических нарушений;
- ♦ протест против имеющихся правил;
- ♦ неурядицы в семейной жизни или профессиональной деятельности.

И, в-третьих, сам процесс путешествия ввиду многофакторного стрессового влияния может стать триггером для усиления или манифестации имеющейся предрасположенности к клиническим проявлениям особенностей психики. Так, скрытые неосознаваемые конфликты, толкающие человека к длительному путешествию, ввиду сильного стресса могут многократно усилиться и усугубить психическое состояние.

Исходя из вышеперечисленного, можно сделать вывод, что, по сути, тяга к длительным путешествиям – это симптом целого ряда факторов, который при развитии патологической формы может привести человека к пагубным социально-психологическим результатам. Следовательно, для предотвращения развития таких последствий очень полезной мерой профилактики может стать своевременное и квалифицированное психотерапевтическое вмешательство.

Заключение

Тяга к длительному путешествию, несмотря на свою романтическую привлекательность, может оказаться симптомом целого ряда нарушений работы психики, а впоследствии и стать катализатором усиления этих нарушений. В данной работе были рассмотрены публикации и материалы на английском и русском языках, в которых рассматривались вопросы о том, частью каких клинических феноменов может быть тяга к длительным путешествиям и как эта тяга может совмещаться с рядом других особенностей психики.

Одной из ключевых частей работы стал акцент на многозначительном влиянии психики и путешествий, которые по принципу обратной связи могут усугублять и проявлять имеющиеся психические особенности. Что закономерно привело нас к выводу о необходимости внимательно отнестись к вопросам профилактики психического здоровья и принятию ряда психокоррекционных мер.

ЛИТЕРАТУРА

- 1 Азбергенова Г.А. Культурный шок и обратный культурный шок в психологических исследованиях // Вестник Кыргызско-Российского Славянского Университета. – 2016. – № 12(16). – С. 140–143.
- 2 Stewart L., Leggat P.A. Culture shock and travelers // Journal of Travel Medicine. 1998. № 2(5).
- 3 World Health Organization The ICD-11 the eleventh revision of the International Classification of Diseases. URL: <https://icd.who.int/browse11/lm/en#/http%3A%2F%2Fid.who.int%2Ficd%2Fentity%2F826065555> (accessed: 20.09.2023)
- 4 Shyrkute A. Age psychopathology of impulse control disorders // Журнал невропатологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 1999. – № 1(99).

- 5 Мельков С.А., Салтыкова М.В., Лябах А.Ю. «Цифровые кочевники»: проблематизация появления и влияния на развитие современного общества // Вестник Московского государственного лингвистического университета. – Общественные науки. – 2019. – № 834(1). – С. 76–94.
- 6 Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб: Питер, 2023. – С. 462–468.
- 7 Тиганов А.С., Снежневский А.В., Орловская Д.Д. Психиатрия: руководство для врачей. – Москва: Медицина, 2012. – 37 с.
- 8 Warren C.P. Psychotic Reactions During Travel // British Medical Journal. 1968. № 5598(2). С. 299.
- 9 Jin Lee C., Jeong Noh E., Woo Choi J. The Addiction Phenomenon and Travel: An Exploratory Study // Indian Journal of Science and Technology. 2016. № 26(9).
- 10 Маклаков А.Г. Общая психология. Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2023. – С. 122–147.
- 11 Крейсман Д., Страус Х. Я ненавижу тебя, только не бросай меня. Пограничные личности и как их понять / Крейсман Д., Страус Х., – СПб.: Питер, 2022.
- 12 Азарова Л.А., Сятковский В.А. Психология девиантного поведения. Учебно-метод. комплекс. – Минск: ГИУСТ БГУ, 2008. – С. 92–93.

REFERENCES

- 1 Azbergenova G.A. (2016) Kul'turnyj shok i obratnyj kul'turnyj shok v psihologicheskikh issledovanija // Vestnik Kyrgyzsko-Rossijskogo Slavjanskogo Universiteta. No. 12(16). P. 140–143.
- 2 Stewart L., Leggat P.A. (1998) Culture shock and travelers // Journal of Travel Medicine. No. 2(5).
- 3 World Health Organization The ICD-11 the eleventh revision of the International Classification of Diseases. URL: <https://icd.who.int/browse11/lm/en#/http%3A%2F%2Fid.who.int%2Ficd%2Fentity%2F826065555> (accessed: 20.09.2023)
- 4 Shyurkute A. (1999) Age psychopathology of impulse control disorders // Zhurnal nevropatologii i psikiatrii im. S.S. Korsakova. No. 1(99).
- 5 Mel'kov S.A., Saltykova M.V., Ljabah A.Ju. (2019) «Cifrovye kochevniki»: problematizacija pojavlenija i vlijaniya na razvitie sovremennogo obshhestva // Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo lingvisticheskogo universiteta. Obshhestvennye nauki. No. 834(1). P. 76–94.
- 6 Maklakov A.G. (2023) Obshhaja psihologija: Uchebnik dlja vuzov. SPb: Piter. P. 462–468.
- 7 Tiganov A.S., Snezhnevskij A.V., Orlovskaja D.D. (2012) Psihiatrija: rukovodstvo dlja vrachej. Moskva: Medicina, 37 p.
- 8 Warren C.P. (1968) Psychotic Reactions During Travel // British Medical Journal. No. 5598(2). P. 299.
- 9 Jin Lee C., Jeong Noh E., Woo Choi J. (2016) The Addiction Phenomenon and Travel: An Exploratory Study // Indian Journal of Science and Technology. No. 26(9).
- 10 Maklakov A.G. (2023) Obshhaja psihologija. Uchebnik dlja vuzov. SPb.: Piter. P. 122–147.
- 11 Krejsman D., Straus H. (2022) Ja nenavizhu tebjja, tol'ko ne brosaj menja. Pogranichnye lichnosti i kak ih ponjat' / Krejsman D., Straus H., SPb.: Piter.
- 12 Azarova L.A., Sjatkovskij V.A. (2008) Psihologija deviantnogo povedenija. Uchebno-metod. kompleks. Minsk: GIUST BGU. P. 92–93.

Я.А. АНДРИЯНОВ,*¹

магистрант.

*e-mail: tsonam574@gmail.com

ORCID ID: 0009-0008-1013-5132

Е.Б. ДУПЛЯКИН,¹

м.ф.к., профессор.

e-mail: e.duplyakin@turan-edu.kz

ORCID ID: 0009-0005-8417-1978

Л.Н. РОГАЛЕВА,²

пс.ф.к., доцент.

e-mail: l.n.rogaleva@urfu.ru

ORCID ID: 0000-0002-6870-9409

¹«Тұран» университеті, Алматы қ., Қазақстан

²Б.Н. Ельцин атындағы Орал федералды университеті,
Екатеринбург қ., Ресей

ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЕРЕКШЕЛІКТЕР МЕН ҰЗАҚ САПАРЛАР АРАСЫНДАҒЫ БАЙЛАНЫС

Аңдатпа

Бұл мақалада ұзақ сапарлардың жеке тұлға психикасына әсері, сонымен қатар кейбір бұзылулардың манифестациясы қарастырылады. Мақала авторының ойынша, ұзақ сапар сияқты фактордың көп функ-

ционалды мәні бар. Бұл мақаланың мақсаты – ұзақ мерзімді саяхаттың жеке тұлға психикасына әсер етуінің әртүрлі формаларын қарастыру. Жұмыстың ғылыми маңыздылығы қазіргі замандағы ұтқырлық (мобильділік) феномені мен оның жеке адамның психикасына және ықтималды әлеуметтік салдарға әсерін зерттеуде жатыр. Осылайша, психикалық бұзылулардың клиникалық белгілерін уақытында анықтай отырып, жеке тұлға үшін де, ол кіретін әлеуметтік топтар үшін де ықтимал зардаптарды азайту үшін бірқатар профилактикалық шараларды қолдануға болады. Осы жұмыста жалпы теориялық, талдау және синтез, тарихи-логикалық, индуктивті-дедуктивті ғылыми әдістер қолданылды. Бұл еңбекте ғылыми басылымдарға, теориялық жұмыстарға, клиникалық және жалпы білім беретін оқулықтарға талдау жасалды. Жұмыстың құндылығы – зерттеу саяхаты көп факторлы стрессор ретінде қарастырылады. Демек, осы стрессордың әсерін болдырмау және жою бойынша практикалық ұсыныстар көп факторлылық принципіне де бағынады.

Тірек сөздер: саяхат, психика, цифрлық көшпенділер, дромомания, бақылау, импульстар.

Y.A. ANDRIYANOV,*¹

Master's student.

*e-mail: tsonam574@gmail.com

ORCID ID: 0009-0008-1013-5132

YE.B. DUPLYAKIN,¹

c.m.sc., professor.

e-mail: e.duplyakin@turan-edu.kz

ORCID ID: 0009-0005-8417-1978

L.N. ROGALYOVA,²

c.ps.sc., Associate Professor.

e-mail: l.n.rogaleva@urfu.ru

ORCID ID: 0000-0002-6870-9409

¹Turan University,

Almaty, Kazakhstan

²Ural Federal University named after B.N. Yeltsin,

Ekaterinburg, Russia

THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL TRAITS AND LONG-DISTANCE TRAVEL

Abstract

This article considers the mutual influence of long-term travel and the psyche of individuals, including as a factor in the development of mental disorders. According to the author of the article, such a factor as a long journey has a multifactorial significance. The purpose of this article is to review the various forms of influence of long-term travel on the psyche of an individual. The scientific significance lies in the fact that against the background of active development of technical means and increasing mobility of the population, the topic of mutual influence of long-term travel and psyche has not been practically covered in Russian. Thus, with timely detection of clinical signs of mental disorders, it is possible to take a number of preventive measures to reduce the possible consequences, both for the individual and for those social groups to which he belongs. When writing the work, the following scientific methods were used: general theoretical, analysis and synthesis, historical-logical, inductive-deductive. This paper analyzed the available scientific publications, theoretical works, clinical and general educational manuals. The value of the study lies in the fact that traveling and psyche are considered in mutual influence. Therefore, practical recommendations for prevention should also take into account this mutual influence.

Key words: travel, psyche, digital nomads, dromomania, control, impulses.

2 CLINICAL AND SPECIAL PSYCHOLOGY КЛИНИКАЛЫҚ ЖӘНЕ АРНАЙЫ ПСИХОЛОГИЯ КЛИНИЧЕСКАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

IRSTI 15.81.61

UDC 159.99

<https://doi.org/10.46914/2959-3999-2023-1-3-21-29>

I. AMANOVA,*¹

C.Ps.S., associate professor.

*e-mail: indira.amanova@narxoz.kz

ORCID ID: 0000-0003-4411-2082

M. AMANOVA,²

Master's student.

e-mail: marindira@mail.ru

ORCID ID: 0009-0000-5233-2048

¹Narhoz University,

Almaty, Kazakhstan

²Abai Kazakh National Pedagogical University,

Almaty, Kazakhstan

THE PSYCHOLOGICAL READINESS OF THE EDUCATORS FOR INCLUSIVE EDUCATION AT UNIVERSITIES OF KAZAKHSTAN

Abstract

Inclusive education is a fundamental right that aims to provide equal opportunities and access to quality education for students with diverse backgrounds, abilities, and special educational needs. In recent years, our country has made significant progress in embracing inclusive education at the university level. By fostering an inclusive learning environment, Kazakhstan is not only empowering every learner but also paving the way for a more inclusive society. This article explores the importance of inclusive education for university students in Kazakhstan and the initiatives taken to ensure its implementation. Moreover, the psychological determinants of the readiness of educators for inclusive teaching of university students with disabilities have been studied. The analysis of scientific sources has shown that a positive attitude and appropriate training of teachers are decisive in this problem. The findings from the conducted survey for diagnosing the level of inclusive readiness of university teachers show that the experience of instructing students with SEN has a big impact on the educators' attitude towards practicing inclusive education, as well as their level of confidence in own capabilities and competencies. Further expansion and continuous evaluation of inclusive education programs will ensure sustainable progress towards a more inclusive society.

Key words: inclusive education, educators, university students, the psychological readiness, inclusive teaching practices, special educational needs (SEN).

Introduction

Relevance of the study. Currently, the number of young people with disabilities and SEN around the Globe is increasing. In these terms, inclusive education is seen as an optimal kind of learning that facilitates the process of socialization and adaptation to the adult life of a personality with disabilities. The problem of inclusive education in Kazakhstan has been addressed primarily in schools and kindergartens, and less in higher education institutions. Nevertheless, inclusive education in our country at the university level is gaining momentum, aiming to address barriers that hinder students' access and create a nurturing environment that encourages success.

Inclusive education acknowledges the importance of catering to the diverse learning needs and abilities of all students. The modern education system seeks effective ways of providing inclusive education and strives to improve the quality of teaching for all participants. Thanks to inclusion, students with special educational needs can be actively engaged in the learning process and group activities, encouraged to communicate with peers and exchange their viewpoints, enhancing interaction skills in a natural environment. On the other hand, the students without health limitations learn to treat students with SEN with respect and understanding.

Main provisions

This article demonstrates the significance of inclusive education in promoting equal opportunities and positive outcomes among university students, as well as the necessity to analyze the structure of inclusive readiness, considering the role of educators' personality in successful implementation of inclusive practices. With the regard of less attention paid to the practical realisation of inclusive education at university level as well as to the instructors' degree of readiness for working with students with SEN, it is expedient to investigate the psychological readiness of the teachers of universities to provide this kind of education.

