

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ҒЫЛЫМ ЖӘНЕ ЖОҒАРЫ БІЛІМ МИНИСТРЛІГІ

«Л.Н. ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ ЕУРАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ» КЕАҚ

**Студенттер мен жас ғалымдардың
«GYLYM JÁNE BILIM - 2024»
XIX Халықаралық ғылыми конференциясының
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
XIX Международной научной конференции
студентов и молодых ученых
«GYLYM JÁNE BILIM - 2024»**

**PROCEEDINGS
of the XIX International Scientific Conference
for students and young scholars
«GYLYM JÁNE BILIM - 2024»**

**2024
Астана**

УДК 001

ББК 72

G99

«GYLYM JÁNE BILIM – 2024» студенттер мен жас ғалымдардың XIX Халықаралық ғылыми конференциясы = XIX Международная научная конференция студентов и молодых ученых «GYLYM JÁNE BILIM – 2024» = The XIX International Scientific Conference for students and young scholars «GYLYM JÁNE BILIM – 2024». – Астана: – 7478 б. - қазақша, орысша, ағылшынша.

ISBN 978-601-7697-07-5

Жинаққа студенттердің, магистранттардың, докторанттардың және жас ғалымдардың жаратылыстану-техникалық және гуманитарлық ғылымдардың өзекті мәселелері бойынша баяндамалары енгізілген.

The proceedings are the papers of students, undergraduates, doctoral students and young researchers on topical issues of natural and technical sciences and humanities.

В сборник вошли доклады студентов, магистрантов, докторантов и молодых ученых по актуальным вопросам естественно-технических и гуманитарных наук.

УДК 001

ББК 72

G99

ISBN 978-601-7697-07-5

**©Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия
ұлттық университеті, 2024**

помогает студентам успешно справляться с вызовами современного мира и развивать свой потенциал для достижения успеха в карьере и личной жизни.

Резюмируя вышеизложенное, формируется понимание, что исследование применения коучинга для оптимизации карьерных траекторий выпускников высших учебных заведений представляет собой важную область изучения, требующую внимания как в академической, так и практической сферах. Он играет ключевую роль в формировании профессиональных навыков и компетенций у выпускников высших учебных заведений, предоставляет студентам необходимые знания, практические инструменты и навыки. Подобные программы предоставляют студентам возможность индивидуального взаимодействия с опытными профессионалами, что способствует разработке стратегий успеха и преодолению препятствий на пути к достижению карьерных высот.

В связи с этим считаем важным интеграцию методов коучинга в образовательные программы высших учебных заведений, чтобы максимально подготовить выпускников к современным вызовам профессиональной сферы.

Список использованной источников

1. Развитие человеческого капитала – основа экономического роста страны <https://primeminister.kz/ru/news/razvitie-chelovecheskogo-kapitala-osnova-ekonomicheskogo-rosta-strany-25223> (дата обращения 23.03.2024)
2. Сундукова Галина Михайловна, Деревягина Людмила Николаевна, Шрамченко Тамара Борисовна КОУЧИНГ КАК РЕСУРС ДЛЯ ИННОВАЦИОННЫХ ИЗМЕНЕНИЙ В ПОДГОТОВКЕ БАКАЛАВРОВ // Вестник евразийской науки. 2022. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kouching-kak-resurs-dlya-innovatsionnyh-izmeneniy-v-podgotovke-bakalavrov> (дата обращения: 24.03.2024).
3. Ангелина Ирина Альбертовна, Кожухова Екатерина Сергеевна ОЦЕНКА КАЧЕСТВА СИСТЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ ПРЕДПРИЯТИЙ // ЭПП. 2021. №12. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otsenka-kachestva-sistemy-formirovaniya-upravlencheskih-resheniy-predpriyatiy> (дата обращения: 24.03.2024) .
4. Дж. Уитмор Ключевые идеи книги: Коучинг высокой эффективности. Альпина Паблишер - 2020, 331 стр.
5. Дж. Стар Полное руководство по методам, принципам и навыкам, Претекст – 2017, 339 стр.
6. Lancer, N., & Eatough, V. (2020). One-to-One Coaching as a Catalyst for Personal Development: An Interpretative Phenomenological Analysis of Coaching Undergraduates at a UK University. В J. Passmore & D. Tee (ред.), *The Wiley Handbook of Theoretical and Philosophical Psychology: Methods, Approaches, and New Directions for Social Sciences* (275–294).

