

### **Библиографические ссылки**

1. Шамионов Р. М. Субъективное благополучие личности: изменчивость и детерминация // Ярославская психологическая школа: история, современность, перспективы : материалы Всерос. науч. конф. / отв. ред. А. В. Карпов. 8–10 октября 2020 г., Ярославль. Ярославль : ЯрГУ : Филигрань, 2020. С. 579–583.

2. Довжик Л. М., Бочавер К. А. Психология спортивной травмы : монография. М. : Спорт, 2020. 264 с.

**О. М. Фархитдинова**

*Уральский федеральный университет,*

*Екатеринбург*

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ ТРАВМЫ**

*Аннотация.* Рассматривается переживание травмы в контексте профессиональных и этнокультурных особенностей (на примере профессионального спорта). Подчеркивается необходимость оказания психологической помощи с учетом комплекса факторов, влияющих на процесс переживания травмы, и социокультурных кодов, присущих различным этносам.

*Ключевые слова:* травма, мобилизация чувств, психологическая помощь

*Введение.* Конец XX столетия стал периодом расширения спектра проблем, связанных с травматизмом и переживанием травмирующего события, требующих изучения. Есть виды деятельности (например, профессиональный спорт), предполагающие принятие риска травмы. Но в настоящее время список профессий и видов деятельности, где происходит увеличение случаев травматизма, жизненных обстоятельств, связанных с травмой различной этиологии и сопровождающихся переживанием травмирующего события, растет. Ныне в список таких профессий попали не только те, которые

в реальности связаны с риском для жизни, но и такие, в которых вероятность риска в процессе профессиональной деятельности прежде не исключалась (например, врач, строитель, педагог), а в последнее время у их представителей фиксируются участвовавшие случаи травмирования на рабочих местах. Производственный травматизм остается серьезной проблемой как для работодателей, так и для персонала организаций. По данным Росстата, по критерию производственного травматизма ситуация в России за период с 2000 по 2021 г. ухудшилась: доля травм с летальным исходом серьезно выросла за 20 лет. Так, если в 2000 г. таких травм было 2,9 %, то в 2021 — 5,6 %, в 2022 г. прирост таких случаев увеличился еще на 1,2 %. По данным Росстата, количество летальных исходов за период с 2000 до 2022 г. выросло в два раза. В случае со спортивным травматизмом сложился традиционный контекст рассмотрения вопроса. В спортивной травме основное внимание уделяется эмоциональной стороне события, исследования сосредоточены на присущей спорту «культуре риска» и «спортивной этике» [1]. Идея «уступки» травме и боли рассматривается как приемлемое поведение, трансляция моделей которого не учитывает индивидуального спектра переживаний, локальных случаев системы координат человека, его жизненных ориентиров и ценностей. Спорт отражает определенную культуру, которая характерна для этноса и страны в преодолении и переживании опасности. Для этого существуют как исторически закреплённые модели поведения, так и случаи, демонстрирующие уникальные способы выхода из сложных обстоятельств жизни.

*Результаты.* Причины травм имеют комплексную природу, к этому спектру относятся физическая, анатомическая, психологическая и средовая составляющие, поэтому необходимо внесение дополнений в сложную аналитическую работу по организации помощи человеку [2]. Мобилизация и модификация чувств представляют ключевые этапы в психотерапии, анализ эмоций и чувств основывается на понимании их производности от социальных и природных феноменов.

*Заключение.* Детальная проработка потенциала чувств и эмоций, связанных с переживанием травмы (их извлечение, культивирование уважительного отношения и внимания к ним), — работа, спо-

собствующая конструктивному пониманию чувств, их принятию и мобилизации.

### **Библиографические ссылки**

1. Довжик Л. М., Бочавер К. А. Психология спортивной травмы : монография. М. : Спорт, 2020. 264 с.
2. Китаев-Смык Л. А. Организм и стресс: стресс жизни и стресс смерти. М. : Смысл, 2012. 464 с.

**М. В. Чумаков**

*Уральский федеральный университет,  
Екатеринбург*

**Д. М. Чумакова**

*Курганский государственный университет,  
Курган*

## **РЕЛИГИОЗНОСТЬ ЛИЧНОСТИ КАК РЕСУРС СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В СЛОЖНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ**

*Аннотация.* Анализируется структура религиозности личности с учетом включенности в нее фактора субъективного благополучия в религиозной сфере. Раскрываются взаимосвязи между структурными компонентами религиозности. Показано положение экзистенциального субъективного благополучия и религиозного субъективного благополучия в системе этих взаимосвязей. Религиозность личности рассмотрена с позиций ресурса, повышающего уровень субъективного благополучия личности.

*Ключевые слова:* субъективное благополучие, религиозность, личность, взаимосвязь

*Введение.* Субъективное благополучие личности активно исследуется в последние годы в связи с возрастающими стрессовыми нагрузками, вызванными пандемией и другими факторами [1; 2].