The object of the study is the system of inclusive education in higher educational institutions.

The subject of the study is the degree of psychological readiness of university teachers for inclusive education.

The aim of the research is to analyse the benefits of inclusive practices in universities, as well as to evaluate the instructors' average level of psychological readiness for teaching university students with SEN.

The tasks of the study are the following:

- 1) to break down the profits of integrating inclusive education in universities;
- 2) to review the issue of the development of inclusive education in current conditions;
- 3) to diagnose the level of psychological readiness of university teachers for inclusive education;
- 4) to analyse and evaluate the received data on the inclusive readiness of university teachers.

Literature review

Among foreign authors, the studies of the structure and diagnostics of teachers' attitudes towards inclusive education by K.C. Stoiber [1], E. Avramidis [2], J. Campbell [3], should be noted. The results obtained within the framework of their methodology "My Thinking about Inclusion" reveal that the appropriate training of educators plays a crucial role in the formation of progressive attitudes towards inclusion [1].

Such scholars as Black [4], Gelbar [5], and Morina [6] in their works reported insufficient training in the types of disability and SEN, as well as a lack of awareness of regulatory documents, inclusive practices and methodologies among tutors.

The fact that a young person belongs to a linguo-cultural minority, or the fact that he has a certain psychological-physical deviation from the norm requires recognition of the need to create such a student an inclusive educational environment. University teachers ought to identify the features of the organisation of the comprehensive learning process within the framework of vocational training.

From the point of view of E.V. Kilimnik, the Professor of General Psychology and Humanities, university teachers should be guided by such beliefs and principles as:

- ♦ all students are able to study and attend classes at university corresponding to their psychophysiological status;
- ♦ everyone receives suitable educational programs and a curriculum tailored to their needs;
- ♦ all learners are engaged in joint and extracurricular activities;
- ♦ every person benefits from cooperation at the university [7].

In these terms, inclusive education agrees with the humanistic approach to teaching, acknowledging the rights of the students as independent personalities, regardless of their health issues and backgrounds.

The pedagogical process with an inclusive approach facilitates the acquisition of the necessary competencies by students, according to the State Educational Standard. S.N. Sorokoumova points out peculiar conditions for people with SEN to be taken into account:

- 1) compliance with the rights of students to full-fledged education;
- 2) ergonomic environment (ramps, elevators, medical office, specially equipped toilets and gym, etc.);
- 3) organizational and methodological support of the educational process (individual training programs, innovative ICT in the auditoriums, regular control of students' knowledge);
- 4) monitoring of inclusive education (tracking learning achievements of individual students) [8].

According to psychologists C.V. Alyokhina, E.L. Agafonova and M.A. Alekseeva, the main psychological barriers are the following:

- 1) "fear of harm of inclusion" for other participants of the educational process;
- 2) negative attitude and prejudices of the tutor;
- 3) lack of the professional competence of the teacher;
- 4) unwillingness to change and adapt to inclusive education;
- 5) psychological unpreparedness to work with "special" students.

The readiness of a teacher to work in the frame of inclusive education is deemed by the researchers as a set of two key parameters: professional readiness and psychological readiness [9].

Among Kazakhstani scientists, Zhangazina M.K. differentiates between objective and subjective milestones of the development of inclusive education. Subjective ones include:

- ♦ insufficient development of standard inclusive procedures;
- ♦ a lack of indicators for monitoring the process and outcomes of learning of students with disabilities;
- ♦ a limited number of teaching aids in the Kazakh language;
- ♦ lack of special knowledge of educators for the organization of the inclusive pedagogical process;
- ♦ a little amount of regular consultations on the part of specialists;
- ♦ unique circumstances of students with disabilities.

The researcher highlights a considerable problem of the deficit of teachers-defectologists, typhlopedagogues and sign language therapists for special institutions with Kazakh language education [10].

In the context of our study, it is essential to recognize the structure of psychological readiness. It consists of such characteristics as emotional acceptance of personalities with various types of disorders; willingness to include students with disabilities in activities in the auditorium; satisfaction with one's own teaching practice, etc.

Materials and methods

In order to achieve the aim of the study, the following methods were applied:

- 1) the method of survey (by means of Google Forms);
- 2) the factor analysis of reliability (α -Kronbach) of the survey questions;
- 3) the graphical method of data analysis (for visualization of data).

Within the research, 42 educators of Abai and Narxoz University were asked to express their opinions and the degree of agreement with the given statements.

The responses were assessed on a 5-point Likert scale, which allowed us to reveal seven factors of the ranking of readiness for inclusive education:

- 1) rejection and avoiding inclusive teaching;
- 2) uncertainty and incompetence;
- 3) scepticism and indifference;
- 4) psychological barriers;
- 5) realising the need for inclusion and open-mindedness;
- 6) awareness of inclusive teaching procedure (methodology);
- 7) having experience of working with students with SEN.

The survey “The Diagnostic of Psychological Readiness of University Teachers for Inclusive Education” in Kazakh and Russian languages includes 30 statements regarding the problem of inclusion.

Results and discussion

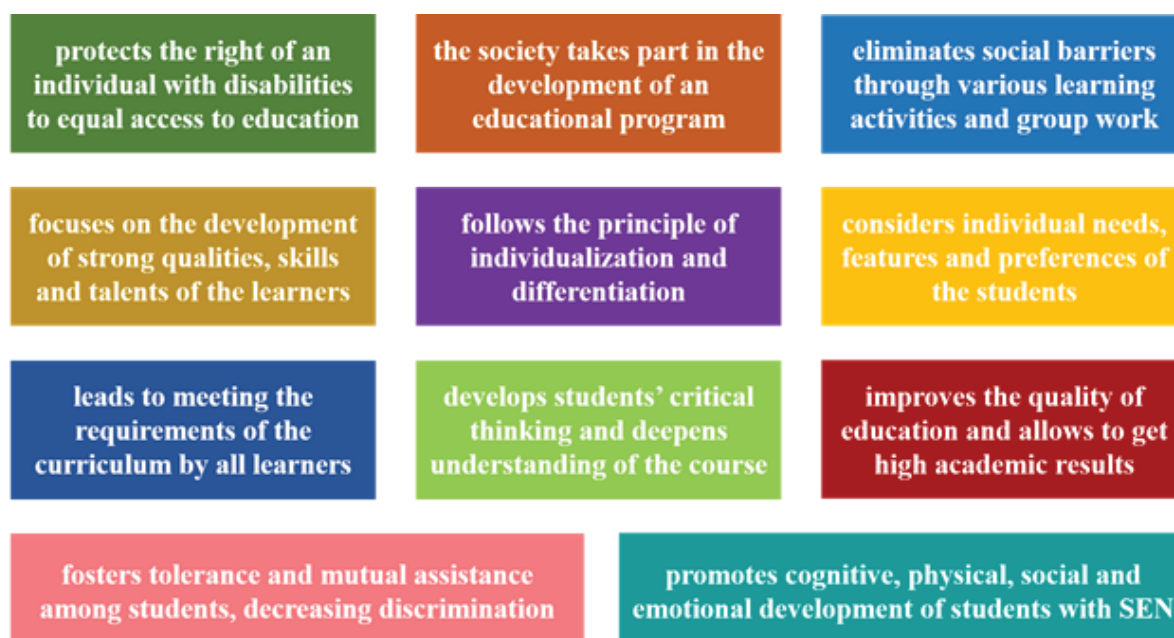
Theoretical study. So, what benefits does inclusive education give to society and persons with SEN? First of all, inclusive teaching and learning recognizes the right of every student without discrimination to receive a meaningful learning experience in diverse forms and through various activities which allow better perception and consolidation of information. Besides, it ensures the participation of all the stakeholders in the development of the educational program.

Thirdly, inclusive education eliminates communication and interaction barriers, creating a favourable atmosphere for the collaboration of students with and without disabilities. And certainly, it takes into account the individual needs and preferences of the students. The implementation of inclusive methods of teaching, learning and assessment gives all students an opportunity to meet the requirements of the curriculum and fully realize their intellectual potential.

Furthermore, a wide range of learning activities and valuable experiences in pair and group work contribute to developing critical thinking and a deeper understanding of the discipline. The inclusive curriculum developed by the university can help the instructors to ensure that all students, regardless of their physiological capabilities, have equal access to the learning material and are able to fully participate in the educational process, getting considerable academic results.

Corresponding to a new paradigm of education – lifelong learning, and the main aim of pedagogy – versatile harmonious development of personality, inclusive education meets the realia of modern society, enhancing the universal development of students with disabilities and special educational needs. Moreover, inclusive education occurs in the context of the formation of human values and tolerance among the young generation.

On the basis of analysis of literature on the issue of psychological readiness for inclusive pedagogical activity, the advantages of inclusive education were identified. They are illustrated in the picture 1.



Picture 1 – The benefits of inclusive education for students and society

Note: Compiled by the authors.

Considering the question of preparation of special personnel, one should speak about the problem of psychological readiness of the teachers for inclusive education. The attitude and the degree of inclusive competence of the educators will certainly affect the pedagogical process and learning achievements of the students with disabilities. To note, the term “inclusive readiness” may be a more suitable analogue of the extensive concept of the “psychological readiness of educators.”

What is understood by the term “inclusive readiness” or “inclusive attitude”? It refers to a complex integral quality of personality, meaningfully reflected in a set of competencies that determines the possibility of effective professional and pedagogical activity in the given conditions. The composite parts of inclusive readiness are cognitive, emotional, motivational, reflexive and communicative components that are viewed through the prism of two facets: psychological and pedagogical [11].

The obtained data was subjected to exploratory factor analysis, as a result of which 7 factors were identified: rejection and avoiding; uncertainty and incompetence; scepticism and circumspection; psychological barriers; realising the significance of inclusion and open-mindedness; awareness of inclusive teaching procedure; having positive or negative experience of teaching students with SEN.

The a-Kronbach reliability coefficients calculated for each of the listed factors show good internal consistency of the questionnaire, ranging between 0.77 and 0.8. The interpretation of the obtained scales together with the reliability and the number of tasks is given in Table 1.

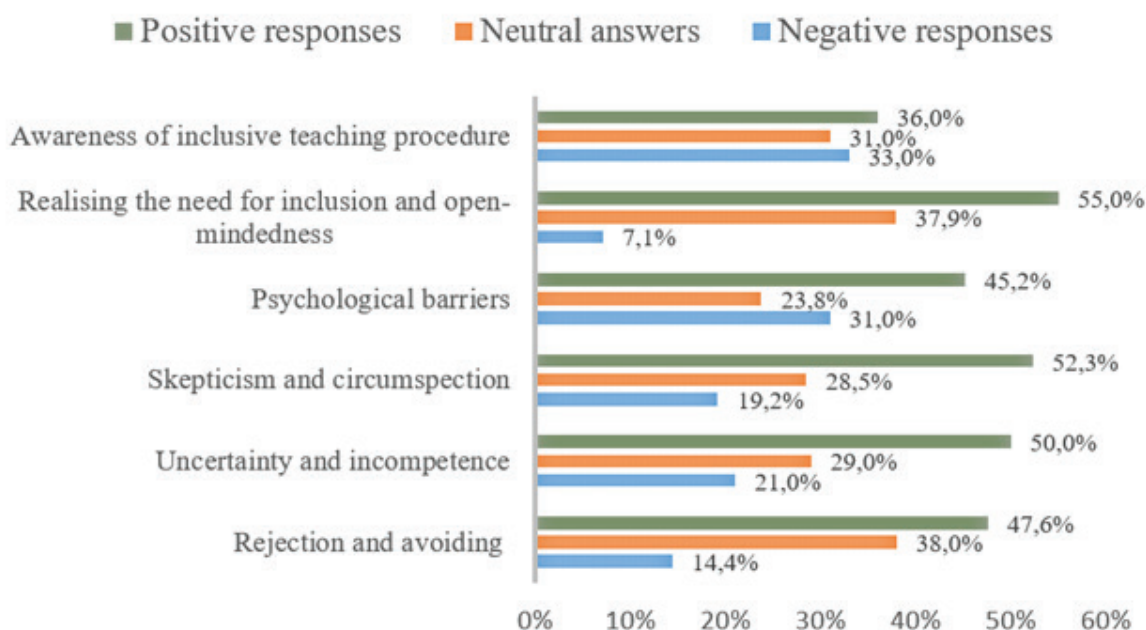
Table 1 – Characteristics of the parameters of the questionnaire of readiness for inclusive activity based on the factor analysis

The parameter and its interpretation	Number of 5 scale questions	Reliability (α -Kronbach)
Rejection and avoiding inclusive teaching	4	0.8
Uncertainty and incompetence	4	0.79
Scepticism and circumspection	4	0.77
Psychological barriers	4	0.78
Realising the need for inclusion and open-mindedness	5	0.78
Awareness of inclusive teaching procedure	5	0.79
Evaluating experience of teaching students with SEN	3	0.78
Note: Compiled by the authors.		

The obtained data from the survey in percentage are demonstrated in Table 2 and Picture 2 (p. 26) below.

Table 2 – Results of the survey “The Diagnostic of Psychological Readiness of University Teachers for Inclusive Education” in relation to the factors of inclusive readiness

The Factor	Negative responses	Neutral answers	Positive responses
Rejection and avoiding	14,4%	38,0%	47,6%
Uncertainty and incompetence	21,0%	29,0%	50,0%
Skepticism and circumspection	19,2%	28,5%	52,3%
Psychological barriers	31,0%	23,8%	45,2%
Realising the need for inclusion and open-mindedness	7,1%	37,9%	55,0%
Awareness of inclusive teaching procedure	33,0%	31,0%	36,0%
Note: Compiled by the authors.			



