

РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ
МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ АКМЕОЛОГИЧЕСКИХ НАУК



АКМЕОЛОГИЯ

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

2012, № 4 (44)

Издается с 2001 г.

Журнал входит в «Перечень ведущих рецензируемых журналов и изданий для опубликования основных научных результатов диссертаций»

Главный редактор – **ДЕРКАЧ Анатолий Алексеевич**

Заслуженный деятель науки РФ, академик Российской академии образования,
Президент Международной академии акмеологических наук,
доктор психологических наук, профессор

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

Бодалев Алексей Александрович – председатель,
Заслуженный деятель науки РФ, академик РАО,
доктор психологических наук, профессор
Сайко Эди Викторовна – заместитель председателя,
член-корр. РАО, доктор исторических наук, профессор

Члены редакционного совета

Абульханова Ксения Александровна – академик РАО,
доктор философских наук, профессор
Климов Евгений Александрович – академик РАО,
доктор психологических наук, профессор
Рубцов Виталий Владимирович – академик РАО,
доктор психологических наук, профессор
Фельдштейн Давид Иосифович – академик РАО,
доктор психологических наук, профессор
Зимняя Ирина Алексеевна – академик РАО,
доктор психологических наук, профессор
Купцов Владимир Иванович – академик РАО,
доктор философских наук, профессор
Кузьмина Нина Васильевна – член-корр. РАО,
доктор психологических наук, профессор
Михайлов Геннадий Степанович –
доктор психологических наук, профессор
Перелыгина Елена Борисовна –
доктор психологических наук, профессор

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Гагарин Александр Валерьевич – первый заместитель
главного редактора (шеф-редактор), академик МААН,
доктор педагогических наук, профессор
Раскова Людмила Федоровна – ответственный
секретарь, кандидат психологических наук

Члены редакционной коллегии

Асеев Владимир Георгиевич – академик МААН,
доктор психологических наук, профессор
Агапов Валерий Сергеевич – академик МААН,
доктор психологических наук, профессор
Москаленко Ольга Валентиновна – академик МААН,
доктор психологических наук, профессор
Соловьева Наталья Викторовна – академик МААН,
доктор педагогических наук, профессор
Галицкая Лидия Анатольевна –
кандидат философских наук, профессор

Журнал зарегистрирован в Министерстве печати и информации РФ
Регистрационный номер 012108

Адрес редакции: 119606, Москва, проспект Вернадского, 84

Телефоны: +7 (495) 436 95 31, +7 (495) 436 98 82

E-mail: akmeology@akmeology.ru *Сайт:* www.akmeology.ru

Редакционный совет, редколлегия и редакция не располагают возможностью вести частную переписку, рецензировать и возвращать не заказанные им материалы

Индекс журнала в каталоге подписных изданий
Агентства «Роспечать» – 42119

ISSN 2075-7577

© Международная академия акмеологических наук, 2012

ны эффекта для показателей экстраверсии и нейротизма говорят о том, что данные характеристики являются устойчивыми психофизиологическими показателями и мало поддаются психологической коррекции.

Сравнительный анализ результатов применения РДП для коррекции алекситимии дает возможность достаточно обоснованно предположить, что данный метод является эффективным для психологической коррекции не только собственно алекситимических черт личности, но ряда взаимосвязанных с ней индивидуальных характеристик (эмоциональной устойчивости, интернальности, удовлетворенности образом тела, ориентации во времени, автономности, сензитивности и спонтанности), определяющих меру продуктивности АК.

Полученные в настоящем исследовании результаты применения РДП для коррекции алекситимии подтвердили результаты, полученные нами ранее на меньших выборках другого профессионального состава испытуемых [4; 5].

Литература:

