



# ВЕСТНИК НАУКИ

Сборник научных статей по материалам  
Международной научно-практической конференции

## АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ И ПРИКЛАДНЫХ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ



Издательство «НИЦ Вестник науки»

К-378-2



# АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ И ПРИКЛАДНЫХ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Сборник научных статей по материалам  
II Международной научно-практической конференции

**Часть 2**

19 мая 2023 г.

Уфа 2023

**УДК 001**  
**ББК 72**  
**А43**

**А43      Актуальные вопросы фундаментальных и прикладных научных исследований / Сборник научных статей по материалам II Международной научно-практической конференции (19 мая 2023 г., г. Уфа). / В 2 ч. Ч.2 – Уфа: Изд. НИЦ Вестник науки, 2023. – 279 с.**

В сборнике представлены материалы II Международной научно-практической конференции «Актуальные вопросы фундаментальных и прикладных научных исследований», где нашли свое отражение доклады студентов, магистрантов, аспирантов, преподавателей и научных сотрудников ВУЗов по химическим, техническим, экономическим, филологическим, медицинским и другим наукам. Материалы сборника актуальны для всех интересующихся перспективными и инновационными направлениям развития науки и техники и могут быть применены при выполнении научно-исследовательских работ, а также в преподавании соответствующих дисциплин.

Авторы опубликованных материалов несут ответственность за интерпретацию и изложение результатов научно-исследовательских работ, подбор и точность приведенных статистических данных, фактов, цитат, подлежащих открытой публикации.

Материалы размещены в сборнике в авторской правке.

При перепечатке материалов издания ссылка на сборник статей обязательна.

**УДК 001**  
**ББК 72**

© Корректурa и верстка ООО «НИЦ Вестник науки», 2023  
© Коллектив авторов, 2023

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>СЕКЦИЯ 6. ЮРИДИЧЕСКИЕ НАУКИ</b> .....	<b>8</b>
КВАЛИФИКАЦИЯ ЮРИДИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ КОЛЛИЗИОННОЙ НОРМЫ <i>В.Г. Лобынцева, И.В. Дементьева</i> .....	8
ПРАВОВОЙ СТАТУС НОТАРИУСА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ <i>И.И. Мишалув</i> .....	12
КОНТРОЛЬ ЗА ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ НОТАРИУСА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ И ЗАРУБЕЖНЫХ СТРАНАХ: СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ <i>И.И. Мишалув</i> .....	17
О НЕОБХОДИМОСТИ ВВЕДЕНИЯ ИНСТИТУТА ОМБУДСМЕНА (УПОЛНОМОЧЕННОГО) ПО ЗАЩИТЕ ПРАВ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ <i>О.А. Олехнович, Д.В. Будник</i> .....	23
ЛИШЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНОГО ПРАВА КАК ВИД АДМИНИСТРАТИВНОГО НАКАЗАНИЯ <i>Е.А. Бугров</i> .....	27
СТРАТЕГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ БРЕНДА ПРЕДПРИЯТИЯ ПРИ ВЫХОДЕ НА ВНЕШНИЙ РЫНОК <i>К.Ю. Никитина</i> .....	33
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПОНИМАНИЮ КОМПЛАЕНСА И ЕГО ВИДЫ <i>А.А. Новикова, А.В. Федукевич, А.Ю. Ломако</i> .....	39
ОСОБЕННОСТИ СУДЕБНО-ПСИХИАТРИЧЕСКОГО ОСВИДЕТЕЛЬСТВОВАНИЯ ОСУЖДЕННЫХ <i>Д.С. Хайрусов, А.И. Равдоник, В.С. Пыхтеева</i> .....	45
КОНСТИТУЦИОННОЕ ПРАВО НА ДОСТОИНСТВО ЛИЧНОСТИ <i>А.И. Папин</i> .....	53
ИНФОРМАТИЗАЦИЯ И ЕЕ ВЛИЯНИЕ НА УГОЛОВНОЕ ПРАВО <i>И.В. Труфанов, А.В. Семенов</i> .....	60
<b>СЕКЦИЯ 7. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ</b> .....	<b>63</b>
ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ И ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ СОЗДАНИЯ КЛАССИФИКАЦИИ ОТКЛОНЕНИЙ В РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ <i>И.А. Юрловская, Э.В. Акоева, М.И. Багдаева</i> .....	63
ОСОБЕННОСТИ КОМПЛЕКСНО – КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ С ДОШКОЛЬНИКАМИ, СТРАДАЮЩИМИ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВЫМИ РАССТРОЙСТВАМИ <i>К.Д. Бабаева, А.А. Толпарова, И.А. Юрловская</i> .....	68
РАННЯЯ ПРОФОРИЕНТАЦИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ <i>К.В. Авраменко</i> .....	75

ФОРМИРОВАНИЕ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ <i>Н.В. Греценкова</i> .....	82
ОЦЕНКА СФОРМИРОВАННОСТИ ГРАЖДАНСКОЙ ПОЗИЦИИ У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА <i>П.А. Сакевич</i> .....	85
ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ГРАЖДАНСКОЙ ПОЗИЦИИ СТУДЕНТОВ <i>П.А. Сакевич</i> .....	93
<b>СЕКЦИЯ 8. МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ</b> .....	<b>103</b>
ИММУННЫЙ СТАТУС У ЛИЦ С БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМОЙ, ПРОЖИВАЮЩИХ В ПРОМЫШЛЕННОМ ГОРОДЕ <i>М.В. Ульянова, А.В. Мейер</i> .....	103
<b>СЕКЦИЯ 9. ИСКУССТВОВЕДЕНИЕ</b> .....	<b>110</b>
АКТУАЛЬНЫЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ В ПРЕПОДАВАНИИ ТЕОРИИ МУЗЫКИ ИНОСТРАННЫМ ОБУЧАЮЩИМСЯ <i>Д.Е. Локотьянова</i> .....	110
ДЕКОРАТИВИЗМ В ТВОРЧЕСТВЕ КОНСТАНТИНА БОГАЕВСКОГО <i>О.Н. Филиппова</i> .....	118
ИДЕЯ КОМПОЗИЦИИ С ЛУЧЕЗАРНЫМИ СОЛНЕЧНЫМИ ЛУЧАМИ В ТВОРЧЕСТВЕ КОНСТАНТИНА БОГАЕВСКОГО <i>О.Н. Филиппова</i> .....	123
<b>СЕКЦИЯ 10. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ</b> .....	<b>128</b>
ОСОЗНАННОЕ ДЕЙСТВИЕ, КАК СПОСОБ СОПРОТИВЛЕНИЯ ИНФОРМАЦИОННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АГРЕССИИ <i>А.А. Афонин, Е.И. Афонова</i> .....	128
ИССЛЕДОВАНИЕ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ И ДЕПРЕССИИ У ПАЦИЕНТОВ С ОНКОЛОГИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ <i>Е.А. Возовикова, Н.Н. Вишнякова</i> .....	134
ВИДЕОМАТЕРИАЛЫ В ОРГАНИЗАЦИИ КЛУБА ДЕБАТОВ НА АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ <i>К.А. Никитина</i> .....	142
К ВОПРОСУ ИЗУЧЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ПОДРОСТКОВ <i>Н.Г. Попрядухина</i> .....	147

**СЕКЦИЯ 11. ПОЛИТОЛОГИЯ ..... 151**

ИНСТИТУТ ОБРАЩЕНИЙ ГРАЖДАН КАК ФАКТОР ВЛИЯНИЯ ГРАЖДАНСКОГО ОБЩЕСТВА НА ПУБЛИЧНУЮ ВЛАСТЬ	
<i>В.Д. Решетняк</i> .....	151
ПОЛИТИКА РОССИИ В АФРИКЕ	
<i>Ж.В. Окана-гакоссо</i> .....	156

**СЕКЦИЯ 12. КУЛЬТУРОЛОГИЯ ..... 161**

ОБРАЗ «НОВОГО» ГОРОДА В ПРЕДСТАВЛЕНИИ СОВЕТСКИХ ЛЮДЕЙ (НА ПРИМЕРЕ Г. КОМСОМОЛЬСКА-НА-АМУРЕ 30 – 50 – Х ГГ. XX В.)	
<i>В.Н. Савенкова</i> .....	161
ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ МАСТЕР-КЛАССА ПО ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНОМУ ИСКУССТВУ ДЛЯ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ ДОВУЗОВСКОГО ЭТАПА ПОДГОТОВКИ	
<i>А.А. Феоктисова</i> .....	174
СОЦИАЛНАЯ И КУЛЬТУРНАЯ АДАПТАЦИЯ КИТАЙСКИХ СТУДЕНТОВ В ВЛГУ	
<i>А.А. Феоктисова</i> .....	178

**СЕКЦИЯ 13. АРХИТЕКТУРА. СТРОИТЕЛЬСТВО ..... 182**

РЕМОНТ ЖИЛЫХ ЗДАНИЙ НА ОСНОВЕ ИХ СТРУКТУРНОГО АНАЛИЗА	
<i>М.Ю. Ахмед</i> .....	182
СФЕРИЧЕСКИЕ (КУПОЛЬНЫЕ) ДОМА: КОНСТРУКЦИИ, ОСОБЕННОСТИ	
<i>О.С. Алексеева</i> .....	188
ГРАДОСТРОИТЕЛЬНАЯ ЭВОЛЮЦИЯ АКАДЕМГОРОДКОВ В СССР И ПРЕДПОСЫЛКИ ИХ ПРЕОБРАЗОВАНИЯ В НАСТОЯЩИЙ ПЕРИОД	
<i>В.А. Гаранина</i> .....	192
ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЕ НАБЕРЕЖНОЙ ГОРОДА ДЖАБЛЕ В СИРИИ	
<i>Х. Дахиль, Ю.С. Янковская</i> .....	196
ОЗЕЛЕНЕНИЕ И БЛАГОУСТРОЙСТВО ГОРОДСКОЙ СРЕДЫ	
<i>Р.И. Мухаметханов</i> .....	204
ФОРМИРОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИОННО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ ВОЗВЕДЕНИЯ МОНОЛИТНЫХ КАРКАСНЫХ ЗДАНИЙ ПРИ ОТРИЦАТЕЛЬНЫХ ТЕМПЕРАТУРАХ	
<i>А.А. Тимофеев</i> .....	212

**СЕКЦИЯ 14. ИНФОРМАТИКА И РОБОТОТЕХНИКА..... 223**

ВЫБОР ПЛАТФОРМЫ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ МОБИЛЬНЫХ ПРИЛОЖЕНИЙ	
<i>В.С. Богданова</i> .....	223

ОСОБЕННОСТИ ДИДЖИТАЛ-ПРОДВИЖЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ <i>О.Н. Коваль</i> .....	227
ЧЕЛОВЕЧЕСТВО И ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ <i>Д.М. Старцев</i> .....	231
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАШИННОГО ПЕРЕВОДА YANDEX ДЛЯ ПЕРЕВОДА ТЕКСТОВ ЧЕРЕЗ ЧАТ-БОТА ВО ВКОНТАКТЕ <i>Н.О. Сергеева</i> .....	235
ТРАНСФЕРНОЕ ОБУЧЕНИЕ В МАШИННОМ ОБУЧЕНИИ <i>Д.Д. Кошелева, И.И. Давыдов</i> .....	239
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ КЛАСТЕРИЗАЦИИ ДАННЫХ <i>К.Х. Каримов, Е.А. Василий</i> .....	242
СЕРВИСЫ VPN. ЦЕЛЬ СУЩЕСТВОВАНИЯ, ЧТО ТАКОЕ, НЕОБХОДИМОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ И АЛЬТЕРНАТИВЫ <i>А.А. Курников</i> .....	248
ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ СОСТАВЛЕНИЯ УЧЕБНОГО РАСПИСАНИЯ <i>Ю.А. Сапрыкина, М.Е. Маньшин</i> .....	254
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛАХ И ВУЗАХ <i>Э.М. Сакса, И.Ю. Стригельская</i> .....	263
КАРДИО-ТРЕНИРОВКИ И РАЗВИТИЕ КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ <i>А.Л. Секлетов</i> .....	267
ВОЗМОЖНОСТИ ФИТНЕСА ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА <i>Я.О. Стародубцева</i> .....	273

**СЕКЦИЯ 10. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ****УДК 159.99****ОСОЗНАННОЕ ДЕЙСТВИЕ, КАК СПОСОБ СОПРОТИВЛЕНИЯ  
ИНФОРМАЦИОННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АГРЕССИИ****А.А. Афонин, Е.И. Афонина,  
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»,  
г. Луганск**

**Аннотация:** В статье показан метод осознанного действия, как психотерапевтическая техника для самостоятельного использования в экстремальных условиях жизнедеятельности. Источником метода осознанного действия являются положения дзен-буддизма, впоследствии переработанные и адаптированные современной психологической наукой. В статье приведены некоторые теоретические основания рассмотрения понятия осознанности и её характеристик. Указаны некоторые психологические направления, использующие осознанность в психотерапевтических практиках. Изложены преимущества метода осознанного действия для саморегуляции и самопомощи личности.

**Ключевые слова:** осознанность, осознанное действие, когнитивно-поведенческая психотерапия, когнитивная терапия на основе осознанности

Социально-политические катастрофы, вооруженные конфликты, боевые действия оказывают колоссальное воздействие на человека. Помимо непосредственной угрозы жизни, обозначенные события сопровождаются информационно-психологической агрессией, несущей угрозы психоэмоциональному здоровью людей. Население конфликтующих территорий оказывается включено в информационно-психологическую борьбу, поддерживаемую СМИ посредством сообщений, а так же поддерживаемую самим населением посредством передачи слухов, сплетен, пересказа новостей и собственных умозаключений.



Основная цель информационно-психологического воздействия – это эмоциональная сфера индивида, как наименее контролируемая и наиболее уязвимая часть психики, зачастую воспринимающая информацию без участия критического мышления. Неблагоприятные последствия информационно-психологической агрессии имеют множество вариантов, среди которых – тревожные, астенические и депрессивные состояния, аффекты и аффективные действия, принятие эмоциональных решений, смена ценностей и убеждений [1].

Информационно-психологическая борьба существует столько же, сколько существуют сами боевые действия. Во многих древних летописях и военных руководствах психологическому воздействию на массовое сознание уделяется достаточно много внимания. При этом человечество за тысячи лет наработало и способы противодействия этому влиянию. Многие практики древних, связанные с общим благоприятным воздействием на психологическую сферу индивида, могут быть нами адаптированы как достаточно простые, понятные многим, техники противодействия информационной агрессии.

Существует множество способов противодействия агрессивному информационно-психологическому воздействию. Многие из них требуют достаточно профессионализма и доступны разве что специалистам в данной области. Нас же в первую очередь интересуют простые и максимально универсальные техники противодействия, доступные самому широкому кругу лиц.

Такой техникой, например, может стать «Метод осознанного действия», используемый в дзэн буддизме, как инструмент достижения собственно дзэна, особого «состояния вне состояния», «единения с абсолютном», просветления [2].

Осознанность, как психологический феномен, рассматривается в психологии как: категория сознания (С.Л. Рубинштейн), акт сознания, направленный на деятельность сознания (Л.С. Выготский), качество психики (А.Г. Чеснокова), отражение внешнего мира (А.Ю. Агафонов), активное состояние сознания (А. Аверина, В.Б. Дударева, И.Н. Семенов, Д.А. Леонтьев, Д. Канеман и др), состояние познавательной активности (Е. Лангер), осведомлённость (Дж. Кабат-Зинн), сосредоточение внимания (С.Р. Бишоп, Ч. Тарт, Дж. Марлат, Дж. Кристеллер), ориентация на текущем моменте (К.В. Браун, Дж. Кабат-Зинн, Р. Райян, Дж. Марлат, Дж. Кристеллер) и т.д. Основными

характеристиками осознанности являются: отражение объективной реальности с помощью объективированных значений, децентрация, принятие, «открытое», безоценочное восприятие происходящего во внешнем или внутреннем пространстве личности, сдерживание привычных моделей аффективного реагирования или когнитивной обработки информации, произвольное конструирование и манипулирование средой [3-11].

В современной психологической науке разработаны и успешно реализуются психотерапевтические направления, работающие с практикой осознанности для профилактики или купирования негативных психоэмоциональных состояний и депрессивных расстройств.

В рамках когнитивно-поведенческой терапии (КПТ) и когнитивной терапии на основе осознанности (КТНОО) используются практики осознанности для работы с деструктивными автоматическими когнитивными стратегиями. Суть их заключается в перестройке когнитивных процессов таким образом, чтоб поступающую информацию не обдумывать, а принимать без включённого реагирования, без суждений, и не погружаться в обнаруженные негативные мысли [12].

Психотерапевтическая программа MBSR используется для снижения дистресса и так же направлена на изменение мыслительных процессов от автоматических к рефлексивным [13, 14].

Приведённые примеры терапевтических подходов в основе своей направлены на групповую и продолжительную работу с допущениями дальнейшей самостоятельной отработки полученных навыков. Существуют и другие подходы в психотерапии, но они нацелены на ещё более глубокую и долгосрочную работу с клиентами. Однако в экстремальных условиях жизнедеятельности, коими являются военные действия, не всегда есть возможность воспользоваться помощью психотерапевтических групп, тем более на долговременной основе. По нашему убеждению, в непредсказуемых и нестабильных условиях жизни, целесообразным является освоение и внедрение в широкий обиход населения более простых методов саморегуляции психоэмоциональных состояний.

Вернёмся к методу осознанного действия. В психологических источниках можно обнаружить описание явлений, на первый взгляд,

похожих или тождественных «осознанному действию» (осознанное присутствие, деавтоматизация, объективация), однако, по нашему мнению, попытки идентификации предложенного метода посредством предложенных научных терминов и понятий только уводит от сути метода. В работе Митиной О.В. и её коллег. мы обнаружили описание осознанности, наиболее полно характеризующее суть буддистского метода: «...речь идет о ... погружении сознания и внимания в протекающие здесь и теперь исполнительные, моторные процессы, что не дает им протекать автоматически, без контроля сознания, «на уровне установки» ...В состоянии осознанности индивид полностью присутствует в настоящем, в текущем моменте, будучи открыт тому, что происходит, в частности, присутствуя в каждой точке его собственных действий и операций, осуществляя над ними полный контроль» [5].

Метод «сознанного действия» выглядит следующим образом. Посредством сознательного волевого акта, человек контролирует свой мыслительный поток в пределах выполняемого действия – сосредотачивает своё внимание на физических действиях и операциях в данный момент, на собственных ощущениях (тактильных, кинестетических и т.д.). Как указывают С.Р. Бишоп и его коллеги, целенаправленное внимание на процесс и содержание настоящего момента без выстраивания причинно-следственных связей, без стереотипной аффективной реакции, позволяет избежать сверхидентификации субъекта с собственными психическими реакциями и изменить значение ситуации [9]. Неоспоримым достоинством метода осознанного действия, в условиях информационно-психологического влияния, является отключение субъекта от «информационного шума» и прекращение мыслительной переработки собственных негативных эмоциональных переживаний, что позволяет снизить психоэмоциональное напряжение и восстановить саногенные ресурсы психики.

Простота данного метода скрывает в себе и сложность. Произвольная мыслительная операция подвергается постоянным атакам непроизвольности, мысль норовит уйти в сторону, размышляя о чём-то волнующем или, наоборот, простом и не требующем произвольного контроля. Восприятие отвлекается на отражение неких, не относящихся к делу, объектов. Возникают посторонние

воспоминания, подключается эмоциональный ответ, активизируются ценностные и нравственные установки и т.д. Поэтому, основной задачей на этапе освоения техники необходим постоянный контроль когнитивных процессов. Результаты выполнения техники становятся доступными уже после осуществления первых попыток. Регулярная практика освоения позволяет добиться устойчивых конструктивных изменений в психоэмоциональном состоянии человека.

Преимуществами метода осознанного действия перед психотерапевтическими техниками осознанности (Mindfulness) являются: простота и доступность без специальной подготовки; получение быстрых результатов; самостоятельность выполнения без необходимости психологической проработки неконструктивных когнитивных и эмоциональных стереотипных реакций. Таким образом, даже самые будничные и бытовые дела можно превратить в направленную терапевтическую медитацию, гармонизирующую и налаживающую психологическое равновесие индивида.

### Список литературы

- [1] Афонин А.А. Методы и приёмы информационно-психологического воздействия на личность в условиях вооружённого конфликта на Донбассе / А.А. Афонин// Современные научные исследования и разработки. – М.: Олимп, 2018. №5(22). 72-76 с.
- [2] Вон Кью-Кит. Энциклопедия дзэн = The complete book of zen / Вон Кью-Кит. – Москва: Гранд: ФАИР-пресс, 1999. 394 с.
- [3] Ветерок Е.В. Теоретические аспекты изучения феномена осознанности в современной науке / Е.В. Ветерок, Л.В. Зиновьева // СМАЛЬТА – 2019. №1. 15-22 с.
- [4] Использование техник осознанности в структуре психотерапии пациентов, страдающих расстройствами шизофренического спектра: методические рекомендации / НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева; авторы-сост.: А.Н. Еричев, В.О. Клайман, А.П.Коцюбинский. –СПб.:НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева, 2018. 27с.
- [5] Митина О.В. Осознанность в структуре саморегуляции: структура и психодиагностические возможности методики оценки осознанного присутствия (МООП) / О.В. Митина, Д.А. Леонтьев, Л.А.

Александрова, В.Ю. Костенко, Н.В. Кошелева// Психологические исследования, 2021. Т.14. №76 1-42 с.

[6] Смирнова Ю.Э. Анализ теоретических подходов к изучению осознанности / Ю.Э. Смирнова // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2021. Т. 10. № 6А. 157-162 с.

[7] Тарт Ч. Практика внимательности в повседневной жизни/ Ч. Тарт. – М., 1996. 134 с.

[8] Чеснокова А.Г. Осознание как центральная проблема психологии в концепциях Л.С. Выготского и С.Л. Рубинштейна // Вестник МГУ. Серия 14 «Психология». – 2003. № 4. 3-15 с.

[9] Mindfulness: A proposed operational definition // Clinical Psychology: Science and Practice. – 2004. Vol. 11. 230-241 p.

[10] Kabat-Zinn J. Mindfulness-based interventions in context: Past, present and future // Clinical Psychology: Science and Practice. – 2003. Vol. 10. № 2. 144-156 p.

[11] Канеман Д. Думай медленно... решай быстро/ Даниэль Канеман. – Москва: АСТ, 2014. 653 с.

[12] Hofmann S.G., Sawyer A. T., Fang A. The empirical status of the "new wave" of cognitive behavioral therapy. (англ.) // The Psychiatric Clinics Of North America. – 2010. September (vol. 33, no. 3). 701-710 p.

[13] Grossman P., Niemann L., Schmidt S., Walach H. Mindfulness-based stress reduction and health benefits. A meta-analysis. (англ.) // Journal Of Psychosomatic Research. – 2004. July (vol. 57, no. 1). 35-43 p.

[14] Hayes S.C., Villatte M., Levin M., Hildebrandt M. Open, aware, and active: contextual approaches as an emerging trend in the behavioral and cognitive therapies. (англ.) // Annual Review Of Clinical Psychology. – 2011. Vol. 7. 141-168 p.

© А.А. Афонин, Е.И. Афонина, 2023

Издательство «НИЦ Вестник науки»



# АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ И ПРИКЛАДНЫХ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Сборник научных статей по материалам  
II Международной научно-практической конференции

**Часть 2**

г. Уфа 19 мая 2023 г.

Печатается в авторской редакции  
Компьютерная верстка авторская

Изображение на обложке предоставлено сайтом <https://pixabay.com>  
лицензия Simplified Pixabay License

Формат 60×84 1/16  
Гарнитура Times New Roman.  
Усл. печ. л. 17,4