Picture 2 – Visualisation of the survey results corresponding to the factors of inclusive readiness

Note: Compiled by the authors.

The results of the data analysis show that the experience of working with young people with disabilities significantly affects the scores on the scale “rejection and avoiding” along with the factor “uncertainty and incompetence.” Subjects who have no experience working with students with SEN are more likely to display a negative attitude towards inclusive education and try to avoid it, whereas subjects with such experience consider themselves more competent and willing to teach non-standard personalities.

To be more precise, 47.6% of the surveyed instructors would like to avoid dealing with special students and not take such responsibility. Still, 38% of the participants are neutral to teaching learners with disabilities and more liberal towards inclusive education. The rest of the university teachers don’t exhibit signs of rejection of inclusive teaching.

Analysing the responses on the scale “uncertainty and incompetence”, we discovered that a considerable number of teachers felt insecure about their competence. 50% of respondents (21 teachers) are not ready to work with students with SEN, whereas 21% of the survey participants are fully ready to work with such people, being confident in their knowledge and skills. 80.9% of the surveyed people note that they need to pass special trainings and programs on teaching “special” students, emphasizing the necessity to increase methodological competence regarding inclusive education.

The results on the third factor – scepticism and circumspection – show that some teachers are cautious about inclusive education since it is a new phenomenon. Therefore, 52.3% of respondents admit the difficulty of comprehending and correctly realising it. The majority of the tutors consider working with persons with disabilities far harder and more responsible because it requires a lot of effort and attention. Some teachers are sceptical about the use of their participation in the process of inclusive education.

Comparing the results of the fourth parameter – psychological barriers – we may conclude that there are barriers that impede the acceptance of a person with disabilities by teachers. Some educators (12%) are worried about the possibility of isolation of the individual with handicaps by his or her groupmates. 16% of the teachers expressed concern that they would not be productive enough to teach everyone properly if there was at least one young person with disabilities. Approximately 14% of the participants would not teach boys and girls with disabilities if it were not for the requirement of the administration.

Considering the fifth factor – open-mindedness towards inclusive teaching – More than half of respondents consider it difficult but noble to teach individuals with disabilities and disorders. As for the statement “In modern society, all young people, irrespective of their psycho-physical peculiarities and backgrounds, should have a chance to study at a university”, nearly 69% of the respondents expressed full agreement and 4.8% of them disagreed. 19 teachers feel inspired to work with learners with SEN witnessing their success and high academic results.

A comparative analysis of answers on realising the need for inclusion shows that 55% of the survey participants consider it necessary to implement inclusive education in higher education institutions, while only 3 individuals disagree with this. Some inexperienced teachers and all survey participants who have experience teaching special students acknowledge the significance of inclusive training. More than half of the respondents believe that inclusive education is useful not only for people with disabilities but also for ordinary children, as it fosters tolerance. On the other hand, 2 persons suppose that such youth should study only in special institutions.

Evaluating the awareness of inclusive teaching procedures, we may conclude that 36% of the respondents know how to work with several categories of students with disabilities. Among them, 7 individuals (16.6%) are well-versed in the psychological characteristics of people with diverse types of disabilities. A third of the tutors report a lack of knowledge about inclusive teaching methods and techniques for learners with disabilities. The rest of the study participants relate their knowledge of inclusive methodology to an average level.

In general, 22 respondents have not worked with persons with disabilities, gifted individuals and other categories of inclusive students. Among people who have instructed learners with SEN, 12 persons are content with their experience. However, some tutors are not satisfied with their inclusive teaching practices. 4 individuals selected the average level of evaluation of inclusive teaching. Most university teachers encounter foreign students rather than persons with disabilities.

Conclusion

The findings from the empirical study conducted in Abai and Narxoz universities demonstrate the transformative potential of inclusive education for university students. By promoting equal access, fostering positive learning outcomes, and nurturing an inclusive environment, inclusive education initiatives are creating a conducive atmosphere for students to thrive academically, emotionally, and socially.

Inclusive education aims to provide equal opportunities, access, and support for students of diverse backgrounds and abilities, fostering a positive and inclusive learning environment. Understanding the significance and need of inclusive education by university teachers in Kazakhstan, their psychological and pedagogical training, participation in methodological developments for working with students with disabilities, is crucial for enabling effective and qualitative education for all learners.

By organising and implementing inclusive practices, Kazakhstan is taking significant steps toward building a more inclusive society. The collaborative efforts of universities, faculty members, and students are key to creating an inclusive learning environment where diversity is embraced, knowledge is shared, and all students can reach their full potential.

REFERENCES

- 1 Stoiber K.C., Gettinger M., Goetz D. Exploring factors influencing parents' and early childhood practitioners' beliefs about inclusion // *Early Childhood Research Quarterly*. 1998. Vol. 13. Iss. 1. P. 107–124. URL: [https://doi.org/10.1016/S0885-2006\(99\)80028-3](https://doi.org/10.1016/S0885-2006(99)80028-3).
- 2 Avramidis E., Bayliss P., Burden R. Student Teachers' Attitudes towards the Inclusion of Children with Special Educational Needs in the Ordinary School. *Teaching and Teacher Education*, 2000. No. 16. P. 277–293. URL: [https://doi.org/10.1016/S0742-051X\(99\)00062-1](https://doi.org/10.1016/S0742-051X(99)00062-1)
- 3 Gilmore L., Campbell J., Cuskelly M. Developmental expectations, personality stereotypes, and attitudes towards inclusive education: Community and teacher views of Down syndrome // *International Journal of Disability, Development and Education*. 2003. No. 50(1). P. 65–76. URL: <https://doi.org/10.1080/1034912032000053340>

4 Black-Hawkins K. Understanding Inclusive Pedagogy / In: Plows V., Whitburn B. (eds) Inclusive Education. Innovations and Controversies: Interrogating Educational Change. Sense Publishers, Rotterdam. 2017. URL: https://doi.org/10.1007/978-94-6300-866-2_2

5 Gelbar NW., Smith I., Reichow B. Systematic review of articles describing experience and supports of individuals with autism enrolled in college and university programs // Journal of Autism and Developmental Disorders. 2014. No. 44(10). P. 2593–2601.

6 Morina A. Inclusive education in higher education: challenges and opportunities // European Journal of Special Needs Education. 2017. No. 32. P. 3–17. 10.1080/08856257.2016.1254964.

7 Kilimnik E.V. Features of inclusive education in higher education and its advantages // Extrability as a phenomenon of inclusive culture: Formation of inclusive culture in the digital space: collection of articles of the III International Scientific and Practical Conference. Yekaterinburg, December 10–11, 2020. P. 70–77.

8 Sorokoumova S.N. Psychological features of inclusive education // Proceedings of the Samara Scientific Center of the Russian Academy of Sciences. 2010. No. 3(1). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-inklyuzivnogo-obucheniya> (accessed: 09.10.2023)

9 Alekhina S.V., Alekseeva M.A., Agafonova E.L. Preparedness of Teachers as the Main Factor of Success of the Inclusive Process in Education // Psychological Science and Education. 2011. No. 1. P. 83–92.

10 Zhangazina M.K. Inclusive education in the Republic of Kazakhstan. Coursework. 2018. URL: <https://infourok.ru/azastan-respublikasindai-inklyuzivti-bilim-beru-2703405.html>.

11 Khitryuk V.V. Inclusive readiness as a stage of formation of inclusive culture of a teacher: structural-level analysis // Bulletin of the Bryansk State University. 2012. No. 1(1). P. 80–84.

И.К. АМАНОВА,*¹

к.пс.н., ассоциированный профессор.

*e-mail: indira.amanova@narxoz.kz

ORCID ID: 0000-0003-4411-2082

М.К. АМАНОВА,²

магистрант.

e-mail: marindira@mail.ru

ORCID ID: 0009-0000-5233-2048

¹Университет Нархоз,

Алматы, Казахстан

²Казахский национальный педагогический

университет имени Абая,

Алматы, Казахстан

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ ПЕДАГОГОВ К ИНКЛЮЗИВНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ В УНИВЕРСИТЕТАХ КАЗАХСТАНА

Аннотация

Инклюзивное образование – это фундаментальное право, обеспечивающее равные возможности и доступ к качественному образованию учащимся с различным происхождением, способностями и особыми образовательными потребностями. За последние годы наша страна добилась значительного прогресса во внедрении инклюзивного образования на уровне вузов. Создавая инклюзивную среду обучения, Казахстан не только расширяет возможности каждого учащегося, но и прокладывает путь к более инклюзивному обществу. В этой статье исследуется важность инклюзивного образования для студентов университетов в Казахстане и инициативы, предпринятые для обеспечения его реализации. Кроме того, были изучены психологические детерминанты готовности педагогов к инклюзивному обучению студентов вузов с ограниченными возможностями здоровья. Анализ научных источников показал, что позитивный настрой и соответствующая подготовка учителей являются ключевыми в решении этой проблемы. Результаты проведенного опроса для диагностики уровня инклюзивной готовности преподавателей вузов показывают, что опыт обучения студентов с ОВЗ оказывает большое влияние на отношение преподавателей к практике инклюзивного образования, а также на уровень их уверенности в собственных возможностях и компетенциях.

Ключевые слова: инклюзивное образование, педагоги, студенты вузов, психологическая готовность, инклюзивные педагогические практики, особые образовательные потребности (ООП).

И.К. АМАНОВА,*¹

пс.ф.к., қауымдастырылған профессор.

*e-mail: indira.amanova@narxoz.kz

ORCID ID: 0000-0003-4411-2082

М.К. АМАНОВА,²

магистрант.

e-mail: marindira@mail.ru

ORCID ID: 0009-0000-5233-2048

¹Нархоз университеті,

Алматы, Қазақстан

²Абай атындағы Қазақ ұлттық

педагогикалық университеті,

Алматы, Қазақстан

ПЕДАГОГТЕРДІҢ ҚАЗАҚСТАН УНИВЕРСИТЕТТЕРІНДЕ ИНКЛЮЗИВТІ БІЛІМ БЕРУГЕ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ДАЙЫНДЫҒЫ

Аңдатпа

Инклюзивті білім беру-шығу тегі, қабілеті және ерекше білім беру қажеттіліктері бар оқушылар үшін сапалы білім берудің тең мүмкіндіктері мен қолжетімділігін қамтамасыз етуге бағытталған іргелі құқық. Соңғы жылдары біздің еліміз университет деңгейінде инклюзивті білім беруді енгізуде айтарлықтай прогреске қол жеткізді. Инклюзивті оқу ортасын құра отырып, Қазақстан әрбір оқушының мүмкіндіктерін кеңейтіп қана қоймай, неғұрлым инклюзивті қоғамға жол ашады. Бұл мақалада Қазақстандағы университет студенттері үшін инклюзивті білім берудің маңыздылығы және оны іске асыруды қамтамасыз ету үшін қабылданған бастамалар зерттеледі. Сонымен қатар, мүмкіндігі шектеулі жоғары оқу орындарының студенттерін инклюзивті оқытуға педагогтердің дайындығының психологиялық детерминанттары зерттелді. Ғылыми дереккөздерді талдау мұғалімдердің оң көзқарасы мен тиісті дайындығы бұл мәселені шешуде маңызды екенін көрсетті. ЖОО оқытушыларының инклюзивті дайындық деңгейін диагностикалау үшін жүргізілген сауалнаманың нәтижелері мүмкіндігі шектеулі студенттерді оқыту тәжірибесі оқытушылардың инклюзивті білім беру практикасына деген көзқарасына, сондай-ақ олардың өз мүмкіндіктері мен құзыреттеріне деген сенімділік деңгейіне үлкен әсер ететіндігін көрсетеді.

Тірек сөздер: инклюзивті білім беру, педагогтар, ЖОО студенттері, психологиялық дайындық, инклюзивті педагогикалық практика, ерекше білім беру қажеттіліктері.

3 APPLIED PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY ҚОЛДАНБАЛЫ ПСИХОЛОГИЯ ЖӘНЕ ПЕДАГОГИКА ПРИКЛАДНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА

МРНТИ 15.21.41
УДК 159.942.5

<https://doi.org/10.46914/2959-3999-2023-1-3-30-39>

Г.М. ДУЙСАЛИЕВА,*¹

магистрант.

* e-mail: gauhardum@mail.ru

ORCID ID: 0009-0008-7119-5120

М.В. МУН,¹

к.пс.н., ассоциированный профессор.

e-mail: m.mun@turanaedu.kz

ORCID ID: 0000-0003-0714-3445

¹Университет «Туран»,

г. Алматы, Казахстан

ВОЗДЕЙСТВИЕ КЛАССИЧЕСКОЙ МУЗЫКИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ ЧЕЛОВЕКА

Аннотация

Музыка традиционно считается одним из мощнейших средств эмоциональной регуляции психической активности человека, способствует сублимации эмоций, снижению тревоги, уровня стресса и т.д. Цель исследования – изучить психологические особенности воздействия классических музыкальных произведений на эмоциональные состояния человека. В исследовании принимали участие 40 испытуемых, средний возраст – 26 с половиной лет; 20 музыкантов и 20 человек нем музыкантов. Психодиагностические измерения были проведены по следующей процедуре – испытуемые прослушивали пять классических музыкальных композиций, после прослушивания каждой композиции они оценивали свое эмоциональное состояние по методике «Самооценка эмоциональных состояний» К. Изарда. Статистическая обработка данных проводилась с применением критерия Фридмана для сравнения трех и более парных выборок и парного критерия Вилкоксона, использовалась программа SPSS, версия 23.0. Проведенное исследование динамики эмоциональных состояний при прослушивании классических произведений показало, что в целом идет повышение эмоционального тонуса с преобладанием позитивных эмоций и снижением негативного фона. Подобранные музыкальные произведения помогли прожить и сублимировать отрицательные эмоции.