УДК 159.9

ПРЕПЯТСТВИЯ В ПРОЦЕССЕ СТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

Өтеп Нұрислам Кенесұлы

nurislam2812219@gmail.com

Студент 1-курса по специальности В041– Психология

ЕНУ им. Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан

Научный руководитель – Г.М. Карибаева, М.К. Шарипова

Агрессивное поведение – одна из форм реагирования на неблагоприятные жизненные ситуации, вызывающие стресс, фрустрацию и тому подобные состояния.

Анализируя рисунки «Несуществующего животного» и объяснения детей по поводу характера животных, их привычек и образа жизни, сталкиваешься с тем, что дети рассказывают истории о том, что их животные живут на островах в пещерах (часто), или в

лесу, и в пещерах в лесу (реже), или в замках (еще реже) – на обособленной территории и, как правило, в одиночестве. Они злы и жестоки, убивают и едят животных, но главным образом, я подчеркиваю это – людей и даже маленьких детей. Так, в рассказе одной семилетней девочки, потому что у тех косточки мягкие. Другие дети рассказывают истории про добрых животных, обитающих в городах или на открытых пространствах, питающихся растениями и делающих добрые дела. Ясно одно – эти истории перекликаются с настоящими сказками, мифами, коллективными фантазиями всех времен и народов, анализируемыми в научной литературе, например, К.Г. Юнгом [1].

«Не скрипи дверью», – например, говорите вы в ответ на повторное десятое-двадцатое действие, которое совершает ребенок, внимательно рассматривая вас. Вы спокойны, но ненадолго и, в конце концов, взрыгиваетесь. Ваше эмоциональное состояние стало другим, а, следовательно, и энергетика тоже. Незаметно для самих себя вы стали другими. Ваше сознательное «Я» кануло в бессознательное и нескоро вы приведете себя «в чувство», если вообще до этого вы осознавали себя полностью, а не действовали под влиянием очередного настроения или не выполняли очередной пункт плана намеченных работ [1].

Как сказал К.Г. Юнг, дети, психически смыкаясь с коллективными фантазиями, ассоциируя себя с ними, получают мистическую силу – «мана» и становятся сильнее (энергетически) взрослых, которые намного больше их и по сравнению с ними просто великаны. Дети приобретают «волшебные» свойства и начинают управлять этими великанами, заставляя их следовать своей воле. Это неоткрытая агрессия, опосредованная, но именно она порождает ту безнаказанность, и именно тем и страшна, которая впоследствии деформирует личность, делая из нее, «волка в овечьей шкуре».

Всем нам, так или иначе, известно, что маленький ребенок может беспричинно плакать и не только тогда, когда у него болит живот или режутся зубы. Но причина есть, хотя знают о ней немногие. Он плачет, потеряв ощущения своего внутреннего «Я», но сам он совершенно беспомощен и в его поисках помогают ему взрослые, которые берут его на руки. Но только у некоторых руках он может успокоиться. Став постарше и, начав ползать, ходить, а уж тем более, вербально выражать свои желания, он может сам себя обезопасить и успокоить, выбирая объект. Это может быть игрушка, еда, одежда, человек, на руках которого или после слов которого, он может успокоиться, ощутив свое «Я». Но пока маленький, ребенок прибегает к родным, чувствуя в них свою защиту. Поэтому он может кричать, не отпуская от себя мать или отца, если кто-то из них куда-то уходит или уезжает. Ведь их уход вызывает потерю его собственного «Я», и ребенок испытывает страх смерти, который фиксируется нами, взрослыми, только тогда, когда ребенок получает возможность говорить, потом, уже опосредованно, проявляющийся в страхе смерти его родителей. Ведь родители могут умереть, и умрет собственное «Я» ребенка – уйдет в небытие и дети это прекрасно осознают.