- [1]. Былкина Н.Д. Алекситимия (аналитический обзор зарубежных исследований) // Вестник Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. № 1. 1995. С. 43–53.
- [2]. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. – СПб.: Питер, 2005.
- [3]. Деркач А.А., Степанова Л.А. Развитие аутопсихологической компетентности государственных служащих. – М.: Изд-во РАГС, 2003.
- [4]. Малкина-Пых И.Г. Исследование эффективности ритмо-двигательной психокоррекции как методики снижения уровня профессионального выгорания // Акмеология. № 2. 2011. С. 67-70.
- [5]. Малкина-Пых И.Г. Об одном возможном методе психологической коррекции алекситимии // Сибирский медицинский журнал. № 3. 2009. С. 99–107.
- [6]. *Mattila A.K., Ahola K., Honkonen T. et al.* Alexithymia and occupational burnout are strongly associated in working population // *J. Psychosom. Res.* Vol.62(6). 2007. P. 657–665.
- [7]. *Parker J.D., Taylor G.J., Bagby R.M.* The relationship between emotional intelligence and alexithymia // *Pers. Individ. Differ.* Vol. 30. 2001. P. 107-115.
- [8]. *Salovey P., Mayer J.D.* Emotional intelligence // *Imagin. Cogn. Pers.* Vol.9. 1990. P.185-211.
- [9]. *Sifneos P.E.* The prevalence of alexithymic characteristics in psychosomatic patients // *Psychother. Psychosom.* Vol. 22. 1973. P. 255–262.

Назарова К.А., Чайнова Л.Д., Ковалев В.В

ВЛИЯНИЕ МУЗЫКАЛЬНЫХ СТИМУЛОВ НА РАБОТОСПОСОБНОСТЬ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА

Современный человек постоянно находится на грани стресса. Эта проблема затрагивает все социальные слои современного общества. Негативная экология, жёсткий ритм городской жизни, агрессивная социальная среда, политическая нестабильность, финансовые кризисы и т. д. – стрессогенные реалии нашей жизни. В результате страдает физическое, эстетическое и интеллектуальное развитие, появляется новая проблема дефицита живого общения и способности строить нормальные взаимоотношения с окружающими, что ухудшает прогнозы на развитие интеллектуально-развитого, социально-адаптированного общества. Таким образом, предрасположенность к стрессу – одна из основных проблем особенностей современного общества. Часто человек пытается найти суррогатные способы достижения функционального комфорта, который определяется как оптимальное состояние работающего человека [5]. Все вышеперечисленные факторы, которые не могут не сказаться на эмоциональном состоянии и работоспособности человека, оказывают негативное воздействие на производительность и качество труда, способствуют профессиональному выгоранию личности.

Согласно проведённому нами опросу, в котором приняло участие более 500 человек среди молодых людей в возрасте от 13 до 38 лет, 63% имеют повышенный уровень тревожности, 37% имеют аномальный уровень тревожности.

В связи с проблемами социальной и психологической нестабильности, а также влияния ряда негативных факторов, воздействующих на физиологическое и психическое здоровье человека, современному обществу необходимо найти средства, способствующие оптимизации его состояния. Благодаря развитию технических средств, музыка становится макси-

мально удобным средством для восстановления функционального состояния оптимального для поддержания нормальной работоспособности [3].

Влиянию музыки на психоэмоциональные состояния человека посвящено немало работ написанных специалистами разных направлений деятельности.[1,2] Однако работы по комплексному исследованию с использованием инструментальных психофизиологических методов единичны и несистемны. Даная проблема практически не рассматривается в контексте исследования музыки как эргономического фактора среды, а также применительно к оптимизации различных видов деятельности человека. В связи с этим предлагаемая нами работа имеет научную новизну, теоретическое и практическое значение.

Данное исследование поможет правильно выбирать из неограниченного множества музыкальных произведений музыку, способствующую оптимизации функционального состояния человека, исходя из его индивидуально-типологических, психологических, физиологических и культурно-мировоззренческих особенностей. Образовательная часть исследования позволит установить и оценить влияние и важность эстетически-нравственного музыкального воспитания [4] на общее и функциональное состояние человека.

Одним из основных критериев полноты восприятия музыки человеком является уровень эмоций, вызываемых содержанием музыкального произведения. Данный критерий позволяет выявить субъективные предпочтения слушателя. Важна также и эстетическая оценка произведения, контекст которого бессознательно влияет на предпочтение субъекта. Проведенные нами социально-психологические эксперименты по выявлению музыкальных предпочтений в современном обществе показали низкий уровень музыкально-эстетического развития населения России. А как известно, музыка развивает эстетические и нравственные стороны личности с раннего детства. «Мы – то, что мы слушаем».

Целью нашей работы является установление связей между функциональным состоянием человека, в частности, в процессе трудовой деятельности, и тех внешних стимулов (на примере музыкального воздействия), которым подвергается человек, как во время трудового процесса, так и в целом в своей жизнедеятельности.

