

- не унижать и не оскорблять противоположную сторону;
- не делать скоропостижных выводов;
- стараться выразить свое понимание и участие.

Позитивное разрешение конфликта возможно только тогда, когда преподаватель провел тщательный анализ причин и мотивов, которые привели к создавшейся ситуации, целей и возможных исходов конкретного межличностного столкновения. Показателем профессионализма педагога является его умение быть объективным.

В заключение можно сказать, что проблема конфликтов между преподавателем и студентом вуза существует и весьма актуальна. Наиболее часто такие конфликты, по мнению студентов, возникают из-за необъективной оценки работы, придирчивости преподавателя, пренебрежительного или предвзятого отношения к студентам. Студенты тоже могут инициировать конфликт, общаясь с преподавателем в вызывающей, агрессивной форме, не посещая занятия, не выполняя задания, нарушая нормы, регламентирующие учебный процесс. Однако, в учебном заведении большую ответственность за разрешение конфликта несёт преподаватель, опираясь на свой опыт, объективность и используя в своей работе анализ и рациональный подход к обучению.

ЛИТЕРАТУРА

1. Волков, Б. С. Конфликтология : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Волков Б. С., Волкова Н. В. - Москва : Академический Проект, 2020. – 412 с.
2. Курьянов Р.В. Межличностный конфликт в диаде преподаватель – студент. Казань 2011.
3. Зеленков, М. Ю. Социальная конфликтология (базовый курс) / М. Ю. Зеленков. – М. : Юридический институт МИИТа, 2011 – 272 с.
4. Бреслав Г. Э., Корнеску Е. Г., Сидорак В. И. Конфликты между преподавателями и студентами // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 33. – С. 16–20.
5. Игнатова Е.С. Профессиональная деятельность педагога-психолога в учебной среде вуза // European Social Science Journal. 2012. № 12. С. 117–127.
6. Борытко, Н. М. Педагогика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. М. Борытко, И. А. Соловцова, А. М. Байбаков; под ред. Н. М. Борытко. М.: Академия, 2007. 496 с.

КОРРЕКЦИЯ ДЕТСКИХ СТРАХОВ У СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

CORRECTION OF CHILDREN'S FEARS AMONG STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

В. В. Крицкая^{1,2}, И. З. Олевская^{1,2}

V. Kritskaya^{1,2}, I. Olevskaya^{1,2}

¹Белорусский государственный университет, БГУ, г. Минск, Республика Беларусь

²Учреждение образования «Международный государственный экологический институт имени А. Д. Сахарова» Белорусского государственного университета, МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ г. Минск, Республика Беларусь
lerakritzskaya@gmail.com

¹Belarusian State University, BSU, Minsk, Republic of Belarus

²International Sakharov Environmental Institute of Belarusian State University, ISEI BSU
Minsk, Republic of Belarus

Детские страхи возникают еще в дошкольном возрасте и могут иметь как временный характер, так и оставаться с человеком на протяжении всей жизни. Сейчас разработаны различные методы коррекции детских страхов для разных возрастов и зависят от вида и степени проявления страха. В статье представлены результаты исследования наличия детских страхов у студентов высших учебных заведений и методы их коррекции.

Children's fears arise even in preschool age and can be either temporary or remain with a person throughout life. Now various methods have been developed for correcting children's fears for different ages and depend on the type and degree of manifestation of fear. The article presents the results of a study of the presence of children's fears in students of higher educational institutions and methods for their correction.

Ключевые слова: детские страхи, страх, тревожность, коррекция страхов.

Keywords: children's fears, fear, anxiety, correction of fears.

<https://doi.org/10.46646/SAKH-2023-2-344-347>

Большинство страхов являются возрастными особенностями и имеют временный характер. Они возникают в возрасте от 4 до 5,5 лет, что связано с развитием центральной нервной системы и становлением эмоциональной сферы. Однако страхи, сохраняющиеся длительное время, служат признаком эмоционального неблагополучия и негативно влияют на психическое здоровье [2].

В специализированной психологической и психотерапевтической литературе выделяется несколько определений страха, выделяются физиологические и психологические признаки, а также подчеркивается физиологическая и психологическая направленность страха. Одни авторы определяют страх как психическое состояние (О. М. Дьяченко), другие как эмоциональное (А. Роббер, Э. Эриксон) и аффективное состояние (З. Фрейд). Исследователи связывают страх с такими понятиями, как чувство (А. Фром, В. М. Блейхер), ощущение (С. С. Степанов), эмоция (А. И. Захаров, К. К. Платонов, М. Г. Ярошевич), рефлекс (И. П. Павлов)[3].

