

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

«ǴYLYM JÁNE BILIM – 2024» студенттер мен жас ғалымдардың XIX Халықаралық ғылыми конференциясы = XIX Международная научная конференция студентов и молодых ученых «ǴYLYM JÁNE BILIM – 2024» = The XIX International Scientific Conference for students and young scholars «ǴYLYM 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**

16. Исмагамбетова Зухра Нурлановна, & Карабаева Алия Гайратовна (2016). Проблема идентичности и толерантности в условиях модернизации казахстанского общества. Вестник Калмыцкого университета, (1 (29)), 98-103. <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-identichnosti-i-tolerantnosti-v-usloviyah-modernizatsii-kazahstanskogo-obschestva>

17. <https://ehistory.kz/ru/news/show/23859#:~:text=%D0%BD%D1%80%D0%B0%D0%B2%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D1%85%2C%20%D0%BC%D0%BE%D1%80%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D1%85%2C%20%D1%8D%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85%20%D0%B8>

18. <https://articlekz.com/article/8268#:~:text=%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8%2C%20%D1%82%D0%BE%20%D0%B8%D0%B7%20%D1%87%D0%B5%D0%B3%D0%BE>

УДК 159.942.5

ПЕРЕЖИВАНИЕ ФРУСТРАЦИИ И СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ СТУДЕНТОВ В ВУЗЕ

Сабитова Гульжан Ербосынкызы

dhampire016@mail.ru

Студент 4 курса ОП 6В03103-Психология» Евразийского Национального
Университета имени Л.Н.Гумилева, Астана, Қазақстан
Научный руководитель – Абенова С.У.

В условиях глобализации и интенсивного технологического прогресса наблюдается изменение требований к человеческому капиталу, придавая особое значение качественному образованию как ключевому фактору достижения успеха и основному стимулу экономического развития. Президент Казахстана К. К. Токаев в ежегодном Послании народу Казахстана подчеркнул необходимость сохранения лучших образовательных практик и одновременного стремления к постоянному совершенствованию системы образования с целью соответствия современным вызовам и требованиям. «Задача Казахстана состоит в том, чтобы не отстать от мировых тенденций. Самое главное — двигаться в русле, поскольку иначе мы будем отброшены на обочину мирового развития. Нам нужно обучать молодежь всем этим навыкам, вовлекать ее в эту сферу. У нас очень способная молодежь, которая стремится получать знания, направленные на технологический прогресс общества» [1].

Изложенное воззвание подчеркивает основную миссию высших учебных заведений - подготовку конкурентоспособных специалистов, способных эффективно планировать и осуществлять свою профессиональную деятельность, достигая высоких результатов. Учитывая интенсивность межличностных взаимодействий в профессиональной сфере, особое внимание следует уделить подготовке будущих специалистов к пониманию и управлению своими эмоциональными состояниями, а также к развитию навыков саморегуляции поведения и эмоционального состояния.

Студенческая молодежь выделяется как важный ресурс для обеспечения высококвалифицированных кадров, необходимых для развития социально-экономической сферы государства. Быстро меняющаяся социокультурная среда и информационная перегрузка могут негативно сказываться на студенческой личности, приводя к переутомлению, напряжению и усилению тревожности, а также к негативным эмоциональным состояниям, таким как стресс и фрустрация.

В связи с этим, ряд государственных программ нацелен на разработку стратегий, способствующих развитию эмоционального благополучия всех участников образовательного процесса:

- в рамках Концепции развития образования Республики Казахстан на период с 2022 по 2026 годы отмечается необходимость гарантировать эмоциональное благополучие студентов, обеспечивать создание благоприятного психологического климата в высших учебных заведениях и предоставлять психологическую поддержку обучающимся [2];

- одним из целевых показателей Концепции развития здравоохранения РК до 2026 года является продвижение концепции "Здоровых университетов" для студентов, что ставит перед академическим сообществом задачу решения проблем, связанных с формированием эмоционального здоровья будущих педагогов высших учебных заведений [3];

- основным направлением Концепции государственной молодежной политики Республики Казахстан является обеспечение психологического здоровья студенческой молодежи как ключевого ресурса общественного развития. Эмоциональное состояние, как базовый элемент эмоционального здоровья студентов, является основой для формирования личности будущего специалиста и его профессиональной пригодности [4].

В повседневной жизни студенты часто сталкиваются со стрессом, вызванным различными факторами или ситуациями в ходе обучения в учебных заведениях. Психологическое напряжение, связанное с экзаменами, и его последствия, необходимость определения личности в будущей профессиональной среде, а также периоды адаптации представляют серьезную угрозу для психического здоровья. Данная проблема особенно актуальна в студенческие годы, когда личные ресурсы кажутся бесконечными, и уверенность в своем здоровье преобладает над заботой о нем. Интенсивное и порой излишнее напряжение ведет к трудностям, которые в свою очередь вызывают дискомфорт. Этот дискомфорт усиливает стресс благодаря эффекту обратной связи и может периодически приводить к психофизиологическому истощению. Таким образом, вопрос психического благополучия студентов является одним из важных современных психологических вопросов.

