HOLY CROSS UNIVERSITY,
FACULTY OF LIBERAL ARTS AND EDUCATION

INTERNATIONAL SCIENTIFIC-PRACTICAL CONFERENCE

ACTUAL QUESTIONS AND PROBLEMS OF DEVELOPMENT OF SOCIAL SCIENCES

June 28-30 // 2016

Proceedings of the Conference

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Kielce
2016

Organising Committee:

Adamczyk M.	Ph.D. of History, Professor, Rector of the Holy Cross University, Kielce (Republic of Poland);
Zdebski J.	Ph.D. of History, Professor, Dean of the Faculty of Physical Education and Tourism of the Holy Cross University, Kielce (Republic of Poland);
Palka K.	Ph.D. of History, Dean of the Faculty of Liberal Arts and Education of the Holy Cross University, Kielce (Republic of Poland);
Winiarz A.	Ph.D. of History, Professor, Head of Department of Education, Culture and History of the Holy Cross University, Kielce (Republic of Poland);
Giza T.	Ph.D. of History, Professor at Department of Education, Culture and History of the Holy Cross University, Kielce (Republic of Poland).

International Scientific-Practical Conference Actual questions and problems of development of social sciences: Conference Proceedings, June 28-30, 2016. Kielce: Holy Cross University. 200 pages.

Each author is responsible for content and formation of his/her materials.

The reference is mandatory in case of republishing or citation.

© Holy Cross University,
Faculty of Liberal Arts and Education, 2016

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

CONTENTS

ACTUAL PROBLEMS OF POLITICAL SCIENCE

Representation of the Euromaidan events in Turkish media
Maksymenko Olha **7**

Монофізитство як причина візантійського іконоборства
Мілютін С. Ю. **10**

Соціально-політичні аспекти самоорганізації: аналіз матеріалів четвертого всеросійського наукового семінару «Самоорганізація стійких цілісностей у природі та суспільстві»
Орлова В. О. **13**

Проблеми розвитку та становлення демократичного устрою суспільства (кінець XX – початок XXI ст.)
Панченко Ю. В. **16**

Українізаційні процеси 1920–1930-х рр. та концепція «теорії боротьби двох культур»
Парахіна М. Б. **18**

Технології опозиційної діяльності у процесі створення демократичної системи
Саєнко І. В. **21**

Десять років падіння демократій або двадцять століття сталого розвитку гібридних режимів?
Сарбаш К. О. **24**

«Political death» as an act of delegitimization
Syvukha Taras **27**

Migration crisis as important issue of political decision making process (security and defense aspect, XXI century)
Slota Iryna **31**

Репетиції «гібридної» війни Росії проти України
Соколюк О. М. **32**

Ukrainian television in the period of independence: a political dimension
Stepura Ihor **37**

Вплив глобалізації на розвиток порівняльної політології
Сурмінська-Далекорей О. А. **40**

Роль держав-патронів у функціонуванні невизнаних держав
Теленько О. М. **43**

Історія понять як сучасна методологія наукових досліджень
Терлецька І. В. **46**

Особливості формування українсько-єврейських відносин
Тиский М. Г. **48**

Політика ідентичності та діяльність політичної еліти: український контекст
Угрин Л. Я. **52**

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Some aspects of the National Anti-Corruption Bureau of Ukraine work
Fuhlevych Kateryna **55**
Політико-правовий статус діаспоральних утворень у суспільствах різного типу
Шахно Ю. Л. **58**
Политика в отношении нейтральных государств Европы
в период холодной войны
Широв М. А. **61**
Вплив Дмитра Донцова на націоналістичний рух у міжвоєнній Польщі
Шліхта І. В. **64**

ACTUAL PROBLEMS OF PSYCHOLOGY

Stres i sytuacje trudne w pracy zawodowej funkcjonariuszy zakładów karnych
Mazur Eliza **68**
Zachowania rytualne piłkarek a ich poczucie kontroli
Rutkowska Katarzyna, Rut Anna **75**
Some peculiarities of using coaching technologies in the process
of forming the positive I – conception of the future practical psychologist
Averina Kateryna, Varina Hanna **84**
Особливості організації часу життя в студентському віці
Бабатіна С. І. **87**
Conscious care about yourself as an indicator of personal maturity
Baranova Svitlana **90**
Professional thinking of specialists in the field of software engineering
Bardus Iryna **94**
Проблемно-символічний підхід до феномена самотності
Башмакова О. В. **96**
Фактор «професійного вигорання» у суднових офіцерів торговельного флоту
Безлуцька О. П. **99**
Часова перспектива студентської молоді
в кризових умовах розвитку суспільства
Білоус Р. М., Окрименко В. О. **101**
Психологія особистісного становлення керівників органів
та підрозділів МВС України
Бойко-Бузиль Ю. Ю. **105**
Психодинамічні засади підготовки майбутніх психологів
Бурлюрко Я. М. **108**
Методологічні та теоретичні основи професіографічного
моделювання соціальної взаємодії
Булгакова О. Ю. **111**