Ключевые слова: классическая музыка, эмоциональные состояния, сублимация.

Введение

Актуальность исследования. Музыка – это комбинация семи основных элементов – мелодии, гармонии, ритма, формы, текстуры, динамики и тембра, хотя не все эти элементы должны присутствовать в одинаковой степени. Хотя музыка сама по себе не является языком, это не отменяет того, что музыка способна репрезентировать или выражать смыслы. Этот неотъемлемый смысл отчетливо проявляется, когда музыка сочетается с текстом или словами в песне. Музыка является нейробиологическим инструментом, который влияет на психическое здоровье, эмоции и состояние человека, поскольку она заменяет и расширяет язык [1]. Во всем мире люди используют музыку для выражения широкого спектра смыслов и значений, которые

варьируются от национальной идентичности, религиозных и политических идеологий до интимных личных коннотаций [2–3]. Среди этого разнообразия значений способность музыки представлять или выражать эмоции выделяется как одна из главных причин, по которым музыка вездесуща в коммерческой среде, на телевидении, в кино и в Интернете и является ведущей мотивацией, по которой люди посвящают музыке так много времени, энергии и денег [4–5]. В современном обществе музыка стала одной из наиболее важных стратегий создания, усиления и саморегуляции эмоций [6–8].

В течение последних двух десятилетий эмоциональная сила музыки вызывает все больший интерес у исследователей-психологов, которые сосредоточились на двух явлениях: способности музыки возбуждать эмоции и способности их выражать [9]. Н. Ахмад [10] указывает, что способность музыки вызывать положительные эмоции может быть причиной, по которой человек слушает то или иное произведение о музыке снова и снова.

В. Салимпур и др. [11] исследовали вызываемое музыкой состояние удовольствия, счастья и показали, что приятные реакции на музыку могут варьироваться по целому спектру – от легкой смены настроения до мурашек по коже от удовольствия (фриссон). Используя отрывки инструментальной музыки, которые считались нейтральными, и отрывки, которые были приятными до такой степени, что вызывали мурашки у респондентов ($n=26$), Салимпур и др. нашли доказательства взаимосвязи между удовольствием, вызываемым музыкой, и эмоциональным возбуждением. Из 26 музыкальных отрывков, вызвавших мурашки по коже, 18 были западной классической музыкой, джазовыми произведениями, народными произведениями и произведениями поп-рока. Музыкальное произведение, которое чаще всего вызывало приятный озноб у участников, – это «Адажио для струнных» Сэмюэля Барбера.

Ряд исследований показал, что классическая музыка не только доставляет удовольствие, но и способна уменьшить беспокойство, тем самым улучшая психическое здоровье человека.

Найт и Рикард [12] изучали эффект расслабляющей музыки (Канон Пахельбеля) на старшекурсниках. Полученные результаты предоставили экспериментальные доказательства того, что расслабляющая музыка является эффективным способом снижения тревожности. Нильссон и др. [13] сообщили, что прослушивание музыки в качестве средства терапии уменьшало стресс, возникающий в результате операции, за счет значительного снижения уровня кортизола в слыворотке крови, снижало послеоперационную боль, в послеоперационный период уменьшало беспокойство и боль, что приводило к уменьшению потребности в применении морфина.

Исследование Тома и др. [14] показало, что прослушивание музыки влияет и на систему психобиологического стресса, преимущественно влияние оказывалось на вегетативную нервную систему (с точки зрения более быстрого восстановления) и в меньшей степени на эндокринную и психологическую реакцию на стресс.

Йео и др. [15] рассматривают «психологию слушателя» как способ, с помощью которого разум слушателя воздействует на поведение, отдающее предпочтение музыке. Результаты этого исследования показали, что существует отрицательная взаимосвязь между невротизмом и музыкальными предпочтениями среди студентов, которые не изучают музыку. Это указывает на то, что чем выше степень невротизма, тем меньше немусыканту нравится музыкальный стимул. Музыкальный стимул появляется как «возбуждающая информация». Невротичные люди склонны к беспокойству и имеют более слабое психическое здоровье. Они могут характеризоваться негативным эмоциональным состоянием, депрессией и страдать от большей тревожности, чем нормальные люди, и у них может быть более низкий порог активации симпатической нервной системы, им не нравится подвергаться воздействию возбуждающего стимула, который может присутствовать в музыке метал, хэви-метал или техно.

Доллингер [11] также указал, что тревожные невротики предпочитают менее возбуждающую музыку. Траппе более категоричен, он указывает, что хэви-метал и техно-музыка могут быть опасны для пациентов интенсивной терапии.

Хармат, Такач и Бодис исследовали, как музыка может улучшить качество сна. Они пришли к выводу, что успокаивающая классическая музыка является эффективным отвлекающим средством для уменьшения проблем со сном, которые часто приводят к усталости и депрессии. Музыка расслабляет симпатическую нервную систему и снижает тревожность, что оказывает

положительное влияние на сон за счет расслабления мышц и отвлечения от мыслей, тем самым способствуя психическому и физическому здоровью.

Последние исследования показывают, что музыкальная терапия демонстрирует значительные перспективы в лечении психических заболеваний. Например, музыкальная терапия сыграла положительную роль в регулировании эмоций студентов, культивировании здоровых эмоций студентов, устранении межличностных барьеров и улучшении развития инновационного мышления студентов и их способностей к инновациям посредством просвещения в области психического здоровья и курсов психологического консультирования, а также профилактики и обращение со студентами проблемы с психическим здоровьем. Так, Хаками, Зареан, Никфарджам и Ярмохаммади показали, что прослушивание классической музыки оказывает эффективное воздействие на улучшение большинства положительных симптомов шизофрении и некоторых ее негативных аспектов.

Чжэн и Лам показали, что музыка может усилить ощущение счастья и облегчить боль, активируя психосоматические механизмы опосредования. Однако чувства и реакции человека на одно и то же музыкальное произведение существенно различаются в зависимости от личностных характеристик. Люди могут быть привлечены музыкальным произведением из-за его естественных свойств, однако сиюминутные эмоции человека, физическое состояние и жизненный опыт, а также его музыкальные предпочтения всесторонне влияют на восприятие музыки индивидом (каждый ощущает мир посредством перцептивного познания, и они ценят музыкальные произведения, которые могут вызвать у них эмоциональные переживания). Их исследование показало, что музыка оказывает хорошее сублимирующее воздействие на положительные эмоции людей.

Таким образом, музыка может помочь регулировать эмоции, а это необходимо для хорошего психического здоровья. Классическая музыка – это нечто большее, чем классическая атмосфера, но она обладает уникальными высокими достижениями в музыкальной коннотации, усиливает любовь и благодарность и способствует росту личностных качеств. Такая музыка стимулирует позитивный настрой людей, эмоции для стремления к истине, добру и красоте, чтобы душа получила более глубокую сублимацию.

Проблемное поле исследования задано изучением динамики эмоционального состояния под воздействием произведений классической музыки.

Цель исследования: изучить психологические особенности воздействия классических музыкальных произведений на эмоциональные состояния человека.

Объект исследования: психологические особенности восприятия музыкальных произведений.

Предмет исследования: динамика эмоциональных состояний человека при прослушивании классической музыки.

Материалы и методы

В исследовании принимали участие 40 испытуемых, средний возраст – 26 с половиной лет, из них 11 мужчин и 29 женщин; 20 музыкантов и 20 человек нем музыкантов.

Проведенное исследование было комплексным. В данной статье мы осветим только один из этапов нашего экспериментального исследования.

Испытуемые прослушивали пять музыкальных композиций:

1. Первое произведение – И.С. Бах Хоральная прелюдия фа минор – избавление от чувства вины, самосознание, время звучания пять минут;
2. Второе произведение – В.А. Моцарт финал «Маленькой ночной серенады» – формирование оптимистичного мироощущения «радость жизни», время звучания пять минут;
3. Третье произведение – И. Брамс Четвертая симфония, часть 1 – преодоление чувства стыда и застенчивости, «стремление к совершенству», время звучания пять минут;
4. Четвертое произведение – Ф. Шопен Ноктюрн №2 in Es-dur – формирование позитивного отношения к миру «радость любви», время звучания пять минут;
5. Пятое произведение – П. Чайковский Шестая симфония, 3-я часть, марш – очищение от страданий, время звучания пять минут.

После прослушивания каждого музыкального фрагмента испытуемые заполняли методику «Самооценки эмоциональных состояний» К. Изарда, что позволило нам отследить динамику изменений эмоций не только в общем от прослушивания классики, но и оценить влияние каждого произведения на выражение и проживание определенного спектра эмоций.

Статистическая обработка данных проводилась с использованием программы SPSS, версия 23.0. Использовались критерий Фридмана для сравнения трех и более парных выборок и парный критерий Вилкоксона.

Основные положения

Проанализировав разные подходы ученых и исследователей к определению психологических особенностей воздействия классических музыкальных произведений на эмоциональные состояния человека, в нашем исследовании мы пришли к следующим положениям:

1. Распознавание музыкальных эмоций – это понимание коммуникативной направленности музыки, которое лежит в основе расшифровки музыкального смысла, понимания сущности музыкального послания.

2. Наличие или отсутствие музыкального образования играет значительную роль в организации эмоциональной системы.

3. Музыканты достаточно тонко дифференцируют эмоции при прослушивании соответствующих музыкальных отрывков, однако их эмоциональное состояние остается стабильным, не происходит «заражения» эмоциями, отмечается лишь значимое снижение неудовлетворенности.

4. Респонденты без специального музыкального образования показывают более сильный эмоциональный отклик на классическую музыку. Это видно, как по динамике эмоций при прослушивании пяти музыкальных отрывков, так и по динамике эмоций до и после прослушивания классики. Испытуемые получили своего рода катарсис, разрядив отрицательные эмоции и получив прилив бодрости и хорошего настроения.

Литературный обзор

Анализ научной психологической литературы по теме исследования сформировал три основных направления научных трудов:

- ♦ основными разработками по психологическим аспектам восприятия музыки являются концепция об универсальном характере эмоционально-музыкального слуха Тороповой А.В., Князевой Т.С.; разработка процесса коммуникации субъекта с художественным произведением Е.П. Крупник, Левочкина И.А.; изучение музыкального восприятия Назайкинским Е.В.; изучение эмоциональной отзывчивости на музыкальные произведения Адмакиной Т.А.; изучение закономерностей восприятия музыки Лобовой Л.Г., изучение параметров ЭЭГ при прослушивании музыки Mikutta Ch. и др.;

- ♦ изучение воздействия музыки на эмоциональные состояния человека раскрывается в исследованиях психофизиологических эффектов музыки Бехтеревым В.М., Дорфманом Л., Вяткиным Б.А. и др.; в изучении музыкального переживания, музыкальных способностей Тепловым Б.М.; в концепции двойственности музыкального восприятия В.В. Медушевского и др.;

- ♦ экспериментальные исследования психологического воздействия классической музыки на эмоциональные состояния человека содержатся в трудах Дроздовой И.А., Хайкиной Ю.В., Поповой К.М., Морозова В.П., Лобовой Л.Г., Zheng Q., Lam V., Hakimi, Fatemeh, Cohen S., Bodner E., Hegde S. и т.д.

Результаты и обсуждение

Рассмотрим, как менялась динамика эмоциональных состояний у музыкантов после прослушивания каждого музыкального фрагмента. Результаты по методике «Самооценка эмоциональных состояний» К. Изарда представлены на рисунке 1 (стр. 34) и в таблице 1 (стр. 34).

Результаты исследования в группе музыкантов



Рисунок 1 – Динамика эмоциональных состояний при прослушивании пяти отрывков классической музыки у музыкантов (средние ранги)

Примечание: Составлено авторами на основе методики «Самооценка эмоциональных состояний» К. Изарда.

Из данных, представленных в таблице 1 и на рисунке 1, следует, что выявлены значимые различия в изменении эмоционального состояния по девяти эмоциям у испытуемых при прослушивании музыкальных фрагментов. По эмоции интереса различий не выявлено, мы это связываем с тем, что самое участие в исследовании поддерживало интерес испытуемых на стабильном уровне.

Таблица 1 – Динамика эмоциональных состояний при прослушивании музыкального материала музыкантами по методике «Самооценка эмоциональных состояний» К. Изарда, критерий Фридмана

	Радость	Удивление	Горе	Гнев	Отвращение	Презрение	Страх	Стыд	Вина
1 Бах (ср.ранги)	1,84	1,79	4,43	2,85	3,45	3,25	3,35	3,19	4,23
2 Моцарт (ср.ранги)	4,24	3,58	1,73	3,18	2,48	2,60	2,31	2,26	1,94
3 Брамс (ср.ранги)	2,20	3,10	3,60	3,01	3,36	3,81	3,69	3,15	3,19
4 Шопен (ср.ранги)	3,84	3,19	3,15	2,15	2,59	2,56	2,21	3,86	2,88
5 Чайковский (ср.ранги)	2,89	3,35	2,10	3,81	3,13	2,78	3,44	2,54	2,78
Критерий Фридмана	72,31	34,47	86,32	34,68	24,354	30,12	44,22	29,22	52,49
Достоверность	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000

Примечание: Составлено авторами на основе методики «Самооценка эмоциональных состояний» К. Изарда.