Вторая волна такого смертельного страха возникает у детей тогда, когда мы начинаем их социализировать, т. е. когда они погружаются в коллективное «Я». Это садик, это широкие контакты с обществом: улица, гости, поездки в другой город. Этот страх вызывается тоже потерей индивидуального «Я». Итак, страх смерти – вот основной витальный страх, который движет детьми, и обуславливает все их поведение [1].

При переходе в школу к ним, сразу же, начинают предъявлять такие требования, которые часто им непосильны. И нередко дети слышат от родителей: «Все, детство закончилось». Это означает только одно – им не будут давать возможность «посещать» иррациональный мир. Что это значит для ребенка? То, что теперь он будет развиваться не в соответствии со своими внутренними потребностями – личностными, т. е. развивать свою самость, а будет выполнять программу субличностей своих родителей. И потом родителям, бабушкам, дедушкам остается только удивляться, почему это их ребенок так часто болеет? Почему не хочет учиться?

А что же происходит в школе? Детей опять никто не слушает: идет односторонняя связь на уроках и никто не спрашивает, а как они себя чувствуют, что думают. А когда они все же, пытаются что-то свое сказать – их не слушают. К этому добавьте еще групповые процессы,

которые естественным путем, стирают индивидуальные различия. В итоге, к 4-му, 5-ому классам процесс «огрупповления» почти завершается, и дети теряют свои индивидуальности. Как раз в этом возрасте появляются страх детей в возрасте от 7 до 11 лет: «быть не тем», сделать что-то не так, не соответствовать общепринятым требованиям и нормам. Дети продолжают «бороться» за свою индивидуальность, используя все те же приемы, но уже практически бессознательно, кроме отдельных личностей – лидеров. И, уж окончательно, маски прирастают в подростковом возрасте, что мы, психологи и диагностируем, как акцентуации черт их характера.

При исследовании волевой саморегуляции мы получили результаты, представленные на рисунке 1.

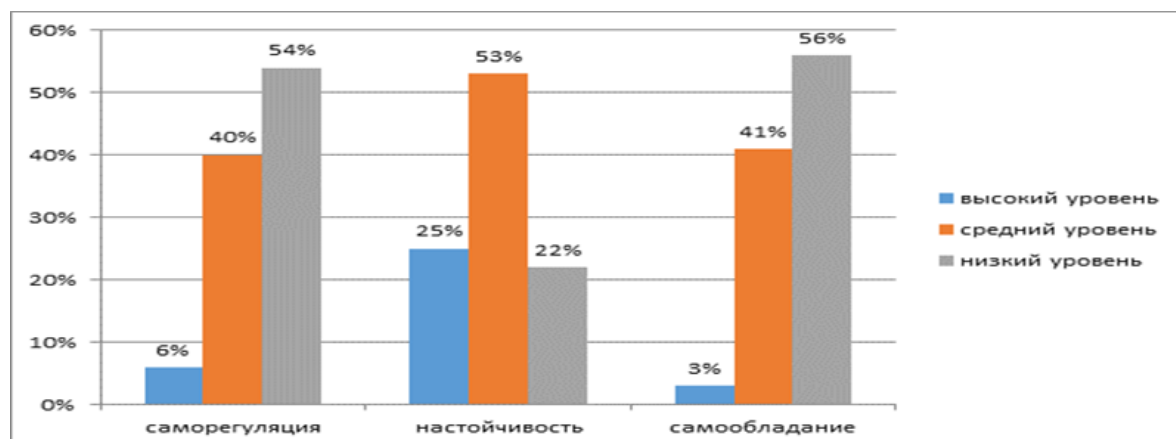


Рисунок 1. Процентное распределение девиантных подростков по уровню саморегуляции, настойчивости и самообладания [2].