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Ґендерні стереотипи: споживачки ін'єкційних наркотиків проти співробітників ВІЛ-сервісних організацій
Варбан М. Ю., Варбан Є. О. **113**

Вікові особливості етнокультурних стереотипів у характеристиках особистості українців
Васюк К. М. **116**

Личностно-значимые паремии в визуальном коде сновидения: случай из психоаналитической практики
Великодная М. С. **119**

Virtual learning environments creation fundamentals
Vereitina Iryna **122**

Подолання наслідків медіатравматизації в сучасному українському суспільстві засобами арт-терапії
Вознесенська О. Л. **124**

Психолого-педагогічне консультування неповнолітніх груп ризику в системі освіти Німеччини
Вольнова Л. М. **127**

Szkolenie w formie retorycznych umiejętności przyszłych psychologów
Garkusha Inessa **130**

Sposoby optymalizacji przygotowania studentów-psychologów we wyższym edukacyjnym zakładzie do spełnienia prac naprawczych z dziećmi przedszkolnego wieku
Honcharovska Galina **132**

Теоретичні аспекти вивчення суб'єктності в юнацькому віці
Гріньова О. М. **135**

Негативний вплив перфекціонізму на професійну діяльність особистості
Грубі Т. В. **138**

Застосування технології RPG у формуванні психологічної компетентності в публічному управлінні
Гурієвська В. М. **141**

Позитивна соціальна взаємодія як засіб досягнення суб'єктивного соціального благополуччя
Данильченко Т. В. **144**

Особливості емоційної креативності жінок із різним рівнем задоволеності шлюбом
Деревянко С. П. **148**

Прояв ления интерперсонального стиля речевого имиджа
Дудка Т. Н. **150**

Практика осознанности как стратегия развития когнитивных процессов: анализ результатов эксперимента
Дьяков Д. Г., Слонова А. И. **153**

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

2012. –
С. 14-21.

2. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія : навчальний посібник / Лідія Ернестівна Орбан–Лембрик. – К.: Академвидав, 2005. – 448 с.

3. Психология имиджа: Учебное пособие / Е. Б. Перелыгина. – М.: Аспект Пресс, 2002. – 223 с.

4. Чмут Т. К. Культура спілкування. Навчальний посібник для студентів і викладачів вищих навчальних закладів / Т. К. Чмут. – Хмельницький, 1996. – 208 с.

ПРАКТИКА ОСОЗНАННОСТИ КАК СТРАТЕГИЯ РАЗВИТИЯ КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ: АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ЭКСПЕРИМЕНТА

Дьяков Д. Г.
кандидат психологических наук,
декан факультета психологии
Белорусского государственного педагогического университета
имени Максима Танка
Слонова А. И.
магистрант кафедры общей и организационной психологии
Белорусского государственного педагогического университета
имени Максима Танка
г. Минск, Республика Беларусь

Особенности и требования современного окружающего мира к личности определяют в качестве одной из приоритетных линий психологической науки и практики создание и использование технологий, способствующих развитию высших психических функций человека не только в детском, но и в зрелом возрасте. Технология Mindfulness в настоящее время широко используется за рубежом, вызывая заметный интерес у научного сообщества, особенно в контексте получения эмпирических доказательств ее положительного влияния на деятельность мозга [4, 5, 6, 9]. **Mindfulness** (осознанность) определяется как безоценочная фокусировка внимания на текущем моменте с полным сосредоточением на нем [1, 2, 8]. Данная практика фундирует несколько эмпирически и теоретически аргументированных программ, состоящих в большинстве своем из медитативных техник, которые могут использоваться в целях достижения психотерапевтического, релаксационного и развивающего (в том числе формирующего когнитивную сферу субъекта) эффектов [2, 3, 8].