Полученные данные также позволяют нам соотнести то, на вызывание каких эмоций и чувств направлено музыкальное произведение, и то, какие возникли у респондентов. Как мы видим, при прослушивании Хоральной прелюдии фа минор Баха преобладают эмоции вины и горя, что соответствует поставленной задаче и тематике произведения.

При прослушивании «Маленькой ночной серенады» Моцарта доминируют эмоции радости и удивления, следовательно, можно говорить, что данное музыкальное произведение способствует оптимистичному мироощущению.

При прослушивании Четвертой симфонии Брамса преобладают эмоции презрения, страха и горя, здесь мы видим скорее индивидуальный отклик испытуемых на произведение Брамса. Возможно, большее послевкусие оставила кульминация первой части симфонии, которая выражалась в суровых, резко акцентированных канонических имитациях фортиссимо, где слышится отчаяние, предвещающее трагический финал.

При прослушивании Ноктюрна № 2 in Es-dur Шопена доминируют эмоции радости и стыда, что вполне соответствует теме «радость любви», смешения эмоций радости и стыда (застенчивости).

При прослушивании Шестой симфонии П. Чайковского преобладают эмоции гнева, страха и удивления, что в целом можно оценить как освобождение от данных эмоций, изживание их.

Таким образом, мы видим значимую динамику эмоциональных состояний при прослушивании классической музыки, которая в целом соответствует внутреннему содержанию произведений, специфическая реакция показана испытуемыми лишь на произведение Брамса.

Результаты исследования в группе немусыкантов.

Рассмотрим, как менялась динамика эмоциональных состояний у немусыкантов после прослушивания каждого музыкального фрагмента. Результаты по методике «Самооценка эмоциональных состояний» К. Изарда представлены на рисунке 2 и в таблице 2 (стр. 36).

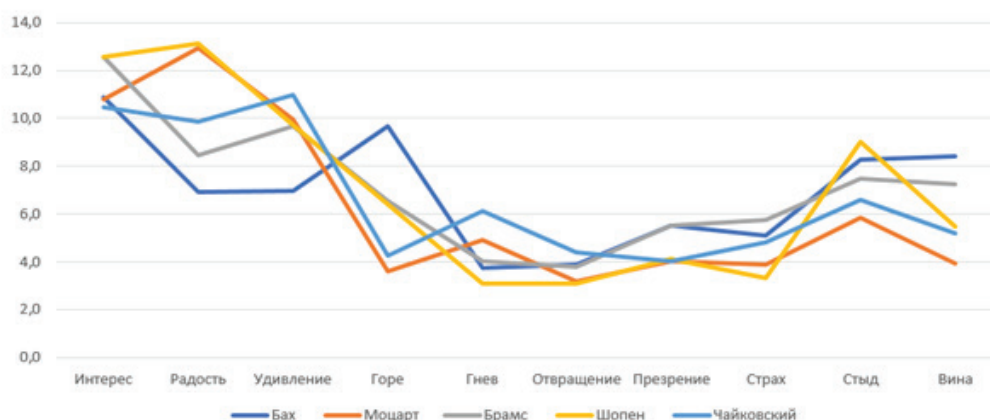


Рисунок 2 – Динамика эмоциональных состояний при прослушивании пяти отрывков классической музыки у немусыкантов (средние ранги)

Примечание: Составлено авторами на основе методики «Самооценка эмоциональных состояний» К. Изарда.

Из данных, представленных на рисунке 2 и в таблице 2, следует, что выявлены значимые различия в изменении эмоционального состояния немусыкантов по всем 10 эмоциям при прослушивании музыкальных фрагментов.

Как следует из таблицы 2, при прослушивании Хоральной прелюдии фа минор Баха у немусыкантов преобладало значимо больше эмоций горя, отвращения, презрения, страха, стыда и вины, тогда как при прослушивании Моцарта – радость и удивление. Также отметим, что у немусыкантов при прослушивании Баха преобладают в большей мере негативные и тревожно-депрессивные состояния, а при прослушивании Моцарта – позитивные эмоциональные состояния. Музыкальный отрывок Баха вызывал амбивалентный спектр эмоций, тогда как Моцарт пробуждал позитивные эмоции. Полученные данные в целом схожи с данными группы музыкантов, однако у немусыкантов больше негативных и тревожно-депрессивных эмоций возникло при прослушивании Баха.

Таблица 2 – Динамика эмоциональных состояний при прослушивании музыкального материала немзыкантами по методике «Самооценка эмоциональных состояний» К. Изарда, критерий Вилкоксона

	Бах 1 – Моцарт 2	Моцарт 2 – Брамс 3	Брамс 3 – Шопен 4	Шопен 4 – Чайковский 5
Интерес				-2,144 ($p=0,032$), Интерес5 < Интерес4
Радость	-3,837 ($p=0,000$), Радость2 > Радость1	-3,731 ($p=0,000$), Радость3 < Радость2	-3,756 ($p=0,000$), Радость4 > Радость3	-3,150 ($p=0,002$), Радость5 < Радость4
Удивление	-3,861 ($p=0,000$), удивление2 > удивление1			
Горе	-3,929 ($p=0,000$), Горе2 < Горе1	-3,855 ($p=0,000$), Горе3 > Горе2		-2,455 ($p=0,014$), Горе5 < Горе4
Гнев			-2,232 ($p=0,026$), Гнев4 < Гнев3	-3,308 ($p=0,001$), Гнев5 > Гнев4
Отвращение	-2,889 ($p=0,004$), Отвращение2 < Отвращение1	-2,585 ($p=0,010$), Отвращение3 > Отвращение2	-2,142 ($p=0,032$), Отвращение4 < Отвращение3	-2,271 ($p=0,023$), Отвращение5 > Отвращение4
Презрение	-2,491 ($p=0,013$), Презрение2 < Презрение1	-3,574 ($p=0,000$), Презрение3 > Презрение2	-3,404 ($p=0,001$), Презрение4 < Презрение3	
Страх	-2,488 ($p=0,013$), страх2 <страх1	-3,325 ($p=0,001$), страх3 > страх2	-3,275 ($p=0,001$), страх4 < страх3	-3,061 ($p=0,002$), страх5 > страх4
Стыд	-2,948 ($p=0,003$), стыд2 <стыд1			-2,544 ($p=0,011$), стыд5 <стыд4
Вина	-3,829 ($p=0,000$), вина2 < вина1	-2,587 ($p=0,010$), вина3 > вина2	-2,377 ($p=0,017$), вина4 < вина3	
Примечание: Составлено авторами на основе методики «Самооценка эмоциональных состояний» К. Изарда.				

При прослушивании «Маленькой ночной серенады» Моцарта у немзыкантов преобладало значимо больше эмоций радости, тогда как при прослушивании Брамса – горя, отвращения, презрения, страха и вины. Также отметим, что у немзыкантов при прослушивании Моцарта преобладают в большей мере позитивные состояния, а при прослушивании Брамса – негативные и тревожно-депрессивные эмоциональные состояния. У немзыкантов эмоциональный профиль музыки Брамса и Баха достаточно схожи, тогда как в группе музыкантов они ощутимо различаются.

При прослушивании Четвертой симфонии Брамса у немзыкантов преобладало значимо больше эмоций гнева, отвращения, презрения, страха и вины, тогда как при прослушивании Шопена – радости. Также отметим, что у немзыкантов при прослушивании Брамса преоб-

ладают в большей мере негативные состояния, а при прослушивании Шопена – позитивные состояния.

При прослушивании Ноктюрна №2 in Es-dur Шопена у немusыкантов преобладало значимо больше эмоций интереса, радости и стыда, тогда как при прослушивании Чайковского – горя, гнева, отвращения и страха. Также отметим, что у немusыкантов при прослушивании Шопена преобладают в большей мере позитивные эмоциональные состояния.

При прослушивании Шестой симфонии П. Чайковского у немusыкантов преобладают эмоции гнева, страха и отвращения, что в целом можно оценить, так же как и у музыкантов, как освобождение от данных эмоций.

Таким образом, мы видим значимую динамику эмоциональных состояний при прослушивании немusыкантами классической музыки, которая в целом соответствует внутреннему содержанию произведений.

Заклучение

Музыка традиционно считается одним из мощнейших средств эмоциональной регуляции психической активности человека. При помощи своих выразительных средств она может моделировать основные эмоциональные состояния – переживания. Проведенное исследование показало, что при прослушивании определенных классических музыкальных произведений происходит душевная разрядка – катарсис, эмоции гнева, страха, стыда, раздражения изживают себя, оставляя после прослушивания человека в состоянии эмоционального подъема, радости, восторга, удивления. И хоть современная молодежь довольно часто воспринимает классическую музыку как что-то «старомодное», «скучное», однако проведенное исследование показало, что музыка является актуальной и обладает способностью придавать эстетическую и эмоциональную ценность человеческому опыту, способствуя сублимации негативных состояний.

Полученные результаты открывают широкие перспективы применения музыкальной терапии для коррекции эмоциональных состояний, разработки программ саморегуляции или приложений, в которых по результатам оценки эмоционального состояния предлагались бы к прослушиванию специально отобранные музыкальные композиции.

REFERENCES

- 1 Yeoh M. Effects of Classical Music and Preferred Music on Mental Health: an Interview with Dr. Miranda Yeoh // *Electronic physician*. 2016. No. 8. P. 17–21.
- 2 Schubert E. Emotion felt by the listener and expressed by the music: literature review and theoretical perspectives // *Front. Psychol.* 2013. No. 4. P. 837.
- 3 Clayton M. The social and personal functions of music in cross-cultural perspective / *Oxford Handbook of Music Psychology*, 2nd Edn. Oxford: Oxford University Press, 2016. P. 47–62.
- 4 Kawase S., Obata S. Psychological responses to recorded music as predictors of intentions to attend concerts: emotions, liking, performance evaluations, and monetary value // *Music. Sci.* 2016. No. 20. P. 163–172.
- 5 Lamont A., Greasley A.E., Sloboda J.A. Choosing to hear music: motivation, process, and effect / *Oxford Handbook of Music Psychology*, 2nd Edn. Oxford: Oxford University Press, 2016. P. 431–440.
- 6 Batt-Rawden K., DeNora T. Music and informal learning in everyday life // *Music Educ. Res.* 2005. No. 7. P. 289–304.
- 7 Saarikallio S. Music as emotional self-regulation throughout adulthood // *Psychol. Music.* 2011. No. 39. P. 307–327.
- 8 van Goethem A., Sloboda J. The functions of music for affect regulation // *Music. Sci.* 2011. No. 15. P. 208–228.
- 9 Cespedes-Guevara J., Eerola T. Music Communicates Affects, Not Basic Emotions –A Constructionist Account of Attribution of Emotional Meanings to Music // *Front. Psychol.* 2018. No. 9. P. 215.
- 10 Ahmad N., Rana A. Impact of Music on Mood: Empirical Investigation // *Research on Humanities and Social Sciences*. 2015. No. 21. P. 98–101.
- 11 Salimpoor V.N., Benovoy M., Longo G., Cooperstock J.R., Zatorre R.J. The Rewarding Aspects of Music Listening Are Related to Degree of Emotional Arousal // *PLoS ONE*. 2009. No. 4(10). P. 7487.
- 12 Knight W.E., Rickard N.S. Relaxing music prevents stress-induced increases in subjective anxiety, systolic blood pressure, and heart rate in healthy males and females // *Journal of Music Therapy*. 2001. No. 38(4). P. 254–272.

13 Nilsson U., Unosson M., Rawal N. Stress reduction and analgesia in patients exposed to calming music postoperatively: a randomized controlled trial // European Journal of Anaesthesiology. 2005. No. 22. P. 96–102.

14 Thoma M.V., La Marca R., Brönnimann R., Finkel L., Ehlert U. The Effect of Music on the Human Stress Response // PLoS ONE. 2013. No. 8(8). P. 70156.

15 Yeoh P.M., Mahyuddin R., Ang M., Konting M. Music preferences of teenage students in relation to listener psychology and environmental influences // Proceedings of the National Conference on Graduate Research in Education. Faculty of Educational Studies. Universiti Putra Malaysia, Selangor, 2002. P. 1–17.

Г.М. ДУЙСАЛИЕВА,*¹

магистрант.

*e-mail: gauhardum@mail.ru

ORCID ID: 0009-0008-7119-5120

М.В. МУН,¹

к.пс.н., ассоциированный профессор.

e-mail: m.mun@turan-edu.kz

ORCID ID: 0000-0003-0714-3445

¹Университет «Туран»,

г. Алматы, Казахстан

КЛАССИКАЛЫҚ МУЗЫКАНЫҢ АДАМНЫҢ ЭМОЦИОНАЛДЫ КҮЙІНЕ ӘСЕРІ

Аңдатпа

Музыка дәстүрлі түрде адамның психикалық белсенділігін эмоционалдық реттеудің ең күшті құралдарының бірі болып саналады, эмоциялардың сублимациясына ықпал етеді, алаңдаушылықты, стресс деңгейін және т.б. Зерттеудің мақсаты: классикалық музыкалық шығармалардың адамның эмоционалдық күйлеріне әсер етуінің психологиялық ерекшеліктерін зерттеу. Зерттеуге 40 субъект қатысты, орташа жасы 26,5 жас; 20 музыкант және 20 музыкант емес. Психодиагностикалық өлшемдер келесі процедура бойынша жүргізілді – зерттелушілер 5 классикалық музыкалық шығарманы тыңдады, әр шығарманы тыңдағаннан кейін К. Изардтың «Эмоционалдық күйлерді өзін-өзі бағалау» әдісі арқылы эмоционалдық күйлерін бағалады. Деректерді статистикалық өңдеу SPSS бағдарламаларын қолдана отырып жүргізілді, 23.0 нұсқасы. 3 немесе одан да көп жұптастырылған үлгілерді салыстыру үшін Фридман критерийі және Вилкоксонның жұптастырылған критерийі қолданылды. Классикалық шығармаларды тыңдау кезіндегі эмоционалдық күйлердің динамикасын зерттеу, жалпы алғанда, жағымды эмоциялар басым және жағымсыз фонның төмендеуімен эмоционалдық тонның жоғарылауы байқалатынын көрсетті. Таңдалған музыкалық шығармалар жағымсыз эмоцияларды өмір сүруге және сублимациялауға көмектесті.

