

Среди различных форм синестезии музыкальная синестезия – особенно цветовые эффекты, испытываемые при прослушивании или размышлении о музыке – одна из самых распространенных. Не известно, встречается ли она чаще у музыкантов или у людей, просто склонных к музыке, но бесспорно то, что музыканты осведомлены о ней больше всех, и большинство людей, которые рассказывали о своей музыкальной синестезии, были именно музыкантами.

Таким образом, синестезия – удивительное явление и необычный психический синдром, который, несмотря на всю свою «ненормальность», не является психическим расстройством. В наши дни все больше людей обнаруживают у себя синдром синестезии, поэтому она стала пониматься как особый взгляд на мир, как новый, расширенный, способ восприятия реальности. Использование эффекта синестезии в творческом процессе приводит к открытию резервного источника новых идей, новых образов, расширению творческого поля.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Бойцова, Ю. Синестезия как возможная основа творчества / Ю. Бойцова // Наука и инновации. – 2014. – № 12. – С. 20–23.

УДК 1 : 326

ПРОБЛЕМА КИБЕРБУЛЛИНГА В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Рудко Е.А., доц., Балащенко А.Л., студ.

*Витебский государственный технологический университет,
г. Витебск, Республика Беларусь*

Одной из характерных черт современного мира является быстрое развитие ИТ-сферы. В связи с данным фактом для человечества открылись не только новые возможности, но и возник ряд проблем, одной из которых и является кибербуллинг.

Под понятием «кибербуллинг» подразумеваются преднамеренные, систематические агрессивные действия со стороны группы или одного человека против жертвы, с целью нанесения психологического вреда, и осуществляются они через электронную почту, серверы мгновенных сообщений, в чатах, социальных сетях, на web-сайтах, а также посредством мобильной связи. В современном виртуальном пространстве существуют различные типы и формы онлайн-агрессии. Наиболее распространенными являются следующие типы: троллинг (агрессоры публикуют негативную информацию на веб-сайтах, страницах социальных сетей, даже на мемориальных страницах, посвященных умершим людям), хейтинг (негативные комментарии и критика без обоснования), флейминг (публичный эмоциональный обмен оскорбительными репликами, который часто разгорается в чатах и комментариях в социальных сетях), киберсталкинг (повторяющиеся угрозы с целью напугать жертву). Достаточно распространенными являются такие формы как грифинг (процесс, в котором одни игроки целенаправленно преследуют других в многопользовательских онлайн-играх с целью лишить их удовольствия от игры) и секстинг (рассылка или публикация фото- и видеоматериалов с обнаженными и полубогаженными людьми).

В отличие от травли в реальной жизни, интернет-травля имеет ряд отличий: анонимность преследователя, возможность круглосуточного вмешательства в личную жизнь, неограниченность аудитории и быстрота распространения информации. Отсутствие необходимости присутствовать лично при акте нападения – основная особенность данного явления. И одновременно – причина того, что буллинг в интернете набирает обороты с огромной скоростью. Также важная особенность травли в интернете – сложности в ее прекращении. При нападениях в реальной жизни можно покинуть место происходящего. Когда произошел кибербуллинг, жертва поддается влиянию в любое время суток. Даже если она откажется от выхода в интернет, будет ощущать на себе давление из-за возможного обсуждения происходящего другими людьми.

Сами «буллы», как правило, люди, имеющие психологические проблемы (стремление к превосходству, комплекс неполноценности, личностный кризис, мстительность, извращенное понимание юмора, страх самому стать жертвой и т. д.), которые они пытаются решить через унижение других людей. Игнорирование собственных проблем агрессором и подпитка во время совершения негативных поступков приводят к их усугублению. Ложное ощущение собственной власти и значимости неизбежно приводит к серьезным проблемам в построении здоровых отношений с окружающими. Сам процесс травли имеет серьезные последствия для всех его участников. Даже те люди, которые только наблюдают за буллингом, также получают психологическую травму. Наиболее сильно страдает жертва. Научные исследования в данной области указывают на то, что в подобных ситуациях люди могут «замыкаться» в себе, впадать в апатичные и депрессивные состояния, испытывать головные боли и другие психосоматические проблемы, а длительный стресс порождает чувство безнадежности и безысходности.

Противостоять оскорблениям в сети сложно, но предупредить нападки возможно, выполнив следующие действия: не реагировать на оскорбления, дозировать личную информацию в социальных сетях, дополнительно защитить свой аккаунт, заблокировать обидчиков и настроить режим приватности или полностью закрыть свой аккаунт.

УДК 159.91

ПЕРФЕКЦИОНИЗМ И ДЕПРЕССИЯ

Рудко Е.А., доц., Белова М.В., студ.

*Витебский государственный технологический университет,
г. Витебск, Республика Беларусь*

Понятие «перфекционизм» (от лат. *perfectio* – совершенство) впервые стало употребляться в протестантской среде XIX века. В философии И. Канта и Г. Лейбница понятие «перфекционизм» подразумевало, прежде всего, духовно-нравственное совершенствование личности. Философию «сверхчеловека» Ф. Ницше также можно считать разновидностью перфекционизма. И только с конца XX столетия данный феномен стал предметом исследований клинической психологии. В настоящее время многие ученые считают, что компульсивное (навязчивое) стремление человека к совершенству связано с высоким риском психических расстройств и значительно снижает продуктивность его деятельности.