Стресс может вызывать различные негативные эмоциональные состояния, включая беспокойство, пониженное настроение и раздражение. Кроме того, он может влиять на поведение человека, приводя к апатии, отстранению от общества и затруднениям в выполнении повседневных задач. К тому же, стресс может оказывать влияние на межличностные отношения учащихся. Чувство напряжения и нестабильность в эмоциях могут стать причиной споров с другими людьми, в то время как стремление к уединению может быть реакцией на желание избежать новых стрессовых ситуаций. Подобные изменения в отношениях могут сказаться на личном благополучии и уровне поддержки, которую студенты получают от окружающих. Также одной из причин, влияющих на психологическое состояние человека, является фрустрация. В. Н. Мясищев описывает фрустрацию как неудачное и непродуктивное разрешение личностным противоречием между собой и важными аспектами реальности, что приводит к болезненным чувствам: поражениям, неудовлетворенности потребностей, недостижению целей, невозможности компенсировать утраты. Отсутствие способности обрести рациональный и продуктивный путь из фрустрирующей ситуации и связанных с ней эмоций может привести к эмоциональной травме личности, понижению самооценки и потере самоуверенности. Фрустрация представляет собой сложное и многогранное явление, поскольку она может быть вызвана множеством разнообразных объективных и субъективных причин. Это делает её трудной для анализа из-за её сложности и различных аспектов. Состояния, такие как беспокойство, депрессия и раздражительность, часто связаны с фрустрацией и могут возникать одновременно, создавая сложные эмоции, например, обиду, которая включает в себя чувство жалости к себе и гнев. Фрустрация возникает, когда важный для человека мотив остаётся неудовлетворенным, вызывая эмоции, которые могут привести к эмоциональному ущербу [1].

Важно, чтобы студенты освоили методы адаптации и управления стрессом, а также способов противостоять состояниям фрустрации. Изучение умений, таких как управление временем, контроль над эмоциями и обращение за помощью, может улучшить их способность преодолевать трудности в учебе. Развитие самодисциплины и формирование осуществимых ожиданий могут помочь в снижении стресса. Создание образовательной среды, отзывчивой к

проблемам и эмоциональным потребностям студентов, также может способствовать более благополучной атмосфере для их роста и достижений. Это может включать доступность психологических консультаций, программ поддержки и инициатив по созданию психологически благополучной учебной среды. Множество научных исследований посвящены вопросам стресса, но работ, изучающих стрессоустойчивость и способность противостоять стрессу, относительно мало. Исследование стрессоустойчивости и её развитие в личности является важной теоретической задачей и сложной областью прикладной психологии. Устойчивость к стрессу изучается в психологии под разными углами: как способность индивида поддерживать оптимальный уровень производительности под стрессом, так и как личностный стиль преодоления, который складывается благодаря защитным механизмам личности.

С течением времени концепция стресса и его восприятие претерпели изменения после работ У. Кенона и Г. Селье. Современный взгляд на стресс и устойчивость к нему включает в себя изучение физиологических и психологических процессов и влияющих на них факторов. Тем не менее, многие учёные считают, что основное внимание следует уделять психологическим аспектам стресса, которые определяют реакцию человека на необычные, сложные или экстремальные жизненные обстоятельства, как это описывают В. А. Бодров, Б. Х. Варданян, Р. Лазарус и другие исследователи [2].

Современные исследователи из Казахстана активно изучают вопросы стресса и устойчивости к нему. В 2020 году такие ученые, как Е. Барабанова и Е. Жумагалиева, а также их коллеги, проводили исследования в области профессионального стресса и методов его преодоления. Исследования М. П. Кабаковой и Г. К. Сланбековой в 2016 году были сосредоточены на стратегиях справления со стрессом во время развода. Проблемы, связанные с негативными последствиями стресса, включая суицидальное поведение и трудности в его преодолении, были предметом работы Г. Касена и Р. Абдуллаевой в 2014 году. Этнические особенности переживания стресса среди казахов исследовались Н. С. Ахтаевой и В. Е. Смагуловым в 2015 году.

В 2018 году А. Р. Ризулла и Ф. С. Ташимова выдвинули идею о том, что стресс может служить катализатором адаптации. Они также подчеркнули важность выбора эффективных копинг-стратегий для достижения стрессоустойчивости. Позитивное восприятие стресса, социальная поддержка и рефрейминг, по их мнению, являются ключевыми для успешной адаптации и устойчивости к стрессу [4].