Тірек сөздер: классикалық музыка, эмоционалды күйлер, өзін-өзі реттеу, сублимация.

G.M. DUISALIYEVA,*¹

Master's student.

*e-mail: gauhardum@mail.ru

ORCID ID: 0009-0008-7119-5120

M.V. MUN,¹

C.Ps.S., associate professor.

e-mail: m.mun@turan-edu.kz

ORCID ID: 0000-0003-0714-3445

¹Turan University,

Almaty, Kazakhstan

THE IMPACT OF CLASSICAL MUSIC ON A PERSON'S EMOTIONAL STATES

Abstract

Music is traditionally considered one of the most powerful means of emotional regulation of a person's mental activity, promoting the sublimation of emotions, reducing anxiety, stress levels, etc. Purpose of the study: to study

the psychological characteristics of the impact of classical musical works on human emotional states. The study involved 40 subjects, average age 26.5 years; 20 musicians and 20 non-musicians. Psychodiagnostic measurements were carried out according to the following procedure – the subjects listened to 5 classical musical compositions, after listening to each composition they assessed their emotional state using the “Self-Assessment of Emotional States” method by K. Izard. Statistical processing of the data was carried out using the Friedman test for comparison of 3 or more paired samples, and the paired Wilcoxon test, using the SPSS program, version 23.0. A study of the dynamics of emotional states when listening to classical works showed that, in general, there is an increase in emotional tone, with a predominance of positive emotions and a decrease in the negative background. Selected pieces of music helped to live and sublimate negative emotions.

Key words: classical music, emotional states, self-regulation, sublimation.

МРНТИ 15.81.61
УДК 159.99

<https://doi.org/10.46914/2959-3999-2023-1-3-40-46>

Л.Ю. МУСТАФАЕВА,*¹

магистрант.

*e-mail: leilawork@mail.ru

ORCID ID: 0009-0007-3366-7804

О.М. ШИХОВА,¹

к.б.н., ассоциированный профессор.

e-mail: olshikhova@gmail.com

ORCID ID: 0009-0006-4079-808X

С.В. СТРЕЛЬНИКОВА,²

врач, эксперт по диетологии.

e-mail: svetlanastrelnikova10@gmail.com

ORCID ID: 0009-0009-2627-1064

¹Университет «Туран»,

г. Алматы, Казахстан

²Медицинский и образовательный центр «Refresh»,

г. Крайстчерч, Новая Зеландия

НАРУШЕНИЯ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ, ПРИВОДЯЩИЕ К ИЗБЫТОЧНОМУ ВЕСУ И ОЖИРЕНИЮ У ЖЕНЩИН

Аннотация

В данной статье исследуется актуальная проблема расстройств пищевого поведения, приводящих к избыточному весу и ожирению. Избыточный вес и ожирение являются одними из наиболее острых медицинских и социальных проблем современности. Исследования показывают, что ожирение и расстройства пищевого поведения оказывают значительное влияние на качество жизни. В данном исследовании показаны как параметры здорового пищевого поведения, так и основные виды рестриктивных, эмоциональных и внешних расстройств пищевого поведения. На тип пищевого поведения людей с избыточной массой тела влияют не только внешние факторы, но и половые и возрастные особенности. Большинство исследователей сходятся во мнении, что женщины более подвержены расстройствам пищевого поведения и, следовательно, подвергаются более высокому риску набрать лишний вес и ожирение.

Ключевые слова: пищевое поведение, нарушение пищевого поведения, индекс массы тела, избыточный вес.

Введение

Избыточный вес и ожирение являются одними из наиболее острых медицинских и социальных проблем современности. Во многих странах мира распространенность ожирения за последнее десятилетие в среднем удвоилась. Расчеты экспертов Всемирной организации здравоохранения подтверждают, что в 2025 г. число людей, страдающих ожирением, во всем мире достигнет 300 миллионов.

По статистике, избыточным весом и ожирением в Казахстане страдает фактически каждый второй житель старше 15 лет – 53% населения. Взрослое население страны от 40 до 60 лет чаще подвержено ожирению, так как происходит снижение активности обменных процессов, физической активности и трудно изменить привычки питания. В связи с тем, что для современного общества характерны малоподвижный образ жизни, нерациональное питание с большой долей рафинированных продуктов, переизбыток, прием пищи в значительном количестве на ночь, постоянные психологические стрессы, возрастает частота ожирения среди населения.

Причины ожирения многогранны и включают психологические и поведенческие факторы. Нарушение пищевого поведения является одним из ведущих факторов роста массы тела и развития ожирения [1].

Важность этой проблемы связана с уменьшением общей продолжительности жизни вследствие развития тяжелых сопутствующих заболеваний, снижением качества жизни и психологического благополучия [2].

Целью статьи является исследование взаимосвязи нарушения пищевого поведения с избыточным весом, а также в изучении гендерных, возрастных и иных особенностей, влияющих на пищевое поведение человека.

Материалы и методы

В работе использовался теоретический анализ и систематический обзор современных представлений о пищевом поведении и обобщены результаты современных зарубежных и российских исследований. Исследования показывают, что ожирение и расстройства пищевого поведения оказывают значительное влияние на качество жизни. В данном исследовании показаны как параметры здорового пищевого поведения, так и основные виды рестриктивных, эмоциональных и внешних расстройств пищевого поведения. На тип пищевого поведения людей с избыточной массой тела влияют не только внешние факторы, но и половые и возрастные особенности.

Основные положения

Пищевое поведение – это набор привычек, связанных с питанием, и отношение к потреблению пищи в повседневной жизни и стрессовых ситуациях. Другими словами, пищевое поведение включает в себя установки, привычки и эмоции в отношении еды, которые различаются от человека к человеку [3, 4].

Здоровое пищевое поведение человека характеризуется четырьмя основными параметрами [5]:

1. Безусловное разрешение себе есть. Человек со здоровым пищевым поведением ест что и когда хочет, он не отказывает себе в еде, когда чувствует голод. Такое поведение не предусматривает ограничений на любые продукты и не контролируется определенными временными рамками.

2. Прием пищи через физические, а не эмоциональные причины. При здоровом пищевом поведении пища не играет роль регулятора эмоциональных переживаний. Единственная ее функция – удовлетворять физиологические потребности в энергии и питательных веществах. А для налаживания эмоционального комфорта используются навыки эмоциональной регуляции.

3. Доверие внутренним сигналам организма. При расстройствах пищевого поведения практически всегда нарушается контакт с внутренними сигналами организма, в том числе и с регулирующими процесс питания. Сигналы голода человек может игнорировать, а улавливает их только когда сильно урчит в животе. Ощущение сытости тоже не улавливается – человек регулирует количество съеденного, руководствуясь лишь внешними правилами, а не потребностями тела и ощущениями в нем.

4. Выбор пищи в соответствии с потребностями тела. Внимательное отношение к собственным пищевым пожеланиям является частью здорового пищевого поведения. Оно проявляется в попытках понять перед приемом пищи, чего же сейчас хочется больше всего, и включить это в рацион. Понимание, чего хочется, должно базироваться на ощущениях в теле, а не на рассуждениях, что и когда «правильно» кушать.

Литературный обзор

Общепризнанной классификации нарушений пищевого поведения сегодня не существует. Некоторые исследователи предлагают определить три условных типа расстройства пищевого поведения: ограничительный, эмоциональный и экстернальный [6].

Ограничительный тип пищевого поведения – это избыточные пищевые самоограничения и бессистемные диеты. Периоды ограничения сменяются периодами переедания с новым интенсивным набором веса. Указанные периоды приводят к эмоциональной нестабильности – диетической депрессии [7].

Ограничительная теория (теория сдерживания) рассматривает используемую диету не как следствие переедания, а как его причину. Ограничивая себя в еде, человек перестает испытывать нормальные ощущения голода и сытости [8].

Ряд исследователей считает, что компенсационное ограничение – это сбалансированный подход к ограниченному питанию, определяемый принятием здорового образа жизни (например, есть меньше) для компенсации эпизодов нездорового питания. Напротив, рутинное ограничение (обычная сдержанность) – это подход к ограниченному питанию по принципу «все или ничего», характеризующийся постоянным соблюдением диеты и строгим подсчетом калорий [9].

В различных выборках женщин высокий уровень компенсаторного ограничения и низкий уровень рутинного ограничения связаны как с большей потерей веса, так и с лучшим поддержанием веса.

Эмоциогенное питание и экстернальное питание относятся к потреблению пищи в ответ на эмоциональные (например, беспокойство) или экологические сигналы (например, наличие очень вкусных продуктов) соответственно, и оба этих вида пищевого поведения способствуют увеличению веса у взрослого населения [10].

Эмоциогенный тип пищевого поведения – гиперфагическая реакция на стресс, эмоциональное переедание. При таком поведении стимулом при приеме пищи становится не голод, а эмоциональный дискомфорт, еда в ответ на стресс, депрессию или так называемый синдром ночной еды; часто можно встретить сочетание утренней анорексии с вечерней и ночной едой; сюда же относят компульсивный тип пищевого поведения, повторяющиеся эпизоды резкого переедания и четкое состояние дистресса из-за наличия таких эпизодов [11].

Результаты исследований показывают, что воспринимаемый стресс положительно связан с неконтролируемым приемом пищи и эмоциональным перееданием. Независимо от пищевого поведения и качества диеты, стресс был положительно связан с тяжелым ожирением [12]. Путь от стресса к тяжелому ожирению может пролегать через пищевое поведение, если люди обращаются к нездоровому пищевому поведению в качестве средства борьбы со стрессом. Высокий уровень стресса связан с ухудшением качества питания, большим потреблением закусок и меньшим потреблением фруктов, повышенным перееданием. Вместе с тем стресс может увеличить риск серьезного ожирения через другие пути, не связанные с приемом пищи. Например, физиологические реакции на стресс усиливают активацию центральной симпатической нервной системы и гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковой системы (ГПА), что может увеличить секрецию кортизола, за которой затем следует накопление висцерального жира [13].

Кроме того, типы потребляемых продуктов могут меняться в зависимости от изменения настроения. Было выявлено, что негативное настроение в большей степени влияет на тип потребляемой пищи [14], а позитивное настроение влияет на количество потребляемой пищи [15]. Они показывают, что прием пищи имеет психологический аспект, а эмоциональное питание формирует пищевые привычки.

Эмоциональное переедание часто приводит к более высокому потреблению продуктов с высоким содержанием жира и сахара, называемых «вкусными продуктами», и перееданию. Употребление таких «комфортных» продуктов может подавлять выброс кортизола, образуя петлю обратной связи, в которой потребление этих продуктов сигнализирует о снижении стресса при достижении насыщения. Однако повышенное потребление этих продуктов часто приводит к увеличению веса у людей.

Исследование Esma Asil с соавторами (2022) показало, что эмоциональное питание оказывает значительное влияние на массу тела, субфакторами риска избыточного веса/ожирения выступают переедание, когнитивные искажения и голодание.

Экстернальный тип пищевого поведения проявляется повышенной реакцией человека не на внутренние, гомеостатические стимулы к приему пищи, а на внешние. При этом типе пищевого поведения кардинальное, определяющее значение имеет доступность продуктов; присутствует гиперактивность к пищевым стимулам: внешний вид пищи, запах, вкус, а также еда за компанию и частые перекусы. Неотрегулированная строгая диета приводит к диетической депрессии, обострению эмоциональной нестабильности, унынию и отказу от дальнейшего соблюдения рационального типа питания, потере мышечной массы вместо жировой, снижению уровня обмена веществ и последующему набору веса.

Исследование Е.С. Гуськовой, А.В. Гуслистовой и С.В. Гречаного [8] показало, что у пациентов, страдающих тяжелым и очень тяжелым ожирением, преобладает экстернальный (внешне атрибутивный) механизм регуляции аппетита и в меньшей степени выраженности эмоциогенная составляющая. Преобладание экстернального механизма регуляции аппетита был сопряжен с недостаточным осознанием человека объективных проблем с собственным здоровьем, отсутствием признания имеющихся проблем и трудностей. Что касается эмоциогенного механизма, то он коррелировал с низкой возможностью к аффективной регуляции и низкой самооценкой.

Результаты и обсуждение

На тип пищевого поведения людей с избыточным весом и ожирением, помимо экзогенных факторов, огромное влияние имеют гендерные и возрастные особенности. Пищевое поведение, включая компенсаторную сдержанность, рутинную сдержанность, эмоциональное питание и экстернальное питание, оказывает влияние на вес у женщин [10]. Ряд исследований указывает на то, что распространенность ожирения выше среди женщин и что пищевое поведение является сильным предиктором увеличения веса у женщин. В нескольких исследованиях был сделан вывод о том, что показатели сдержанности (теория ограничений) и расторможенности (переедания) были выше у женщин по сравнению с мужчинами.