Исследование проводилось в два этапа. На первом этапе оценивались музыкальные предпочтения испытуемых с применением субъективных психологических методик, по заранее разработанному опроснику. В опросе приняло участие 2300 человек, среди которых 1371 человек являлись пассивными слушателями, 621 человек — музыканты-любители, 236 человек — люди, получившие музыкальное образование на уровне музыкальной школы и 72 человека, имеющее высшее музыкальное образование. Даже из случайной статистики мы видим, что процент, имеющих музыкальное воспитание, не велик.

По результатам проведённого нами опроса по специально разработанному опросному листу, в группе людей, имеющих высшее музыкальное образование, нет безразличного отношения к какому-либо музыкальному жанру или направлению, каждый жанр оценён положительно или отрицательно. В отличие от группы людей с музыкальным образованием на уровне музыкальной школы, люди из этой группы уважительно относятся к Народной и Классической музыке (100%), негативно относятся к большинству «не эстетических» жанров.

Более того, мы убедились, что классическая, синкретическая и народная музыка практически игнорируется современной молодёжью, воспринимается с критикой и насмешками. В предпочтении находятся современные актуальные музыкальные направления. Ритм, который принимает сейчас самые необычные формы и размеры, влияет на функции двигательных центров мозга, стимулирует определённые функции эндокринной системы, а также структуры головного мозга, регулирующие половое поведение человека. В конце первого этапа испытуемым предлагалось построить ряд из музыкальных фрагментов начиная с наименее и заканчивая наиболее предпочитаемыми.

На втором этапе проводилось комплексное психофизиологическое исследование с испытуемыми обоих полов в возрасте 20-25 лет, как имеющих профессиональное музыкальное образование, так и не имеющих его. В экспериментах использовался полинейрограф «энцефалан» (рис.1). Применялся полиэффторный метод одновременной регистрации электроэнцефалограммы (по отведениям Cz-A2, Oz-A2, A1-A2, A1-N), окулограммы, пневмограммы, кожно-гальванической реакции, электро-кардиограммы. Испытуемым предлагалось прослушать музыкальный фрагмент, включающий в себя разные музыкальные жанры. До- и после предъявления звукового стимула производилась фоновая запись вышеназванных вегетативных показателей и ЭЭГ. Работа проводилась в свето-звуко-изолированной камере с участием испытуемых обеих полов в возрасте 19-23 лет.

При прослушивании субъективно неприятной музыки профессиональными музыкантами (Рис.3), реакция на раздражитель была несколько спокойнее. Показания ЭОГ в большинстве случаев говорят нам о том, что испытуемые слушали музыку с закрытыми глазами. Однако результаты ЭКГ, КГР и РД свидетельствуют также о функциональном дискомфорте

испытуемого: частота сердечных сокращений могла повышаться на 37 ударов в минуту; кожно-гальваническая реакция также показывала сильное возбуждение, и, проявлялась чаще, чем у пассивных слушателей музыки.



Рис. 1. Общий вид установки (а), методика наложения электродов для ЭЭГ, ЭОГ (б), ЭКГ и КГР (в).

Результаты данного исследования показали, что при прослушивании знакомых приятных композиций, не взирая на их жанр, испытуемые находятся в определённом эмоциональном состоянии (по показаниям КГР). При этом человек находился в покое, не испытывая напряжения и возбуждения. Показания ЭОГ говорят о том, что большинство испытуемых слушают приятную музыку с закрытыми глазами, «погружаются» в себя, дыхание испытуемых практически во всех случаях находилось в норме - как у людей, являющихся пассивными слушателями, так и у людей, имеющих специальное музыкальное образование.

При прослушивании музыки, субъективно обладающей недостаточным гедоническим эффектом, пассивный слушатель испытывал сильный дискомфорт, показания ЭКГ свидетельствовали об увеличении ЧСС, показания КГР периодически отражали сильное возбуждение. У большинства испытуемых по результатам ЭОГ установлены частое движение глаз, наличие больших саккад и частых морганий, что свидетельствует о большом напряжении во время прослушивания музыки, а также выраженность бета-активности при музыкальном воздействии. Как показали данные психофизиологических параметров прослушивание субъективно неприятных паттернов музыки может вызвать сильный стресс. Дыхание испытуемых было не уравновешенно, вздохи были более глубокими, чем в спокойном состоянии, - это свидетельствует в данном случае о сбивчивом дыхании.

