



МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
имени М.В.ЛОМОНОСОВА

Вариант 2

Место проведения Москва
город

ПИСЬМЕННАЯ РАБОТА

Олимпиада школьников Ломоносов
наименование олимпиады

по психологии
профиль олимпиады

Зыриной Станиславы Алексеевны
фамилия, имя, отчество участника (в родительном падеже)

Дата
«2» марта 2024 года

Подпись участника
[подпись]

Чистовик

Задание №3

На мой взгляд, благополучные семьи характеризуются:

1) Эмоциональной зрелостью родителей. В семье есть четкое разделение на взрослых (родителей) и детей. Это означает, что родители несут ответственность за свои эмоции и ~~не~~ обладают умением саморегуляции (не сбивают раздражение в "безопасное русло" (на детей), умеют спокойно объяснить ребенку свою позицию (хоть иногда это приходится делать несколько раз)). Также эмоциональная зрелость предполагает решение родителями конфликтов / споров между собой напрямую без вовлечения в ситуацию детей (манипуляциями, коммуникацией через ребенка и т.д.).

Взрослые умеют решать возникшие конфликты, не избегают их и не накапливают недовольство.

Эмоциональная зрелость родителей позволяет создать в семье безопасную, комфортную среду для ребенка, что позволит ему избежать формирования у ребенка повышенной тревожности и обеспечит ^{крепкую} эмоциональную связь между родителями и ребенком.

2) Умение принимать человека таким, какой он есть. Это качество очень важно для построения счастливой, благополучной семьи,

поскольку позволяет ей тем самым чувствовать себя нужными и любимыми. При отсутствии данного качества человек будет сравнивать партнера / ребенка с другими, лучшими (по субъективному мнению сравнивающего), ~~а~~ в какой-либо сфере человеком, что приводит к определенным негативным последствиям:

● В случае с ребенком:

Формирование комплекса неполноценности (мне всегда недостаточно; я хуже других); постоянное сравнение себя с другими, что негативно влияет на самооценку и эмоциональное состояние. Фиксация на одном качестве (внешность, интеллект и т.д.), если сравнение происходит по одному параметру. Патологическое желание всем угодить, заслужить любовь, синдром спасателя и другие подобные проблемы. (нефункционализм, скрытие ребенком ^{подрабности} своей жизни от родителей (особенно актуально для подростков))

● В случае с партнером:

Постоянное сравнение партнера с другими так же влияет негативно на его самооценку, приводит к его эмоциональной нестабильности, истощенности. Нередко приводит к разрыву отношений. ~~из жизни~~ (Вышеперечисленное может быть одной из причин)

Партнер, являющийся взрослым человеком, все же гораздо менее подвержен негативному влиянию сравнения, тем не менее формирование психики ребенка. Подобное поведение одного из родителей накладывает видный отпечаток на дальнейшую жизнь

ребенка. Поэтому для формирования стабильной самооценки, умения адекватно оценивать свои возможности и ~~и~~ воспринимать критику и ребенка необходимо создать атмосферу принятия дома. С критикой нужно относиться и к партнеру, ведь это, в первую очередь, выбор, который сделал человек. При расхождении мнений по особо значимым вопросам есть смысл ~~и~~ найти какой-либо компромисс, либо нового партнера.

3) Эмоциональная вовлеченность.

Для построения гармоничных взаимоотношений в семье необходима эмоциональная вовлеченность со стороны обоих партнеров (родителей). Взаимопонимание, как один из важнейших условий продуктивной коммуникации между людьми, обеспечивает, в первую очередь, эмоциональную вовлеченность — желанием и умением обсуждать возникающие вопросы. Так родители смогут не только ^{обеспечить} видеть ~~жить~~

коммуникацию между собой, но и выстроить доверительные отношения с ребенком, сформировать прочную эмоциональную связь. Быть также лучшим образом строить на умениях ~~и~~ желанием заботиться о партнере, помогать ему. Эмоциональная вовлеченность также характеризуется желанием проводить время с семьей, делиться переживаниями, поддерживать.

Одним из способов обеспечить

данную составляющую благополучной семейной жизни является совместное времяпровождение: совместные прогулки, поездки, походы в театры, в кино... Также лучше поддерживать связь с женами семьи помогает открытая коммуникация с детьми своими переживаниями, прямо говорить, что не нравится и т.д.), поддержки и тактичное проявление любви.

4) Безопасная атмосфера. Отсутствие физического и эмоционального (психологического) насилия.