Исследование новозеландских психологов в рамках теории гуморальной регуляции пищевого поведения показало, что женщины с низкой сдержанностью и высокой расторможенностью имеют значительно более высокий индекс массы тела и процент жировых отложений, чем у женщин с высокой сдержанностью и низкой расторможенностью. Расторможенность, по мнению авторов, является важной причиной ожирения.

Исследования украинских ученых Л.С. Киро, М.Ю. Зака, О.В. Чернишова и М.В. Свердловой показали, что у пациентов с избыточным весом здоровый тип ПП зафиксирован в 5,38 раза реже, чем у людей с нормальным весом, а у пациентов с ожирением – в 10,45 раза реже, чем у лиц с нормальной весом. Также авторами показано, что избыточный вес и ожирение чаще всего связаны с ограничительным типом ПП. Гендерные различия показали, что у мужчин с лишним весом после 45 лет здоровый тип ПП наблюдался в 8,09 раза чаще, чем у мужчин в возрасте до 45 лет и у женщин с лишним весом.

У женщин нарушения пищевого поведения проявлялись в ответ на такие негативные эмоции, как гнев, грусть, неэффективность, одиночество и изнеможение, у мужчин же склонность переедать проявлялась в ответ на позитивные аффективные и социальные воздействия. Также есть данные о том, что избыточное потребление пищи связано с депрессией и неудачей в соблюдении диет и у мужчин, и у женщин, однако у женщин в отличие от мужчин выявлена взаимосвязь переедания и низкой самооценки.

Каскард и Мессик показали, что баланс между сдержанностью и расторможенностью предсказывает индекс массы тела (ИМТ), причем более высокий ИМТ ассоциировался с более низкой сдержанностью и более высокими показателями расторможенности. Было показано, что расторможенность является самым сильным предиктором ИМТ, увеличения веса с течением времени (как ИМТ) и развития ожирения. Таким образом, нарушение пищевого поведения может рассматриваться как ведущий фактор развития избыточного веса и ожирения.

Некоторые психологические факторы, такие как убеждения и внутренние оценочные процессы в отношении образа тела, оказывают важное влияние на здоровье. Среди этих процессов восприятие массы тела – или то, как человек оценивает свой вес тела – широко изучалось из-за его последствий для пищевого поведения, ожирения, состояния здоровья и психического здоровья. Восприятие массы тела обычно определяется в сравнении со статусом питания человека на основе индекса массы тела. Другими словами, люди могут классифицировать себя либо как людей с недостаточным весом, нормальным весом, избыточным весом или страдающих ожирением, имея правильное восприятие, недооценивая или переоценивая свой статус питания.

Фактические данные свидетельствуют о расхождениях между самовосприятием и реальным весом человека. Например, исследования показали, что около 30–50% исследованных людей недооценили свой вес. Существует установка в отношении того, что люди с нормальным весом с большей вероятностью правильно классифицируют свой статус питания, чем участники с избыточным весом или ожирением. Более того, недооценка категорий ИМТ, как правило,

выше у людей с избыточным весом. Чтобы объяснить недооценку ожирения, Робинсон и др. предложили теорию визуальной нормализации, основанную на представлении о том, что статус веса оценивается относительно визуальных норм размера тела, и эти нормы размера тела определяются размером тела людей, которые обычно подвергаются оценке. В конечном итоге эти изображения стали считаться нормой для оценки размеров своего тела и тела других людей.

Восприятие веса имеет социокультурный компонент, поскольку существуют социальные нормы, ценности, убеждения и ожидания, которые информируют об идеальных размерах тела и о том, что считается нормальной или здоровой массой тела. Повышающиеся и становящиеся практически недостижимыми стандарты женской красоты приводят к развитию у женщин неуверенности и неудовлетворенности собой и своим внешним видом. В последние десятилетия отмечается устойчивое снижение массы идеального образа женского тела. По данным американских исследователей, средний вес моделей на 23% меньше среднего веса женщин в популяции, поэтому идеал красоты является для многих практически недостижимым. Этим объясняется тот факт, что в основе формирования и поддержания нарушения пищевого поведения лежат симптомы дисморфофобии и социофобии. При нарушениях пищевого поведения характерно наличие дезадаптивных мыслей, касающихся своей внешности и ее восприятия, оценивания другими, а также постоянный мониторинг негативного оценивания, руминации об «улучшении» фигуры.

Заключение

Проведенный анализ литературы показывает, что взаимосвязь между пищевым поведением и избыточным весом обоюдная. Исследования показывают не только факт влияния нарушений пищевого поведения на риски ожирения, но и влияние недооценки собственного веса на пищевое поведение. Кроме того, гендер и социокультурный компонент оказывают влияние как на пищевое поведение, так и на восприятие веса. Вместе с тем исследователи отмечают, что эмоциогенное и экстернальное пищевое поведение в большей мере связано с возникновением лишнего веса и ожирения у женщин. Тогда как данные по ограничительному поведению показывают взаимосвязи как с набором веса, так и с поддержанием нормальной массы тела. Исследований же возрастных особенностей крайне мало, большинство из них останавливается на возрасте 45 лет. Женщины 45–60 лет остаются неохваченными исследованиями пищевого поведения и рисков избыточного веса, хотя происходящие гормональные изменения в их теле, могут выступать предиктором данных нарушений, что требует детального изучения.

ЛИТЕРАТУРА

- 1 Ndambo M.K., Nyondo-Mipando A.L., Thakwalakwa C. Eating behaviors, attitudes and beliefs that contribute to overweight and obesity among women in Lilongwe City, Malawi: a qualitative study // BMC Women's Health. 2020, no. 22, p. 216.
- 2 Blüher M. Obesity: global epidemiology and pathogenesis // Nat Rev Endocrinol. 2019, no. 15(5), pp. 288–298.
- 3 De Lorenzo A., Romano L., Di Renzo L., Di Lorenzo N., Cennamo G., Gualtieri P. Obesity: A preventable, treatable, but relapsing disease // Nutrition. 2020, no. 71, p. 110615.
- 4 McCafferty B.J., Hill J.O., Gunn A.J. Obesity: Scope, lifestyle interventions, and medical management // Tech Vasc Interv Radiol. 2020, no. 23(1), p. 100653.
- 5 Treasure J., Duarte T.A., Schmidt U. Eating disorders // Lancet. 2020, no. 395, pp. 899–911.
- 6 Couturier J., Isserlin L., Spettigue W., Norris M. Psychotropic medication for children and adolescents with eating disorders // Child Adolesc Psychiatr Clin N Am. 2019, no. 28(4), pp. 583–592.
- 7 Gómez Puente J.M., Martínez-Marcos M. Overweight and obesity: effectiveness of interventions in adults: Enferm Clin. 2018, no. 28(1), pp. 65–74.
- 8 Гуськова Е.С., Гуслистова А.В., Гречаный С.В. Типы пищевого поведения и качество жизни пациентов с избыточным весом // Медицина: теория и практика. – 2019. – № 3. – С. 190–198.

- 9 Yu Y., Qianheng M., Fernandez I.D., Groth S.W. Associations of Trimester-Specific Eating Behaviors and Eating Patterns with Excessive Gestational Weight Gain // *J Women's Health Care*. 2021, no. 10, p. 544.
- 10 Shriver L.H., Dollar J.M., Lawless M. et al. Longitudinal associations between emotion regulation and adiposity in late adolescence: indirect effects through eating behaviors // *Nutrients*. 2019, no. 11(3), p. 517.
- 11 LeBlanc E.L., Patnode C.D., Webber E.M. et al. Behavioral and pharmacotherapy weight loss interventions to prevent obesity-related morbidity and mortality in adults: Updated evidence report and systematic review for the US Preventive Services Task Force // *JAMA*. 2018, no. 320(11), pp.1172–1191.
- 12 Richardson A.S., Arsenault J.E., Cates S.C. et al. Perceived stress, unhealthy eating behaviors, and severe obesity in low-income women // *Nutr J*. 2015, no. 14, p. 122.
- 13 Rosmond R. Stress induced disturbances of the HPA axis: a pathway to Type 2 diabetes? // *Med Sci Monit*. 2003, no. 9(2), pp. 35–39.
- 14 Gardner M.P., Wansink B., Kim J., Park S.B. Better moods for better eating? How mood influences food choice // *J Consum Psychol*. 2014. No. 24, pp. 320–335.
- 15 Bongers P., Jansen A., Havermans R. et al. Happy eating. The underestimated role of overeating in a positive mood // *Appetite*. 2013, no. 67, pp. 74–80.

REFERENCES

- 1 Ndambo M.K., Nyondo-Mipando A.L., Thakwalakwa C. (2020) Eating behaviors, attitudes and beliefs that contribute to overweight and obesity among women in Lilongwe City, Malawi: a qualitative study // *BMC Women's Health*, no. 22, p. 216. (In English).
- 2 Blüher M. (2019) Obesity: global epidemiology and pathogenesis // *Nat Rev Endocrinol*, no. 15(5), pp. 288–298. (In English).
- 3 De Lorenzo A., Romano L., Di Renzo L., Di Lorenzo N., Cennamo G., Gualtieri P. (2020) Obesity: A preventable, treatable, but relapsing disease // *Nutrition*, no. 71, p. 110615. (In English).
- 4 McCafferty B.J., Hill J.O., Gunn A.J. (2020) Obesity: Scope, lifestyle interventions, and medical management // *Tech Vasc Interv Radiol*, no. 23(1), p. 100653. (In English).
- 5 Treasure J., Duarte T.A., Schmidt U. (2020) Eating disorders // *Lancet*, no. 395, pp. 899–911. (In English).
- 6 Couturier J., Isserlin L., Spettigue W., Norris M. (2019) Psychotropic medication for children and adolescents with eating disorders // *Child Adolesc Psychiatr Clin N Am*, no. 28(4), pp. 583–592. (In English).
- 7 Gómez Puente J.M., Martínez-Marcos M. Overweight and obesity: effectiveness of interventions in adults: *Enferm Clin*. 2018, no. 28(1), pp. 65–74. (In English).
- 8 Gus'kova E.S., Guslistova A.V., Grechanyj S.V. (2019) Tipy pishhevogo povedeniya i kachestvo zhizni pacientov s izbytochnym vesom // *Medicina: teoriya i praktika*. No. 3. P. 190–198. (In Russian).
- 9 Yu Y., Qianheng M., Fernandez I.D., Groth S.W. (2021) Associations of Trimester-Specific Eating Behaviors and Eating Patterns with Excessive Gestational Weight Gain // *J Women's Health Care*, no. 10, p. 544. (In English).
- 10 Shriver L.H., Dollar J.M., Lawless M. et al. (2019) Longitudinal associations between emotion regulation and adiposity in late adolescence: indirect effects through eating behaviors // *Nutrients*, no. 11(3), p. 517. (In English).
- 11 LeBlanc E.L., Patnode C.D., Webber E.M. et al. (2018) Behavioral and pharmacotherapy weight loss interventions to prevent obesity-related morbidity and mortality in adults: Updated evidence report and systematic review for the US Preventive Services Task Force // *JAMA*, no. 320(11), pp. 1172–1191. (In English).
- 12 Richardson A.S., Arsenault J.E., Cates S.C. et al. (2015) Perceived stress, unhealthy eating behaviors, and severe obesity in low-income women // *Nutr J*, no. 14, p. 122. (In English).
- 13 Rosmond R. (2003) Stress induced disturbances of the HPA axis: a pathway to Type 2 diabetes? // *Med Sci Monit*, no. 9(2), pp. 35–39. (In English).
- 14 Gardner M.P., Wansink B., Kim J., Park S.B. (2014) Better moods for better eating? How mood influences food choice // *J Consum Psychol*. No. 24, pp. 320–335. (In English).
- 15 Bongers P., Jansen A., Havermans R. et al. (2013) Happy eating. The underestimated role of overeating in a positive mood // *Appetite*, no. 67, pp. 74–80. (In English).

Л.Ю. МҰСТАФАЕВА,*¹

магистрант.

*e-mail: leilawork@mail.ru

ORCID ID: 0009-0007-3366-7804

О.М. ШИХОВА,¹

б.ғ.к., қауымдастырылған профессор.

e-mail: olshikhova@gmail.com

ORCID ID: 0009-0006-4079-808X

С.В. СТРЕЛЬНИКОВА,²

дәрігер, диетология бойынша сарапшы.

e-mail: svetlanastrelnikova10@gmail.com

ORCID ID: 0009-0009-2627-1064

¹«Тұран» университеті,

Алматы қ., Қазақстан

²«Refresh» медициналық және білім беру орталығы,

Крайстчерч қ., Жаңа Зеландия

ӘЙЕЛДЕРДЕ АРТЫҚ САЛМАҚ ПЕН СЕМІЗДІККЕ ӘКЕЛЕТІН ТАМАҚТАНУ БҰЗЫЛЫСТАРЫ

Андатпа

Мақалада артық салмақ пен семіздікке әкелетін тамақтанудың бұзылу мәселесі қарастырылады. Артық салмақ пен семіздік – қазіргі кездегі ең өзекті медициналық және әлеуметтік мәселелердің бірі. Зерттеулер көрсеткендей, семіздік пен тамақтанудың бұзылуы өмір сапасына айтарлықтай әсер етеді. Жұмыста салауатты тамақтану мінез-құлқының параметрлері де, тамақтану бұзылыстарының негізгі түрлері де ұсынылған: шектеуші, эмоциогенді және экстерналды. Артық салмағы бар адамдардың тамақтану тәртібінің типіне тек экзогендік факторлар ғана емес, сонымен қатар гендерлік және жас ерекшеліктерінің де әсері көп. Зерттеушілердің көпшілігі тамақтанудың бұзылуына әйелдердің көбірек бейім екендігімен келіседі, соған байланысты әйелдерде артық салмақ пен семіздік қаупі жоғары.