Всё это свидетельствует о высокоэмоциональном воздействии неприятной музыки на профессиональных музыкантов во время прослушивания. Также, при прослушивании музыки профессиональными музыкантами статистически достоверным стал тот факт, что показания РД во многом сочетается с «дыханием» музыки, повторяет музыкальные акценты, что говорит о более сильном эмоциональном переживании при прослушивании музыки, чем в группе обычных слушателей. Таким образом, мы можем предположить, что субъективные музыкальные предпочтения, а также уровень музыкального образования влияют не только на психическое, но и на физиологическое здоровье человека.

Результаты кардиоинтервалографии (ЭКГ) показали, что у большинства испытуемых наиболее предпочитаемые музыкальные фрагменты вызвали уменьшение ЧСС, наименее предпочитаемые - увеличение данного показателя. Однако положительные корреляции между субъективными психологическими тестами и показателями ЧСС отмечены только у отдельных испытуемых. Большая часть испытуемых имеют отрицательный коэффициент корреляции ($r = \text{от } -0,2 \text{ до } -0,6$). Наиболее коррелируют с результатами субъективной оценки испытуемых показатели ЭЭГ (альфа и бета индексы), при коэффициенте корреляции $r = 0,5$ в среднем. Следует заметить, что у некоторых испытуемых отмечается отрицательная корреляция ($r = -0,3$). Результаты анализа КГР показывают увеличение частоты спонтанных реакций на предъявление различных по жанру музыкальных фрагментов, что может свидетельствовать об эмоциональной активации. Отмечено также увеличение РД в ответ на предъявление наименее предпочитаемых стимулов. Данные субъективных оценок музыки испытуемыми не во всех случаях совпадают с регистрируемыми психофизиологическими показателями, записываемыми в ходе эксперимента, что может быть обусловлено индивидуально-типологическими различиями испытуемых.

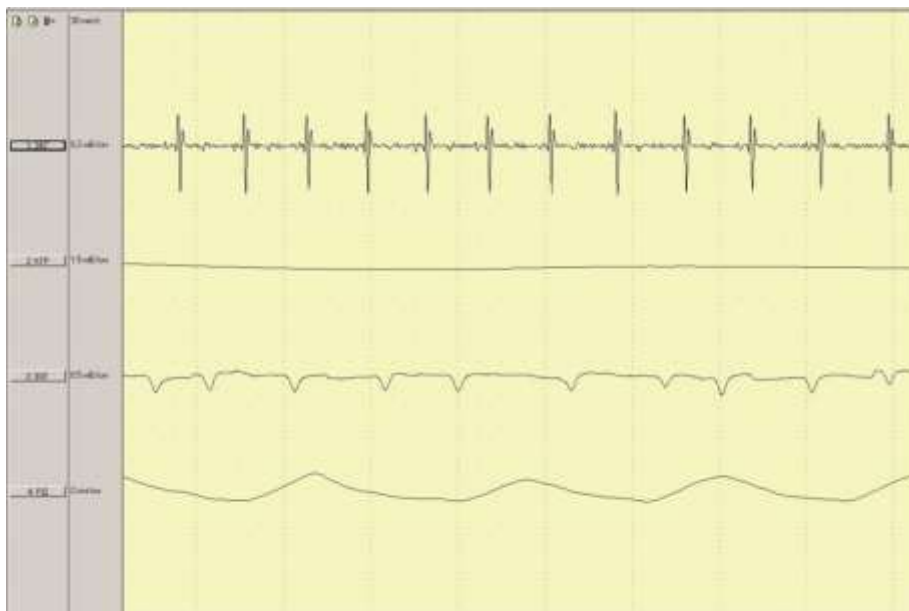


Рис. 2. Фрагмент записи психофизиологических показателей (полиэффекторный метод: ЭКГ, КГР, ЭОГ, РД(регистрация дыхания)) во время прослушивания профессиональным музыкантом субъективно приятной музыки