Большинство (54%) девиантных (устойчивое поведение личности, отклоняющееся от общепринятых, наиболее распространённых и устоявшихся общественных норм) подростков имеет низкий уровень саморегуляции. Их можно охарактеризовать как чувствительных, эмоционально неустойчивых, ранимых, неуверенных в себе. Рефлексивность у них невысока, а общий фон активности, как правило, снижен. Им свойственна импульсивность и неустойчивость намерений. Это может быть связано как с незрелостью, так и с выраженной утонченностью натуры, не подкрепленной способностью к рефлексии и самоконтролю. Настойчивость у большинства девиантных подростков развита средне. И практически равное количество людей получила высокие и низкие баллы по данной шкале. Это говорит о противоречивых тенденциях в проявлении настойчивости девиантных подростков.

Самообладание у них развито слабо, это подтверждает тот факт, что у большинства преобладает низкий уровень самообладания. Для них характерны спонтанность и импульсивность в сочетании с обидчивостью и предпочтением традиционных взглядов ограждают человека от интенсивных переживаний и внутренних конфликтов, способствуют невозмутимому фону настроения [2].

Таким образом, они обладают низким уровнем самообладания, что мешает формированию самосознания и поиску своего места в мире людей. И финальная – тревога при подготовке к ЕГЭ. В этот критический образовательный период учащиеся часто сталкиваются с усиленным психологическим стрессом, что может индуцировать состояния эмоционального истощения и способствовать развитию невротических реакций. По данным Н.В. Никорчука, тревога воспринимается как ситуативное состояние, характеризующееся физиологическими и психологическими реакциями [3].

Что касается тревожности, Н.В. Литвиненко указывает на регулярно возникающие стрессовые ситуации в школьной среде, особенно связанные с оценочными и экзаменационными ситуациями.

Для межличностной тревожности также наблюдается преобладание «Высокого» и «Повышенного» уровней тревожности, однако, девушки показывают несколько более высокий процент «Очень высокой» тревожности по сравнению с юношами. Это может быть связано с более острой реакцией на межличностные взаимодействия и социальные ожидания.

Эмпирическое исследование проводилось на базе Гимназии №10 имени А.Е. Бочкина, г. Дивногорск. Выборка для исследования была представлена учащимися 11А и 11М классов. Состав 11А класса: 25 человек, из которых 9 девушек и 16 юношей. Состав 11М класса: 25 человек, из которых 11 девушек, 14 юношей. Исследование проводилось во внеурочное время. Полученные данные были проанализированы и наглядным образом представлены на диаграммах и в таблицах. Для исследования тревожности у школьников при подготовке к ЕГЭ был подготовлен и проведен комплекс диагностических методик. Все диагностические методики отвечают логике и целям данного исследования, подобраны с учетом возраста исследуемых и позволяют в совокупности выявить уровень тревоги у школьников на данный момент [3].

Методы сбора эмпирических данных:

- Тест школьной тревожности Филлипса;
- Шкала тревоги Бека;
- Шкала тревожности Р. Кондаша.

Для диагностики уровня тревожности у школьников в настоящее время активно используется методика британского психотерапевта Б. Н. Филлипса (Beeman N. Phillips), разработанная в 1970-х годах. Именно ему принадлежит идея о том, что для нормальной социализации и формирования адекватной самооценки ребёнка важно вовремя снизить школьную тревожность. Методика Филлипса позволяет определить, как общий уровень тревожности испытуемого, так и определённые тревожные синдромы, чётко указывающие на конкретные проблемы. Данная методика представлена в виде теста. Простой в проведении и интерпретации результатов, тест уровня школьной тревожности Филлипса (School Anxiety Questionnaire) хорошо зарекомендовал себя при проведении психологических исследований в средней школе [3].