Страх – это отрицательное эмоциональное состояние, которое проявляется при получении человеком информации о вероятной угрозе его жизненному благополучию, о реальной или воображаемой опасности. Тем не менее, страх нельзя сравнивать с тревожностью. Тревожность – это склонность человека переживать тревогу, т.е. эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях неопределенной опасности и проявляющееся в ожидании неблагоприятного развития событий. Она возникает в детском возрасте, вследствие взаимодействия с неблагоприятной социальной средой, и присутствует в течении всей жизни человека.

На сегодняшний день существует наиболее распространенная гипотеза, согласно которой страх рассматривается как ответ человеческого организма на конкретную, адекватную или реальную опасность, а тревожность – как переживание неопределенной, безобъектной, часто преувеличенной угрозы преимущественно воображаемого характера. Также, среди психологов существует мнение, согласно которому страх больше воспринимается как угроза физическая, способная нанести ущерб нашему организму и жизни в целом, а тревожность – как психологическая угроза, при которой могут пострадать личностные особенности человека. Кэррол Изард включил страх в свою классификацию базовых эмоций, которая основана на врожденных, генетических или физиологических компонентах. Эта отрицательная эмоция сигнализирует об опасности, которая может исходить от множества причин, как внутренних, так и внешних [4].

Страх и тревога - это нормальные явления, которые встречаются у многих детей и подростков. Однако, симптомы детских страхов и тревожности часто беспокоят и проявляются в виде отвращающих мыслей и мешают повседневной жизни. Исследования показали, что девочки всех возрастов имеют более высокий уровень страха и тревожности, чем мальчики [5].

В современных психолого-педагогических исследованиях существует несколько подходов к классификации детских страхов, среди которых следует отметить следующие:

- 1) *природные* (страхи, основанные на инстинкте самосохранения): страх замкнутого пространства, темноты, глубины, высоты, животных, насекомых, воды, огня, крови, врачей, уколов, шума;
- 2) *социальные*: страх одиночества, наказания (со стороны взрослых), осуждения, насмешек;
- 3) *воображаемые* (основной причиной возникновения таких страхов является бурная фантазия, которая способна увеличиваться до очень больших размеров);
- 4) *навязчивые и реальные страхи*, которые возникают после конкретных жизненных ситуаций и которые могут стать причиной психологических травм;
- 5) *бредовые страхи* являются наименее изученными детскими страхами, причины которых не ясны;
- 6) *ситуативные страхи*, которые обусловлены конкретной опасной ситуацией (ДТП, падением с высоты и т.п.). Эти страхи являются психотравмирующими и оказывают влияние на всю дальнейшую жизнь ребенка и легко перерастают в фобии;
- 7) *личностные* страхи обусловлены индивидуальными особенностями детской психики, которые проявляются чаще всего в новом коллективе, непривычной обстановке и со временем могут развиваться в социальную дезадаптацию, усилить внутренние комплексы и низкую самооценку;
- 8) *острые* – возникают в определенной ситуации, часто носят кратковременный характер;
- 9) *хронические* – развиваются из острых при отсутствии необходимой поддержки со стороны взрослых и требуют вмешательства специалиста;
- 10) *ночные страхи* являются наиболее частыми и опасными. Они представляют собой парасомнии – нарушения поведения в различных фазах сна, обусловленные неподготовленностью центральной нервной системы, что объясняет частоту диагностируемых случаев у детей по сравнению с взрослыми [1].

Также принято выделять адекватные (адаптивные, функциональные) страхи и неадекватные (дезадаптивные, дисфункциональные) страхи. Среди неадекватных страхов выделяются воображаемые и внушенные страхи. Воображаемыми называются те страхи, которые играют важную роль в развитии и повышении детского воображения, не вызывая при этом у ребенка невротических дисфункций. Подобные страхи могут вызываться самим ребенком или его сверстниками. При рассказе друг другу страшных историй про реальных или вымышленных персонажей дети испытывают смешанные чувства страха и удовольствия. Истории и игры такого рода очень популярны у детей дошкольного и младшего школьного возраста. Однако когда воображаемые страхи становятся слишком интенсивными и вызывают нервные реакции, стоит говорить о внушенных страхах.

Если в случаях воображаемых страхов пугающий образ или ситуация вызывает колебания между негативными и позитивными реакциями, то в ситуациях внушенных страхов ребенок переживает свою беспомощность

перед явно превосходящим его возможности пугающим персонажем. Источниками таких внушенных страхов обычно являются люди старшего возраста: родители, старшеклассники и др. Внушая ребенку, что в различных ситуациях он самостоятельно справиться не способен, взрослые тем самым обесценивают саму возможность и способность ребенка решить проблему в свою пользу [3].