Данные западноевропейских и американских исследований эффективности практики осознанности в сфере развития когнитивных процессов носят местами противоречивый характер [3, 11], поэтому нами принято решение о дальнейших исследованиях, которые будут носить подтверждающий, уточняющий и расширяющий характер. Таким образом, **целью** представленного в данной статье исследования является анализ эффективности технологии Mindfulness и

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

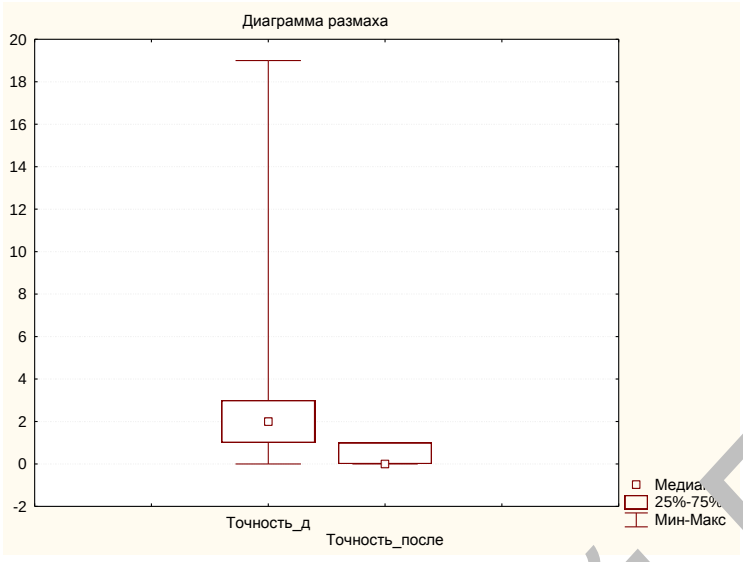
операционализирующей ее программы по когнитивной терапии, базирующейся на осознанности (Mindfulness-Based Cognitive Therapy) [7, 10].

Материалы и методы исследования. Осуществленное нами исследование представляет собой формирующий эксперимент, направленный на определение эффективности технологии Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT) в развитии познавательных процессов в юношеском возрасте. Схема эксперимента включала сформированные методом рандомизации одну экспериментальную и одну контрольную группы, эквивалентные по количеству и возрастно-половому составу. С экспериментальной группой осуществлялись занятия в течение 2-х месяцев; до начала и после окончания занятий для выявления степени влияния на развитие познавательных процессов применяемой нами технологии проводилась диагностическая процедура, построенная на стандартизированных методиках для оценки отдельных параметров внимания и памяти: корректурная проба Бурдона; таблицы Шульте; субтест «Память» (Тест структуры интеллекта Амтхауэра); пиктограммы.

Участники: Исследовательскую выборку составили учащиеся факультета психологии БГПУ в общем количестве 30 человек (8 юношей и 22 девушки) в возрасте от 18 до 22 лет (Me=19). Каждая группа включала по 15 участников. Сравнительно небольшой объем исследовательской выборки объясняется применением генетико-моделирующего эксперимента с объемным и длительным тренингом (программа предполагает проведение 8-ми занятий общим объемом 16 часов, при этом участникам даются домашние задания).

Результаты исследования. Рассмотрение результатов применения технологии MBCT начнем с ***количественного анализа*** полученных данных. В группе, практиковавшей MBCT, выявлены следующие изменения в параметрах внимания: обнаружена динамика в сторону улучшения результатов по показателю точности (у 80% участников от общего количества), продуктивности (53,3%), эффективности (86,6%), врабатываемости (60%). По тестам, изучающим кратковременную память и опосредованное запоминание, участники также обнаруживают улучшения (86,6% и 53,3%, соответственно). В то же время контрольная группа, на которую воздействие не оказывалось, не выявляет значительных изменений в сторону улучшения либо ухудшения результатов тестов – практически все параметры остаются без изменений. Для проверки гипотезы о статистической значимости различий между значениями до и после применения технологий в исследуемой группе был применен Т-критерий Вилкоксона. Статистически значимые различия в группе, занимавшейся в русле когнитивной терапии, базирующейся на осознанности, выявлены по параметру «Точность внимания» (T=0,00; p=0,002218).