Данная составляющая является очень важной, поскольку является одной из определяющих благополучности семьи. Безопасная атмосфера способствует доверительным отношениям между членами семьи (ребенок не боится говорить правду; первым делом ребенок приходит за помощью к родителям, а не скрывает от него проблемы). Безопасная атмосфера подразумевает:

- Отсутствие физического насилия
- Отсутствие психологического насилия
- Доверительные отношения между родителями и детьми / между партнерами. (по мнению женщины)

Чувство безопасности - одна из базовых потребностей человека, поэтому его отсутствие может оставить видимый след на жизни как ребенка, так и одного из родителей. Чтобы обеспечить безопасную атмосферу, родителям необходимо уметь контролировать свои эмоции и справиться с ними (спорт, медитации и т.д.) не только внутри семьи. Три принципа,

решение которых не представляется возможным внутри семьи & необходимо обратиться к специалисту (семейному психологу, например).

5) Осознанное отношение к созданию семьи.

По сути, но не по значимости, пункт. Люди, собирающиеся создать семью (а тем более завести детей), должны понимать, что семья - это большая ответственность, а иногда и сложное испытание. Забота детей, будущим родителям идут на серьезный шаг (как психологически, так и ^{и финансово} материально!) - им предстоит обеспечить и воспитать маленького человека, стать для него опорой, оберегать его и показать ему жизнь. На данный момент существует большое количество специалистов и консультантов, способных подготовить желающих и родителей. Главное, необходимо помнить, что стать родителями - это осознанный свой выбор ~~лю~~ двух людей. Не стоит поддаваться на давление со стороны родственников и общества, если человек сам к этому не готов.

Задание №2

1) Медленные волокна красного цвета.

~~... ..~~
 • Скорее всего контролируют вегетативной нервной системы

- Красный цвет, скорее всего, обеспечивается наличием кровотока.
- Потребляют самое количество энергии, «рас- тчивают» на долгое время, поэтому утомле- мость низкая.
- Действуют на самые мышцы (слабые, медленные сообра- щения, обычно не контролируемые человеком)

Быстрые белые волокна

- Развивают высокую силу сокращения, ~~быстро утомляются~~
- Содержат ~~но~~ перекрестно-полосатые мышцы, под действием которых происходит сокращение (сильные и быстрые, как правило, контролируемые человеком)
- При длительной активности вырабатывается молочная кислота, вызывающая боль в мышцах.

Из-за высокой силы сокращения и скорости утомле- ются спустя ~~более~~ более короткое время работы, тем красные.

Быстрые красные волокна

- Быстро сокращаются, однако ~~не~~ сокращаются слабо, поэтому утомляются меньше, чем у быстрых белых мышцу.

- Имеют среднюю плотность.
- Потребляют среднее количество энергии, поэтому, несмотря на ~~менее~~ высокую скорость сокращений, утомляются относительно ^{долго}.

а) Для спортсменов - тяжелоатлетов наиболее важны- ми будут быстрые белые волокна, поскольку они развивают наибольшую силу сокращения и применяются на кратко срочное, но максимальное применение силы. В данном виде спорта необходимо кратко срочное применение силы (взвешивание), при этом выносливости не требуется.

5) Длительность медленных волокон красного цвета, поскольку решающим фактором в данном виде спорта является выносливость (способность преодолевать длительные маршруты). ~~Медленные и быстрые волокна не различаются по важности роли в быстрой работе, но быстрые волокна позволяют мышце с одной стороны, достаточно долго не утомляться, а с другой стороны, достаточно быстро засыпать, но не очень интенсивных сокращений.~~
 Медленная мышечная ткань, скорость же не такая важна, поэтому на ней (на быстрых и интенсивных сокращениях) энергии экономится.

2) Повышение утомляемости...

- Лактат свидетельствует о долгой и интенсивной работе мышц (быстрых белых волокон, ~~красных~~). Может наблюдаться боль в мышцах после длительной нагрузки из-за выделения молочной кислоты.
- Мочевина свидетельствует о нехватке воды в организме. Из-за длительных физических нагрузок может возникнуть обезвоживание (если не пить).
- Миоглобин свидетельствует о повышенном давлении.
- Кардиоспецифического тропонина I свидетельствует об ~~интенсивной~~ ~~работе~~ ~~мышц~~ ~~кардио~~ интенсивной работе сердца в результате длительных физических нагрузок. Работа симпатической нервной системы.

В.М. Шваб

Задача 1.

Пусть число ищан в 2023 = x , тогда число вьюрков = $1,6x$.