Существуют также врожденные и приобретенные страхи. К врожденным относятся страх высоты или падения и страх громких звуков. Приобретенные страхи возникают по мере роста ребенка в результате каких-либо эмоциональных потрясений.

Выделяют следующие причины возникновения детских страхов:

1. *Запугивание* (укус животным или насекомым, внезапный громкий звук или крик, ссоры и скандалы родителей, запугивание монстрами и пр.).

2. *Приобретенный негативный опыт*, к которому может относиться волнительное событие в жизни ребенка.

3. *Чрезмерная опека ребенка родителями*. Пытаясь уберечь своего ребенка от всевозможных неприятностей и угроз большинство родителей проявляют чрезмерную опеку, тем самым совершая большую ошибку, не давая ему полноценно адаптироваться в современном мире.

4. *Беседы взрослых*. Зачастую родители, не замечая присутствия детей, обсуждают темы, совсем не соответствующие возрасту ребенка. Иногда родители думают, что ребенок не прислушивается к их разговорам, но в это время малыш впитывает информацию, обсуждаемую взрослыми, и переживает в себе описываемую ситуацию.

5. *Виртуальная реальность*. Из-за недостатка живого общения со сверстниками и родителями ребенок с дошкольного возраста начинает увлекаться компьютерными играми, которые оказывают существенное влияние на психику и приводят к возникновению всевозможных страхов, связанных с сюжетом и героями.

6. *Беспокойство родителей*. Из-за повышенной тревожности родителей стресс и беспокойство могут транслироваться на ребенка и вызывать соответствующие страхи.

7. *Агрессия со стороны родителей*. В данном случае речь идет об агрессии по отношению к ребенку. Если мать занимает в семье лидирующую позицию, то базовое чувство безопасности, исходящее в первую очередь от нее, может страдать.

8. *Конфликты в семье*. Ребенок, в силу своего возраста тяжело воспринимает даже небольшие ссоры, поэтому постоянно находится в стрессе, если в семье часто происходят выяснения отношений.

9. *Болезни*. Неврозы или иные психические заболевания могут привести к возникновению страха у малыша. В данном случае лечением должны заниматься медики.

10. *Чувство одиночества*. Ребенок, с малых лет чувствуя себя одиноким в семье, в дальнейшем старается избегать компании сверстников и становится замкнутым в себе, боясь общения и взаимодействия с другими людьми [1].

Коррекция детских страхов у детей начинается с момента его обнаружения. Обычно это происходит в дошкольном или в младшем школьном возрасте. Коррекция подразумевает ряд упражнений, которые ребенок выполняет с родителями или педагогом-психологом.

Арт-терапия является одной из наиболее эффективных техник коррекции детских страхов. Вначале ребенку предлагают нарисовать свой страх, после чего дают на выбор несколько вариантов избавления от него: нарисовать на бумаге что-то веселое, смять или разорвать рисунок и прочее. Такая техника помогает ребенку “своими руками” избавиться от собственного страха и заменить негативные эмоции на более позитивные.

Корректировать детские страхи также можно и с помощью игры. Игры могут быть индивидуальными или групповыми, основанными на популярных детских играх, например “Прятки” или “Казаки-разбойники”. Во время игры дети напрямую сталкиваются со своими страхами и учатся преодолевать их для дальнейшего участия в игровом процессе.

Благодаря современным технологиям, коррекцию детских страхов можно проводить при помощи виртуальной реальности. Под присмотром специалиста пациент, через специальные очки, видит смоделированную ситуацию и тем самым преодолевает свой страх. Этот способ коррекции подходит как детям, так и взрослым.

Однако, не все дети избавляются от своего страха. По мере взросления детский страх может перерасти в состояние постоянной тревожности или фобии. В большинстве случаев, детские страхи не мешают вести обычную взрослую жизнь, но в некоторых случаях они могут стать причиной появления периодических панических атак.

Было проведено исследование среди студентов высших учебных заведений на наличие детских страхов во взрослом возрасте. По результатам анкетирования, на первом месте стоит страх темноты, составляющий 40 % от всех детских страхов.