Исследование стрессоустойчивости среди студентов привлекло внимание множества ученых в Казахстане, включая О. Х. Мадалиеву, З. М. Садвакасову, А. К. Мынбаеву и других. В рамках недавних научных работ следует выделить:

- В 2017 году А. Т. Садыкова, Э. Т. Адилова и А. А. Касымжанова провели исследование, посвященное изучению связи между типами темперамента и способностью студентов справляться со стрессом.
- В 2019 году К. Д. Серикова и А. К. Мынбаева сфокусировались на определении условий и методов профилактики стресса, а также на разработке методов повышения стрессоустойчивости среди студентов с использованием креативных подходов.

Г. Селье в своих ранних работах отмечал, что стресс может служить стимулом и фактором, который стимулирует активность и повышает эффективность работы, если уровень стресса является оптимальным, то есть эустрессом. До этого Р. Йеркс и его коллеги, опираясь на экспериментальные данные, выявили, что наилучшая эффективность действий и обучения достигается при оптимальной сложности задач. Г. Селье также определил стресс как общую реакцию организма на различные внешние воздействия, делая его универсальным инструментом защиты и активации ресурсов организма. В контексте профессионального самоопределения и самореализации студентов, особое значение приобретает понимание особенностей стресса и стрессоустойчивости в зависимости от их специализации [2].

Понятие фрустрации разные ученые-психологи трактуют по-разному. Н. Д. Левитов описывает фрустрацию как сложное состояние, связанное с эмоциями и мотивацией, которое

приводит к нарушению упорядоченности действий и взаимодействий. Это состояние возникает, когда длительное препятствие для достижения цели воспринимается как непреодолимое, будь то объективно или субъективно [3].

Однако существует несколько факторов, которые помогают преодолеть фрустрацию. Это включает в себя обладание прочной системой ценностей, способность адаптироваться и быть гибким, оптимистичный взгляд на жизнь, навыки контроля над своими стремлениями и эмоциями, развитие силы воли, реалистичная самооценка и своевременное устранение проблем. Для выработки и усовершенствования этих факторов, для начала, требуется определить у человека уровень стрессоустойчивости и фрустрации.

Таким образом, в эпоху глобализации и технологических инноваций, качественное образование становится решающим фактором в формировании человеческого капитала, способного отвечать современным вызовам. Особое внимание уделяется подготовке молодежи к управлению эмоциональными состояниями и развитию стрессоустойчивости, что является ключевым для успешной профессиональной деятельности.

Студенты, как будущие специалисты, должны быть обучены не только профессиональным навыкам, но и умению справляться с эмоциональными вызовами. Государственные программы Казахстана направлены на создание условий для эмоционального благополучия студентов, что включает психологическую поддержку и создание благоприятного образовательного климата. Исследования, проведенные казахстанскими учеными, подчеркивают важность понимания профессионального стресса и разработки методов его преодоления. В контексте учебной деятельности, стресс и психологическое напряжение могут существенно влиять на психическое здоровье студентов. Поэтому важно разрабатывать и внедрять стратегии, которые помогут студентам адаптироваться и сохранить психологическое равновесие в условиях учебного процесса. Это будет способствовать не только их личностному росту, но и подготовке квалифицированных специалистов, способных внести вклад в социально-экономическое развитие страны.

Список использованных источников

1. Президент Республики Казахстан К.-Ж. Токаев. Справедливое государство. Единая нация. Благополучное общество: послание народу Казахстана // <https://www.akorda.kz/ru/poslanie-glavy-gosudarstva>. 14.02.2022.
2. Концепция развития образования Республики Казахстан на 2022- 2026 годы. (Постановление Правительства Республики Казахстан от 24 ноября 2022 года № 941).
3. Концепция развития здравоохранения Республики Казахстан до 2026 года. (Постановление Правительства Республики Казахстан от 24 ноября 2022 года № 945).
4. Концепция государственной молодежной политики Республики Казахстан на 2023-2027 годы. МИОР РК от 12 января 2023 года.
5. Бэрн Р. Фрустрации личности / Р. Бэрн – Москва, 2014. - 411 с.
6. Дьяков С. И. Стрессоустойчивость студентов-психологов разного профиля обучения / С.И. Дьяков // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского Социология. Педагогика. Психология. Том 8 (74). 2022. № 1. С. 87–96.
7. Левитов Н.Д. Фрустрация как один из видов психических состояний / Н.Д. Левитов // Вопросы психологии. - 1967. - № 6. - С. 118-129.

УДК 159.922.73

ИНТЕГРАТИВНЫЕ ПОДХОДЫ К КОРРЕКЦИИ РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Галимова Валерия Андреевна

Магистрант 2 курса по образовательной программе «Кризисная психология»,
Евразийский национальный университет им.Л.Н.Гумилева, г.Астана, Казахстан