При проведении данной методики мы рассматривали следующие содержательные характеристики видов (факторов) тревожности. Общая тревожность в школе - общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы. Переживание социального стресса - состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты, прежде всего со сверстниками. Фрустрация потребности в достижении успеха - неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т.д. Страх самовыражения - негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей. Страх ситуации проверки знаний - негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно публичной) знаний, достижений, возможностей. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих - ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных оценок. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу - особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды. Проблемы и страхи в отношениях с учителями - общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка. После проведения анализа, были получены следующие результаты [3].

Самые высокие показатели были получены по следующим видам тревожности: переживание социального стресса (у 71% юношей и 68% девушек); страх не соответствовать ожиданиям окружающих (у 54% юношей и 59% девушек); проблемы и страхи в отношениях с учителями (у 65% юношей и 67% девушек) [3].

Таким образом, можно сделать вывод, что по всем видам тревожности наблюдаются высокие показатели. Переживания социального стресса тяжелее переносятся юношами, неблагоприятный психологический фон тяжелее переносится девушками.

В целом данные отражают тенденцию к повышенной тревожности среди учащихся во время подготовки к экзаменам, с незначительными вариациями между разными аспектами тревожности. Это подчеркивает необходимость внимания к психологическому благополучию школьников и важность разработки соответствующих стратегий для управления тревожностью.

Все эти проблемы можно решить. Но все это интересно ли для взрослых? Когда кто-то начинает понимать, что сегодняшние дети – это взрослые люди в будущем и именно они будут, формировать общество? Неужели этому социуму нужны больше индивидов чем личностей.

Список использованных источников

1. Хмыз В.Ф. Агрессивность детей: причины и следствия. Психоаналитический взгляд на проблему // Современная психология и педагогика: проблемы и решения: сб. ст. по матер. IX междунар. науч.-практ. конф. №4(8). — Новосибирск: СибАК, 2018. — С. 51-60.

2. Баринаева А.И. Самосознание подростков, склонных к девиантному поведению // Научное сообщество студентов: междисциплинарные исследования: сб. ст. по мат. CLXXXII междунар. студ. науч.-практ. конф. №3(181).

3. Приходько Н.К. Тревожность у школьников 11 классов в период подготовки к егэ // Студенческий: электрон. научн. журн. 2024. №5(259).

УДК 159.9

ВЛИЯНИЕ ЭМОЦИЙ НА ЗДОРОВЬЕ: ПЕРСПЕКТИВА НЕЙРОПСИХОЛОГИИ И ПСИХОСОМАТИКИ

Кажгалиева Елдана Сериковна

eldana.kazhgalieva.00@mail.ru

Студентка 1-го курса по специальности В041-Психология

ЕНУ им. Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан

Научный руководитель – М.К. Шарипова

Объектом исследования в данной статье являются психология, нейропсихология, психосоматика, восприятие и эмоции человека, а также их взаимосвязь с состоянием здоровья и общим благополучием.

Предметом исследования в данной статье является влияние психических процессов, эмоций и восприятия на физическое и ментальное здоровье человека, а также методы и подходы управления этими процессами и улучшения качества жизни в психологии и медицине. Также в статье поднимается вопрос об эволюции разума и его восприятия мира и влиянии эмоций на физическое здоровье.

Психология – это наука, которая изучает психику человека на основе взаимодействия людей с окружающей средой. Это та наука, которая помогает и влияет на человека. В этой статье мы рассмотрим важные аспекты нейропсихологии и психосоматики, подчеркивая влияние восприятия на человека.

Психосоматика – это научное направление психологии, в котором главной причиной возникновения болезней считаются эмоции и чувства человека. Большинство проблем со здоровьем появляются из-за негативных эмоций и психических установок. Заболевания, которые возникли на фоне эмоциональной нестабильности, называют психосоматическими.

Как сказал и подтвердил Чарльз Шеррингтон: «Эмоции – это психические процессы, которые зарождаются в мозгу и берут направление в тело». Он вывел закономерность,