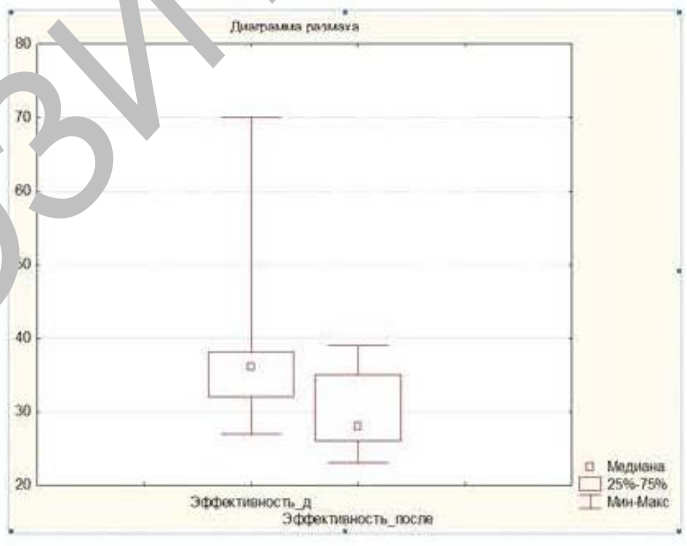
РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ



Р. 1. Различия по параметру «Точность внимания» до и после тренинга МВСТ

На графике (рис. 1) продемонстрирован отрицательный сдвиг: переменная после применения технологии имеет меньшее среднее, чем переменная до. Таким образом, результаты по переменной «точность внимания» улучшились после занятий.

В группе, практикующей осознанность, обнаруживаются статистически значимые различия по параметру «Эффективность внимания» (T=3,000000; p=0,001887). Отрицательный сдвиг по переменной «эффективность» после применения технологии, наблюдаемый на графике (рис. 2), позволяет сделать вывод об улучшении результатов у группы, работавшей по технологии МВСТ.

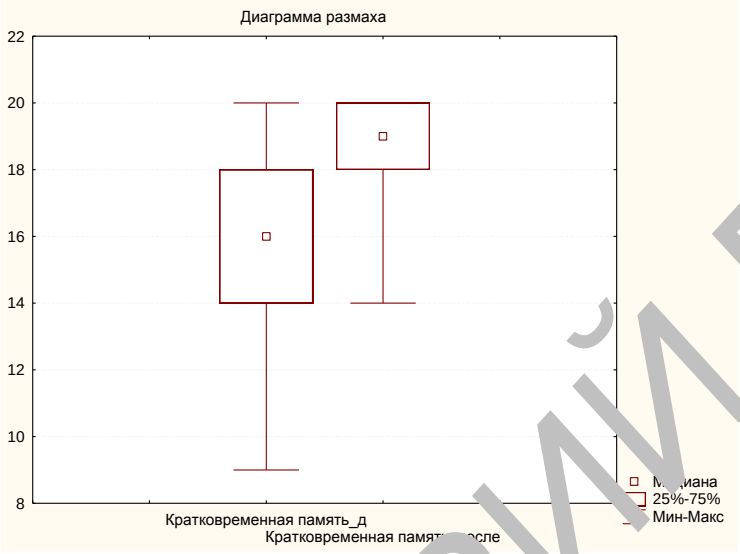


Р. 2. Различия по параметру «Эффективность внимания» до и после тренинга МВСТ

Также участники группы, практиковавшей Mindfulness, обнаружили статистически значимые различия по параметру «Кратковременная память»

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

(T=2,000000; p=0,001523). На диаграмме размаха (рис. 3) продемонстрирован положительный сдвиг: переменная после применения технологии имеет большее среднее, чем переменная до. В данном тестировании это интерпретируется как изменение в сторону улучшения после занятий по когнитивной терапии, базирующейся на осознанности.



Р. 3. Различия по параметру «Кратковременная память» до и после применения MBCT

Качественный анализ. Для качественной оценки динамики был применен нарративный (повествовательный) метод. Участникам группы после завершения занятий было предложено написать рефлексивное эссе о пройденном курсе. В ходе анализа текстов нами были выделены основные сферы, изменения в которых наиболее часто отмечали участники. В своих рефлексивных эссе участники, практиковавшие Mindfulness, в когнитивной сфере отмечали у себя улучшение внимания и мнемических функций (73,3% и 60%, соответственно). Также они описывали ощущение возросшей вовлеченности в решение различных задач, увеличение обдуманности и осмысленности ранее автоматических действий (80,7%), при этом иногда подчеркивали появление в связи с этим некоторой медлительности. Большинство участников группы наблюдали появление и усиление субъективного чувства благополучия (73,3%), повышение работоспособности (53,3%). Участники (60%) также рассказывали о своем опыте использований медитативных техник уже после завершения занятий и их положительных эффектах (расслабление, уменьшение болевых ощущений, бессонницы, тревожности).