В 2024:

$$1,6(x - 0,1x) > 1,1x$$

$B > И$

Численность вьюрков сократилась на 10%.
Численность ищанов выросла на 10%.

$$1,6 \cdot 0,9 > 1,1$$

$$1,44 > 1,1$$

В 2025:

$$1,6 \cdot 0,8x > 1,2x \quad B > И$$

$$1,6 \cdot 0,8 > 1,2$$

$$1,28 > 1,2$$

В 2026:

$$1,6 \cdot 0,7x < 1,3x \quad (B < И)$$

$$1,6 \cdot 0,7 < 1,3$$

$$1,12 < 1,3$$

Ответ: в 2026 году.

Задача №4.

1). Надя подавлена и расстроена. («И хотелось погуще-то плакать»; «Радости не было, ноги снова она спала плохо, веселье пропало.») Надю ждет замужество, о котором девушка мечтала: «Она страстно мечтала о замужестве, и теперь, наконец, она была невестой Андриел Андриелта, того самого...», однако ирония вышедшей ~~жизни~~ грустной.

• Надя обеспокоена. («стала она плохо...»). Фраза «И поз...

му-то казалось, что так теперь будет всегда — наталкивает на мысли о том, что Наде ^{обеспокоена} будущим, она волнуется из-за предущего события, которое значительно изменит её жизнь.

• Наде хочет побыть наедине с собой, своими мыслями. («Она вышла в сад на минутку»). Мне кажется, что Наде снится («Вышло шубою и хотелось думать, что не здесь, а где-то под небом, над деревьями, далеко за городом, в полях и лесах, развернулась теперь своя всякая жизнь...»). Ей будто хочется немого отвлечения от всех хлопот, предстоящих изменений.

Думаю, она хочет немого отдохнуть от суеты, побыть в комфортном широким. Мне кажется, что мечты, ожидание от замужества Наде не оправдываются. Об этом говорит отрывок: «... таинственная, прекрасная, богатая и светлая, недоступная...», а затем следующее за ним «И хотелось почему-то плакать».

2) Описание сада играет важную роль в понимании состояния Наде. Сад, атмосфера в нем будто отражают чувства девушки. Май, весна ассоциируется с любовью и тем-то новым (зарождение жизни вновь после зимы, новый этап). Наде не хочет быть «здесь»: «... и хотелось думать, что где-нибудь не здесь...», она грезит о жизни «таинственной, прекрасной, богатой и светлой, недоступной», по-прежнему слабому. Интересна следующая деталь: автор упоминает, что «в саду было тихо, прохладно», а где-то далеко, за городом «кричали мушкетеры». Далее мы наблюдаем развитие этой мысли: «... что не здесь, а где-то под небом, над

деревьями, далеко за городом...". Город в данном описании будто выступает как ограда, "золотая клетка", в которой находится Нада. С первого взгляда у нее все хорошо: есть жених, наряды, дом, еда... Но девушка хочет на свободу, "за город".

Будто "крини" тех мужчин где-то далеко-отдаленно ей мечт. Будто героине потерялась в этих "роскошных мешках", а счастье ей идет где-то в "очень далеко, должно быть, за городом...". От осознания девушки хочется плакать, кажется, "это так теперь будет всю жизнь, без ~~конца~~ перемены, без конца!" Никакое замужество, жареная индейка и маринованные вишни не могут зашикнуть ей свободу. С другой стороны, драматично "развернувшись теперь своя всякая жизнь, таинственная...". Сюжет символизирует волнение, страх перед новым этапом жизни - таинственным.

Будущее всегда "недоступно" пониманию слабого, грешного человека". Нада - молодая девушка, для которой все происходящее ново, поэтому девушка может не справиться с эмоциями; и ей "хотелось ^{почему-то} ~~плакать~~ плакать" несмотря на радостные события.

90-69-79-35
(52.6)

82

Черновик

№ 1 Вьюрши
↓ 10%

Ищуанов

↑ 10%

2023 ~~В 1,6~~ → В 1,6 ←

2024 У > В - ?

1,6X

X

~~2023: X - 0,1X = Пусть в 2023 году~~

было X ищуанов, тогда вьюршиев было 1,6X.

2024: В: 1,6 · 0,9X ~~U: 1,1X~~

$$1,6 \cdot 0,9x = 1,1x$$

$$0,9 \cdot 1,6$$

~~1,6 · 0,9~~

$$0,9x > \frac{1,1x}{1,6} \quad | \cdot 24$$

$$0,8x > \frac{1,2x}{1,6} \quad | \cdot 25$$

$$0,8 \cdot 1,6 =$$

$$0,7x > \frac{1,3x}{1,6} \quad | \cdot 24$$

$$0,7 \cdot 1,6 =$$