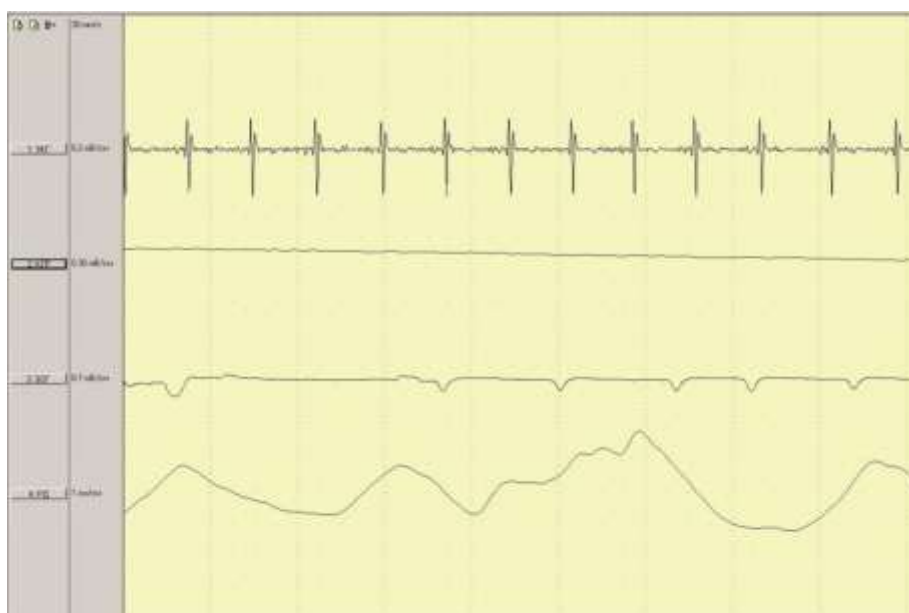


Рис. 3. Фрагмент записи психофизиологических показателей (полиэффекторный метод: ЭКГ, КГР, ЭОГ, РД) во время прослушивания профессиональным музыкантом субъективно неприятной музыки

Таким образом, применение методов комплексной психофизиологической диагностики функциональных состояний с использованием полиэффекторного метода регистрации психофизиологических параметров позволяет дать объективную оценку влияния музыки как фактора внешней стимуляции на функциональные состояния и деятельность человека. Данная проблема рассматривалась нами как с позиций общенаучных, так и в дифференциально-психологическом аспекте.

Литература:

- [1]. Овчинникова Т.А. Музыка для здоровья. СПб.: Союз художников, 2004.
- [2]. Анохин П.К. Эмоции // Психология эмоций: Тексты. — М., 1984. — С. 173
- [3]. Дворецкий Л.И. Музыка и медицина: Размышление врача о музыке и музыкантах – М., 2002.
- [4]. Шестаков В.П. От этоса к аффекту. История музыкальной эстетики от античности до XVIII века – М., 1975.
- [5]. Чайнова Л.Д. Функциональный комфорт как обобщенный критерий оптимизации трудовой деятельности/ Техническая эстетика, 1985, №2.

Касаткина Д.А.

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ И НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ

В современном мире вопросы саморегуляции личности и волевых качеств часто возникают вместе с проблемами эффективности и успешности личности. Каждый индивид интуитивно избирает свою волевою стратегию для достижения цели. Но во многих сферах эти индивидуальные особенности не учитываются, что затрудняет достижение успеха в деятельности.

В отечественных и зарубежных исследованиях, посвященных волевым стратегиям, рассматриваются модели волевых качеств. Но часто данные исследований разрозненны, противоречивы и не рассматривают волевые качества как систему. Кроме того не было обнаружено исследований, связывающих эту систему с профессиональной деятельностью и направленностью личности.

Гипотеза данного исследования состоит в том, что существует структура волевых качеств личности, связанная с направленностью и деятельностью личности. В этой структуре некоторые наиболее ярко выраженные волевые качества группируют вокруг себя сходные по функциям черты. Также в этой структуре имеются некоторые универсальные качества, присутствующие у всех людей, влияющие на поведение и не группирующие вокруг себя дополнительных черт.

В исследовании приняло участие 85 респондентов, 49 девушек и 36 юношей. Все участники – студенты 4 курсов факультетов: психологии (22), экономики (32), народно-художественного творчества и дизайна (11), проектирования радиоэлектронных средств (20).

Были использованы методики:

опросник М.В. Чумакова волевых качеств личности [2]: ответственности, инициативности, решительности, самостоятельности, выдержки, настойчивости, энергичности, внимательности и целеустремленности;

методика Б. Баса определения направленности личности на себя, дело, общение [1, с. 563].

Данные опроса по группам студентов обрабатывались методом факторного анализа. Также проводился корреляционный анализ переменных с использованием коэффициента Пирсона. Согласно значению критерия КМО (0,3), данные учащихся факультета декоративно-прикладного искусства было невозможно обработать с помощью факторного анализа. Для общей выборки и выборки учащихся разных факультетов были построены матрицы факторных нагрузок с вращением Варимакс (табл. 1).