Таким образом, в результате проведенного исследования выявлено, что Mindfulness-медитация может выступать эффективным средством в развитии когнитивных способностей. Технология Mindfulness и операционализирующая ее программа по когнитивной терапии, базирующейся на осознанности, как средство развития когнитивных процессов оказало положительное влияние на показатели точности и эффективности внимания, а также кратковременной

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

памяти. При повторном тестировании когнитивных способностей у участников эксперимента обнаружилось значительное улучшение данных параметров.

Литература:

1. Bishop, S.R. Mindfulness: A Proposed Operational Definition / S.R. Bishop, M. Lau , S. Shapiro, L. Carlson, N.D. Anderson, J. Carmody, Z.V. Segal, S. Abbey, M. Speca, D. Velting, G. Devins // Clinical Psychology: Science & Practice. – 2004 – Vol. 11 (3). – P. 230–241.

2. Brown, K.W. The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being / K.W. Brown, R.M. Ryan // Journal of Personality and Social Psychology. – 2003. – Vol. 84. No. 4. – P. 822–848.

3. Chiesa, A. Does mindfulness training improve cognitive abilities? A systematic review of neuropsychological findings / A. Chiesa, R. Calati, A. Serretti // Clin Psychol Rev. – 2011. – № 3. – P. 49-64.

4. Farb, N. Attending to the present: Mindfulness meditation reveals distinct neural modes of self-reference / N. Farb, Z.V. Segal, H. Mayberg at al // Social Cognitive and Affective Neuroscience. – 2007. – № 2. – p. 1–22.

5. Hölzel, B.K. How Does Mindfulness Meditation Work? Proposing Mechanisms of Action From a Conceptual and Neural Perspective / Britta K. Hölzel, Sara W. Lazar, Tim Gard, Zev Schuman-Olivier, David R. Vago and Ulrich Otto // Perspectives on Psychological Science. – 2011. – № 6. – P.537-559.

6. Hölzel, B.K. Mindfulness practice leads to increases in regional brain gray matter density / B.K. Hölzel, J. Carmody, M. Vangel, C. Congleton, S.M. Yerramsetti, T. Gard, S.W. Lazar // Psychiatry Research: Neuroimaging. – 2011. – № 1. – P. 36-43.

7. James, D. Acceptance and Mindfulness in Cognitive Behavior Therapy / James D. Herbert, Evan M. Forman // NeuroReport. – 2009. – № 17. – P. 23-37.

8. Kabat-Zinn, J. An Outpatient Program in Behavioral Medicine for Chronic Pain Patients Based on the Practice of Mindfulness Meditation: Theoretical Considerations and Preliminary Results / J. Kabat-Zinn // General Hospital Psychiatry. – 1982. – Vol. 4. – P. 33-47.

9. Lazar, S. Meditation experience is associated with increased cortical thickness / S. Lazar et al. // NeuroReport. – 2005. – №16 (17). – P.93-97.

10.Teasdale, J.D. How does cognitive therapy prevent depressive relapse and why should attentional control (mindfulness) training help? / J.D. Teasdale, Z. Segal & J.M.G. Williams // Behavior Research and Therapy. – 1995. – № 33. – P. 25–39.

11.Wilson, B. Increased False-Memory Susceptibility After Mindfulness Meditation / B. Wilson, L. Mickes, S. Stolarz-Fantino, M. Evrard & E. Fantino // Psychological Science. – 2015. – № 10. – P. 1567-1573.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

HOLY CROSS UNIVERSITY,
FACULTY OF LIBERAL ARTS AND EDUCATION

INTERNATIONAL SCIENTIFIC-PRACTICAL CONFERENCE

ACTUAL QUESTIONS AND PROBLEMS OF DEVELOPMENT OF SOCIAL SCIENCES

June 28-30 // 2016

Proceedings of the Conference

Published by Holy Cross University

Passed for printing 04.07.2016. Format 60x84/16.
Offset paper. Times New Roman Font. Digital printing.
Conventional printed sheets 11,63. Print run 100 copies.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