Страх темноты возникает в детском возрасте на фоне чрезмерного воображения ребенка, а также просмотра фильмов или мультфильмов на ночь. Также страх возникает благодаря родителям, пугающим своих детей “Бабайкой” или другими вымышленными персонажами, живущими во тьме. Коррекция данного страха заключается в ограничении просмотра телевизора и применении различных психологических приемов, например игры, доказывающих, что в темноте нет ничего страшного. Во взрослом возрасте страх темноты встречается редко, поскольку у подростков начинает преобладать вечерне-ночной образ жизни.

На втором месте стоит страх насекомых (15 %). Причинами возникновения данного страха являются укусы (в основном осами), которые могут стать причиной аллергической реакции, либо большой размер некоторых представителей данного класса, встречающихся в странах жаркого климата. Также страх насекомых появляется в детском возрасте при наблюдении за собственными родителями, у которых тоже присутствует страх во взрослом возрасте. Коррекция проводится при помощи различных мультфильмов и картинок, где насекомые представлены с позитивной стороны. У подростков страх насекомых встречается довольно часто. Среди опрошенных, около 35 % во взрослом возрасте продолжают бояться только насекомых крупных размеров. Остальные же, предпочитают не посещать места большого скопления насекомых, например лес или озеро.

По общим результатам исследования, у 60 % опрошенных студентов сохранился детский страх в виде тревожного состояния или фобии. Большинству страх не мешает вести социальную жизнь и проявляется крайне редко. Однако, некоторые студенты испытывают дискомфорт в повседневной жизни и нуждаются в консультации специалиста. В результате будут подобраны индивидуальные программы с набором различных техник коррекции определенного страха, например гипноз или технология виртуальной реальности при страхе воды или высоты.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Бирина, Е. Р.* Причины появления детских страхов, их виды и пути преодоления / Е. Р. Бирина, В. В. Гордеева // Вестник Пензенского государственного университета. № 3. 2022. – С. 9–12.
2. *Кочетова Ю. А.* Психологическая коррекция детских страхов / Ю. А. Кочетова // Психологическая наука и образование. №1. 2012. – С. 1–4.
3. *Орлов, А. Б.* Психологические механизмы возникновения и коррекции внушенных детских страхов / А. Б. Орлов [и др.] // Вопросы психологии. №3. 2011. – С. 5–20.
4. *Суднеева Л. А.* К вопросу о детской тревожности и страхе / Л. А. Суднеева, Е. А. Шейкина // Балтийский гуманитарный журнал. № 4 (21). 2017. – С. 410–412.
5. *Kushnir, J.* Childhood Fears, Neurobehavioral Functioning and Behavior Problems in School-Age Children / J. Kushnir, A. Sadeh // Child Psychiatry Hum Dev. № 41. 2010. – P. 88–97.

СОЦИАЛЬНО-ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АЛЬТЕРНАТИВНЫХ ИСТОЧНИКОВ ЭНЕРГИИ SOCIO-ENVIRONMENTAL IMPLICATIONS OF ALTERNATIVE ENERGY SOURCES

И. А. Сергей^{1,2}, А. Н. Скамароха^{1,2}, В. И. Шерикова^{1,2}, Н. Д. Лепская^{1,2}
I. Sergey^{1,2}, A. Skamarokha^{1,2}, V. Sherikova^{1,2}, N. Lepskaya^{1,2}

¹Белорусский государственный университет, БГУ, г. Минск, Республика Беларусь

²Учреждение образования «Международный государственный экологический институт имени А. Д. Сахарова» Белорусского государственного университета, МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ, г. Минск, Республика Беларусь
inna.sergey.2015@mail.ru

¹Belarusian State University, BSU, Minsk, Republic of Belarus

²International Sakharov Environmental Institute of Belarusian State University, ISEI BSU, Minsk, Republic of Belarus

В данной статье показаны преимущества и недостатки использования альтернативных источников энергии.

This article shows the advantages and disadvantages of using alternative energy sources.

Ключевые слова: энергия, альтернативные источники энергии, экология, социально-экологические последствия.

Keywords: energy, alternative energy sources, ecology, socio-ecological consequences.

<https://doi.org/10.46646/SAKH-2023-2-347-350>

Ухудшение качества окружающей среды, истощение невозобновляемых природных ресурсов, повышение энергоэффективности определили постепенное увеличение доли альтернативных или так называемых «чистых» источников энергии. К ним относится солнечная, ветровая, гидротермальная, приливная и другие источники энергии. Тенденцию к развитию альтернативных источников энергии формируют международные соглашения и акты; так среди основных целей развития тысячелетия ООН – обеспечение экологической устойчивости.

При текущем уровне потребления доказанных запасов нефти и газа человечеству хватит на 40–45 лет. За этот короткий срок человек должен научиться полностью обходиться без традиционного топлива. Это особенно