Тірек сөздер: тамақтану тәртібі, тамақтанудың бұзылуы, дене массасының индексі, артық салмақ.

L.Y. MUSTAFAYEVA,*¹

Master's student.

*e-mail: leilawork@mail.ru

ORCID ID: 0009-0007-3366-7804

O.M. SHIKHOVA,¹

PhD, Associate Professor.

e-mail: olshikhova@gmail.com

ORCID ID: 0009-0006-4079-808X

S.V. STRELNIKOVA,²

doctor, expert in dietetics.

e-mail: svetlanastrelnikova10@gmail.com

ORCID ID: 0009-0009-2627-1064

¹Turan University,

Almaty, Kazakhstan

²Refresh Medical and Educational Center,

Christchurch, New Zealand

EATING DISORDERS THAT LEAD TO OVERWEIGHT AND OBESITY IN WOMEN

Abstract

The article deals with the actual problem of eating disorders leading to overweight and obesity. Overweight and obesity are one of the most pressing medical and social problems of our time. Studies show that obesity and eating disorders have a significant impact on the quality of life. The paper presents both the parameters of healthy eating behavior and the main types of eating disorders: restrictive, emotionogenic and external. The type of eating behavior of overweight people is influenced not only by exogenous factors, but also by gender and age characteristics. Most researchers agree that women are more susceptible to eating disorders and, therefore, have a higher risk of being overweight and obese.

Key words: eating behavior, eating disorder, body mass index, overweight.

REQUIREMENTS FOR THE DESIGN OF ARTICLES PUBLISHED IN THE EURASIAN JOURNAL OF CURRENT RESEARCH IN PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY

Manuscripts are accepted in Kazakh, Russian and English through the official website of the journal (<https://ejcrpp.turan-edu.kz/jour/index>), which provides with the detailed instructions for authors about the process of submitting articles, as well as publication fees.

The text of the article must be typed in **WINWORD XP** or *. RTF (Reach text format). **Times New Roman** font, size **14**, the text must be typed in one interval and not exceed **12** pages.

IRSTI, **UDC** and **JEL** are printed in the upper left part of the sheet.

Then, in the upper right part of the sheet, the author's surname and initials, place of work, academic degree and title, name of the country and city, and e-mail are printed in three languages (Kazakh, Russian, and English). If there are several authors, indicate the main author of the article (with the *sign). In the middle of the sheet, **the name of the manuscript** is printed in capital letters, followed by **key words** (5-7 words, including no more than two phrases) in three languages. Then there is the text that should be printed without hyphenation, observing the following field sizes: left-30 mm, right-10 mm, top-15 mm, bottom-20 mm. The paragraph indent begins with the third character. Formulas must be given in the **formula editor** application (Microsoft Equation). **Tables, figures, and diagrams** are printed without fills.

In the text, references to the literature used are given in **square brackets**, the list of references is printed at the end of the article comprising 5-15 titles. The reference presented in the Cyrillic alphabet is given in two versions – in the original and in the Romanized alphabet (**transliteration** – <http://www.translit.ru>).

A short abstract (150-200 words, 14 size) should be given in three languages after the list of references, which indicates the purpose of the article and the research methods used. Then **the title of the article** is also printed in three languages.

Authors of the journal should adhere to the following requirements concerning the structure of the article in accordance with the headings (**title, abstract, key words, introduction, main provisions, materials and methods, literature review, results, discussion, conclusion, information about funding (if available), references, transliterated list of references**).

The headings of the structural elements of the article should be given in bold.

The text of the article must be original, not previously published anywhere.

The article is subjected to “blind” review, the reviewers are appointed by the Editorial board of the journal.

At the end of the article, please indicate your full name, return address, phone numbers, fax, and e - mail address.

The author (s) is/are responsible for the content of the article. The opinion of the Scientific and Editorial Board does not always coincide with the opinion of the author (s). The Editorial Board reserves the right to publish or reject articles.

In order to identify and prevent scientific plagiarism, in accordance with the “Regulations on the organization of activities for the identification and prevention of scientific plagiarism at Turan University”, the Editorial board of the journal checks articles submitted for publication for anti-plagiarism.

A link to our publication is required when reprinting it.

Our address: **050013, Almaty, Satpaev ave. 16a, Turan University**

Phone: **8(727) 260-40-18, 260-70-00.**

Website: <https://ejcrpp.turan-edu.kz/jour/index>

Editorial board

**EURASIAN JOURNAL OF CURRENT RESEARCH
IN PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY ЖҰРНАЛЫНДА ЖАРИЯЛАНАТЫН
МАҚАЛАЛАРДЫ РӘСІМДЕУГЕ ҚОЙЫЛАТЫН ТАЛАПТАР**

Материалдар қазақ, орыс және ағылшын тілдерінде журналдың ресми сайты (<https://ejcrpp.turan-edu.kz/jour/index>) арқылы қабылданады, онда авторларға мақалаларды жіберу үдерісі, сондай-ақ ақы төлеу туралы толық нұсқаулық бар.

Мәтін **WINWORD XP** немесе*. **RTF (Reach text format)** форматында терілуі тиіс. **Times New Roman** шрифт, **14** кегль. Жазба мәтіні бір жол аралығы арқылы теріліп, **12 беттен** аспауы тиіс.

Парақтың үстінгі сол жақ бұрышында **ҒТАМИ, ӘОК** және **JEL** жазылады.

Одан әрі, парақтың оң жақ жоғары бөлігінде автордың тегі мен инициалдары, жұмыс орны, ғылыми дәрежесі мен атағы, ел мен қала атауы, e-mail үш тілде сөздер (қазақша, орысша және ағылшынша) жазылады, егер бірнеше автор болса – мақаланың негізгі авторын (* белгісімен) көрсетіңіз. Парақтың ортасына материалдың **атауы** бас әріптермен, одан әрі – **тірек сөздер** (5–7 сөз, екі сөз тіркесінен аспауы керек) үш тілде жазылады. Содан кейін мәтіннің келесі жиек мөлшерін сақтай отырып, **тасымалдаусыз** басу қажет: сол жақ – 30 мм, оң жақ – 10 мм, үстінгі – 15 мм, астыңғы – 20 мм сақтай отырып тасымалсыз жазылады. Азат жол үшінші белгіден басталады. Формулалар тек **формалар редакторы (Microsoft Equation)** қосымшасында терілу керек. **Кестелер, суреттер және схемалар** қосымша бояуларсыз жазылады.

Мәтінде **квадрат жақшалар** ішінде қолданылған әдебиеттерге сілтемелер, ал **қолданылған әдебиеттер** тізімі мақала соңына 5-15 атау көлемінде жазылады. Кириллицада ұсынылған әдебиеттер екі нұсқада - түпнұсқада және романизацияланған алфавитте (**транслитерация** - [http:// www.translit.ru](http://www.translit.ru)) беріледі.

Қолданылған әдебиеттер тізімінен кейін мақаланың мақсаты мен қолданылған зерттеу әдістері көрсетілген **андатпа** (150–200 сөз, 14 кегль) үш тілде жазылады. Одан әрі, мақаланың **атауы** үш тілде жазылады.

Журналдың потенциалды авторлары тақырыптарына сәйкес мақаланың құрылымы бойынша келесі ережелерді ұстануы тиіс (**атауы, андатпа, тірек сөздер, кіріспе, негізгі ережелер, материалдар мен әдістер, әдебиетке шолу, нәтижелер, талқылаулар, қорытынды, қаржыландыру туралы ақпарат (бар болса), әдебиеттер, транслитерацияланған әдебиеттер тізімі**).

Мақаланың құрылымдық элементтерінің тақырыптары қалың қаріппен көрсетілуі керек.

Мақала мәтіні еш жерде жарияланбаған түпнұсқалық нұсқада болуы тиіс.

Мақала жасырын рецензиялаудан өтеді, рецензенттерді журналдың редколлегиясы тағайын- дайды.

Мақаланың соңында толық аты-жөнін, кері мекенжайын, телефондарын, факсін, электрондық пошта мекенжайын (e-mail) көрсетуіңізді сұраймыз.

Мақаланың мазмұнына автор (авторлар) жауапты. Ғылыми-редакциялық кеңестің пікірі әрдайым автордың (авторлардың) пікірімен сәйкес келе бермейді. Редакциялық кеңес мақалаларды жариялау немесе қабылдамау құқығын өзіне қалдырады.

Ғылыми плагиатты анықтау және оның алдын алу мақсатында «Тұран» университетінде ғылыми плагиатты анықтау және оның алдын алу жөніндегі қызметті ұйымдастыру туралы ережеге» сәйкес журнал редакциясы жариялауға ұсынылған мақалаларды антиплагиат бойынша тексерістен өткізеді.

Біздің басылымға қайта басылған кезде сілтеме міндетті.

Біздің мекен-жайымыз: **050013, Алматы қ., Сәтпаев көш., 16А, «Тұран» университеті.**

Анықтама телефоны: **8(727) 260-40-18, 260-70-00.**

Сайт: **<https://ejcrpp.turan-edu.kz/jour/index>**

Редакциялық алқа

**ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ СТАТЕЙ, ПУБЛИКУЕМЫХ
В ЖУРНАЛЕ EURASIAN JOURNAL OF CURRENT RESEARCH
IN PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY**

Материалы принимаются на казахском, русском и английском языках через официальный сайт журнала (<https://ejcrpp.turan-edu.kz/jour/index>), в котором имеется подробная инструкция для авторов о процессе подачи статей, а также об оплате публикации.

Текст статьи должен быть набран в **WINWORD XP** или *. RTF (Reach text format). Шрифт **Times New Roman**, кегль **14**, текст должен быть набран через один интервал и не превышать **12** страниц.

В левой верхней части листа печатается **МРНТИ, УДК и JEL**.

Далее в правой верхней части листа печатаются на трех языках (казахском, русском и английском) фамилия и инициалы автора, место работы, ученая степень и звание, название страны и города, e-mail; если авторов несколько – указать основного автора статьи (знаком*). В середине листа прописными буквами печатаются **название** материала, далее – **ключевые слова** (5–7 слов, в том числе не более двух словосочетаний) на трех языках. Затем идет текст, который следует печатать **без переносов**, соблюдая следующие размеры полей: левое – 30 мм, правое – 10 мм, верхнее – 15 мм, нижнее – 20 мм. Абзацный отступ начинается с третьего знака. Формулы набирать только в приложении – **редактор формул (Microsoft Equation)**. **Таблицы, рисунки и схемы** печатаются без заливок.

В тексте в **квадратных скобках** даются ссылки на использованную литературу, **список литературы** печатается в конце статьи в количестве 5–15 наименований. Литература, представленная на кириллице, дается в двух вариантах – в оригинале и романизированным алфавитом (**транслитерация** – <http://www.translit.ru>).

После списка литературы должна быть **аннотация** (150–200 слов, 14 кегль) на трех языках, в которой указываются цель статьи и использованные методы исследования. Далее печатается **название статьи** также на трех языках.

Потенциальные авторы журнала должны в соответствии с заголовками придерживаться следующих правил по структуре статьи (**название, аннотация, ключевые слова, введение, основные положения, материалы и методы, литературный обзор, результаты, обсуждение, заключение, информация о финансировании (при наличии), литература, транслитерированный список литературы**).

Заголовки структурных элементов статьи должны быть выделены жирным шрифтом.

Текст статьи должен быть оригинальным, ранее нигде не опубликованным.

Статья проходит «слепое» рецензирование, рецензенты назначаются редколлегией журнала.

В конце статьи просим указать Ф.И.О. полностью, обратный адрес, телефоны, факс, адрес электронной почты (e-mail).

Ответственность за содержание статьи несет автор (авторы). Мнение Научно-редакционного совета не всегда совпадает с мнением автора (авторов). Редакционный совет оставляет за собой право публикации или отклонения статей.

В целях выявления и предотвращения научного плагиата в соответствии с «Положением об организации деятельности по выявлению и предотвращению научного плагиата в университете «Туран» редакцией журнала проводится проверка на антиплагиат статей, представленных для публикации.

Ссылка на наше издание при перепечатке обязательна.

Наш адрес: **050013, г. Алматы, ул. Сатпаева, 16А, университет «Туран».**

Телефон для справок: **8(727) 260-40-18, 260-70-00.**

Сайт: <https://ejcrpp.turan-edu.kz/jour/index>

Редакционная коллегия

**EURASIAN JOURNAL OF CURRENT
RESEARCH IN PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY
(EJCRP&P)**

**Scientific and practical journal
№ 3(4) 2023**

Computer layout: Zhuikova M.A.
Proofreader: Skuratova I.M.

Signed to the press on 25.09.2023
Offset paper No. 1,62 x 84/16. Density 80g/m².
Conditional printed sheets 6,5 Conditional publishing sheets 6,8
Circulation 500 copies
Order No. 4

Editorial Office address:
The original layout was prepared by the editorial and
publishing Department of Turan University

г. Алматы, ул. Сатпаева, 16А, университет «Туран».
Тел.: 260-40-18, 260-70-00.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК
