

4 Вячеславова, А. А. Влияние семьи на развитие пищевого поведения [Электронный ресурс] / А. А. Вячеславова // Сайт психологов В17.ru. – Режим доступа: <https://www.b17.ru/blog/118331/>. – Дата доступа: 14.03.2023.

УДК 159.97

А. И. Клёнова

ВЛИЯНИЕ ДОМАШНИХ ПИТОМЦЕВ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ВЛАДЕЛЬЦЕВ

Данная тема исследования направлена на изучение влияния домашних животных на психоэмоциональное состояние и здоровье их владельцев. В работе рассматриваются результаты различных исследований, проведенных в этой области, а также анализируется взаимодействие человека и его питомца. В статье также рассматриваются положительные и негативные воздействия домашних животных на психологическое состояние владельцев, включая уменьшение уровня стресса, улучшение настроения, уменьшение чувства одиночества, а также возможные риски, связанные с аллергическими реакциями и заболеваниями. В целом, данное исследование позволяет лучше понять влияние домашних животных на человека и может быть полезным для понимания важности содержания домашних животных в качестве средства улучшения психического здоровья.

Домашние питомцы оказывают положительное влияние на психоэмоциональное состояние владельцев. Домашние питомцы могут помочь людям чувствовать себя счастливее и более уравновешенными. Это связано с тем, что общение с животными способствует выработке гормонов счастья – эндорфинов и окситоцина. Кроме того, владение домашним животным может улучшить качество жизни, повысить настроение и дать ощущение удовлетворенности [1].

Взаимодействие с домашними животными способствует снижению уровня стресса и тревожности. Общение с животными снижает уровень кортизола, гормона стресса, и может помочь справиться со стрессовыми ситуациями. Кроме того, домашние животные могут улучшить настроение и дать ощущение умиротворения.

Общение с питомцами может улучшить настроение и повысить уровень удовлетворенности жизнью. Общение с домашними животными помогает уменьшить чувство одиночества и повысить самооценку. Кроме того, забота о питомце может стать увлекательным занятием и добавить радости в повседневную жизнь [2].

Домашние питомцы могут стать источником утешения в трудные периоды жизни, такие как болезнь, разрыв отношений или потеря близкого человека. Они могут также помочь справиться с эмоциональными переживаниями и повысить уровень комфорта [3, с. 8].

Забота о домашнем питомце способствует развитию ответственности и улучшению самооценки. Забота о животном требует определенного уровня ответственности и самодисциплины. Это может помочь владельцу развить важные навыки, такие как пунктуальность, организованность и умение планировать. Это, в свою очередь, может привести к улучшению самооценки и повышению чувства уверенности в своих способностях.

Владение домашним животным может улучшить физическое здоровье владельца. Общение с питомцем может стать стимулом для увеличения физической активности,

например, при выгуле собаки. Это может привести к улучшению физического здоровья, уменьшению риска развития сердечно-сосудистых заболеваний и ожирения [4, с. 54].

Владение домашним животным может помочь владельцу развить социальные навыки и увеличить круг общения. Выгуливая собаку или посещая занятия по дрессировке, владелец может познакомиться с новыми людьми, что способствует улучшению социальной адаптации и повышению уверенности в себе [3, с. 10].

Наличие домашнего питомца может помочь снять дискомфорт при общении с людьми. Для некоторых людей общение с людьми может быть вызывать дискомфорт или тревожность. В этом случае домашний питомец может стать источником утешения и умиротворения, что способствует уменьшению страхов и тревог.

В целом, наличие домашних животных может оказывать значительное позитивное влияние на психоэмоциональное состояние владельцев, способствуя улучшению настроения, снижению уровня стресса и тревожности, улучшению физического здоровья и развитию социальных навыков.

Хотя домашние животные могут оказывать позитивное влияние на психоэмоциональное состояние владельцев, у них также есть потенциально негативные аспекты, которые следует учитывать при рассмотрении влияния питомцев на их владельцев. Назовем некоторые из них.

Аллергии. Некоторые люди могут иметь аллергическую реакцию на шерсть, слюну или кожу домашних животных. Это может вызвать проблемы со здоровьем, такие как кожные высыпания, насморк, кашель или даже астму [5].

Ответственность. Владение домашним животным требует определенной степени ответственности. Владельцы должны обеспечивать своих питомцев качественным питанием, ветеринарным уходом, игрушками и прочим необходимым оборудованием. Кроме того, владельцы должны уделять достаточное время уходу за своими питомцами и выгулу, что может быть сложно для занятых людей.

Финансовые затраты. Владение домашним животным также может стать дополнительной финансовой нагрузкой, поскольку требует оплаты ветеринарных услуг, качественного корма, игрушек и прочих необходимых товаров.

Ограничения. Некоторые люди могут чувствовать ограничения в своей жизни из-за присутствия домашнего животного. Например, они могут не иметь возможности путешествовать из-за необходимости заботиться о своих питомцах, или не могут снимать квартиру из-за правил дома, запрещающих домашних животных.

Поведение животного. Некоторые домашние животные могут иметь проблемное поведение, такое как неприятный запах, непослушание, громкие звуки и т. д. Это может вызывать стресс у владельцев и влиять на их психоэмоциональное состояние.

Риск заболеваний. Владельцы домашних животных могут подвергаться риску заражения определенными заболеваниями [6, с. 22].

В целом, негативное влияние домашних животных на психоэмоциональное состояние их владельцев является скорее исключением, чем правилом. Несмотря на это, владельцам следует быть внимательными к своим эмоциональным реакциям на своих питомцев и обращаться за помощью, если они чувствуют, что не могут справиться с ответственностью за своего питомца или если их психоэмоциональное состояние ухудшается в присутствии домашнего животного.

Литература

1 Колесникова, Т. А. Домашние питомцы и эмоциональное состояние их хозяев [Электронный ресурс] / Т. А. Колесникова. – Режим доступа: <https://www.b17.ru/article/408281>. – Дата доступа: 08.04.2023.

2 Бунина, С. В. Психология и домашние питомцы [Электронный ресурс] / С. В. Бунина. – Режим доступа: <https://www.s-b-s.su/ya-sama/articles/domashnie-pitomcy/nemnogo-psikhologii/psikhologiya-i-domashnie-pitomcy>. – Дата доступа: 07.04.2023.

3 Варга, А. Я. О психологической роли домашних питомцев в семье / А. Я. Варга, Е. Ю. Федорович // Вестник Московского государственного областного университета. – 2009. – № 11. – С. 8–11.

4 Арнольд, О. Р. Хвостатые психотерапевты / О. Р. Арнольд. – Москва : Эксмо-Пресс, 2001. – 412 с.

5 Черкасова, Е. Е. Домашние животные избавляют от депрессии и делают людей счастливее [Электронный ресурс] / Е. Е. Черкасова. – Режим доступа: <https://lenta.ru/brief/2022/06/25/petsandpeople/>. – Дата доступа: 07.04.2023.

6 Тарасов, Е. В. Наши домашние целители / Е. В. Тарасов // Спортивная жизнь России. – 2009. – № 4. – С. 22–24.

УДК 159.9.075

А. А. Койныш

ВИКТИМИЗАЦИЯ У ДЕТЕЙ-ЖЕРТВ ФИЗИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ

Данная статья посвящена изучению корреляции виктимизации со школьным физическим насилием у детей подросткового возраста. В статье описаны понятия «насилие над детьми», «виктимизация», а также «физическое насилие». Представлены результаты эмпирического исследования и статистического анализа с целью изучения корреляционной связи между видами виктимизации с физическим насилием.

Насилие над детьми – это любое действие или бездействие взрослых, наносящее психологическую или физическую травму ребенку [1, с. 542].

Физическое насилие – это форма отношения к ребенку, когда ему преднамеренно причиняют боль, наносят телесные повреждения или не предотвращают возможности их причинения.

Большинство случаев насилия над детьми происходит дома. Из этого можно выделить основные причины, которые могут провоцировать взрослых применять меры физического воздействия по отношению к ребенку: плохое поведение, школьная неуспеваемость, невыполнение домашних обязанностей, непослушание и т. п.

Физическое насилие включает также вовлечение ребенка в употребление наркотиков, алкоголя, отравление его веществами или медицинскими препаратами, вызывающими одурманивание, а также попытки удушения или утопления ребенка [2, с. 8].

Ребенка, ставшего жертвой физического насилия, можно узнать по имеющимся на его теле различным *физическим признакам*:

- царапины и рубцы;
- ожоги;
- ссадины;
- необъяснимые переломы костей, вывихи, раны [3].

Виктимность (от лат. *victim* – жертва) – склонность человека к тому, чтобы стать жертвой преступления, несчастного случая, травли, агрессии. Виктимизация – это процесс превращения личности в потенциальную жертву, а также процесс повышения степени виктимности [4, с. 226].

Для подросткового развития важную роль играют отношения со сверстниками и взрослыми. Соответственно, в школьный период жизни такими людьми являются