

Научный центр «LJournal»

Рецензируемый научный журнал

ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

№105, Январь 2024
(Часть 2)



Самара, 2024

T33

Рецензируемый научный журнал «Тенденции развития науки и образования» №105, Январь 2024 (Часть 2) - Изд. Научный центр «LJournal», Самара, 2024 - 176 с.

doi: 10.18411/trnio-01-2024-p2

Тенденции развития науки и образования - это рецензируемый научный журнал, который в большей степени предназначен для научных работников, преподавателей, доцентов, аспирантов и студентов высших учебных заведений как инструмент получения актуальной научной информации.

Периодичность выхода журнала – ежемесячно. Такой подход позволяет публиковать самые актуальные научные статьи и осуществлять оперативное обнародование важной научно-технической информации.

Информация, представленная в сборниках, опубликована в авторском варианте. Орфография и пунктуация сохранены. Ответственность за информацию, представленную на всеобщее обозрение, несут авторы материалов.

Метаданные и полные тексты статей журнала передаются в наукометрическую систему ELIBRARY.

Электронные макеты издания доступны на сайте научного центра «LJournal» - <https://ljournal.org>

© Научный центр «LJournal»
© Университет дополнительного
профессионального образования

УДК 001.1
ББК 60

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Чернопятов Александр Михайлович

Кандидат экономических наук, Профессор

Царегородцев Евгений Леонидович

Кандидат технических наук, доцент

Пивоваров Александр Анатольевич

Кандидат педагогических наук

Малышкина Елена Владимировна

Кандидат исторических наук

Ильященко Дмитрий Павлович

Кандидат технических наук

Дробот Павел Николаевич

Кандидат физико-математических наук, Доцент

Божко Леся Михайловна

Доктор экономических наук, Доцент

Бегидова Светлана Николаевна

Доктор педагогических наук, Профессор

Андреева Ольга Николаевна

Кандидат филологических наук, Доцент

Абасова Самира Гусейн кызы

Кандидат экономических наук, Доцент

Попова Наталья Владимировна

Кандидат педагогических наук, Доцент

Ханбабаева Ольга Евгеньевна

Кандидат сельскохозяйственных наук, Доцент

Вражнов Алексей Сергеевич

Кандидат юридических наук

Ерыгина Анна Владимировна

Кандидат экономических наук, Доцент

Чебыкина Ольга Альбертовна

Кандидат психологических наук

Левченко Виктория Викторовна

Кандидат педагогических наук

Петраш Елена Вадимовна

Кандидат культурологии

Романенко Елена Александровна

Кандидат юридических наук, Доцент

Мирошин Дмитрий Григорьевич

Кандидат педагогических наук, Доцент

Ефременко Евгений Сергеевич

Кандидат медицинских наук, Доцент

Шалагинова Ксения Сергеевна

Кандидат психологических наук, Доцент

Катермина Вероника Викторовна

Доктор филологических наук, Профессор

Полицинский Евгений Валериевич

Кандидат педагогических наук, Доцент

Жичкин Кирилл Александрович

Кандидат экономических наук, Доцент

Пузыня Татьяна Алексеевна

Кандидат экономических наук, Доцент

Ларионов Максим Викторович

Доктор биологических наук, Доцент

Афанасьева Татьяна Гавриловна

Доктор фармацевтических наук, Доцент

Байрамова Айгюн Сеймур кызы

Доктор философии по техническим наукам

Лыгин Сергей Александрович

Кандидат химических наук, Доцент

Заломнова Светлана Петровна

Кандидат педагогических наук, Доцент

Биймурсаева Бурулбубу Молдосалиевна

Кандидат педагогических наук, Доцент

Радкевич Михаил Михайлович

Доктор технических наук, Профессор

Гуткевич Елена Владимировна

Доктор медицинских наук

Матвеев Роман Сталинарьевич

Доктор медицинских наук, Доцент

Аирапов Баходурджон Пулотович

Кандидат филологических наук, Доцент

Шамутдинов Айдар Харисович

Кандидат технических наук, Профессор

Найденов Николай Дмитриевич

Доктор экономических наук, Профессор

Романова Ирина Валентиновна

Кандидат экономических наук, Доцент

Хачатурова Карине Робертовна

Кандидат педагогических наук

Кадим Мундер Мулла

Кандидат филологических наук, Доцент

Григорьев Михаил Федосеевич

Кандидат сельскохозяйственных наук

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ I. ПЕДАГОГИКА	8
Ткач Д.А., Зиновьева В.Н., Рожнов А.А. Психологические преимущества чтения	8
Трофимова А.О., Моисеев К.О. Проблемы в методологиях преподавания точных наук.....	9
Трусова Е.В., Точенов Д.С. Преподавание дисциплины «Инженерная графика» студентам без базовых навыков	12
Тырышкин С.И., Занкина Е.В. К вопросу психологического сопровождения юных спортсменов в форме наставничества.....	15
Фильченкова Д.М. Проблема понимания читаемого текста у детей с речевой патологией..	17
Чимаров С.Ю. Руминация как когнитивный процесс и некоторые рекомендации по ее минимизации для личности сотрудника полиции	20
Чозгиян О.П. Актуальные проблемы организации наставничества на этапе профессиональной подготовки будущих учителей (уровень – СПО)	23
Шемилева М.С-А., Сапарбиев А.Ш., Зулкарнаева П.Л. Интеграция информационных технологий в учебный процесс по английскому языку	26
Шумилкина Е.И. Использование кейс-технологии в процессе обучения говорению старших школьников на уроках английского языка	30
Яруллина А.А., Кривоногов А.Д. Влияние большого тенниса на жизнь спортсмена. Основные проблемы при выборе данного вида спорта как основного	32
Gadoeva S.M., Khojaev J.H., Begmatov T. Main Peculiarities of Writing Prompts for Teaching Physical Education Lessons	35
Pasechkina T.N. About some risks and opportunities in the educational process in conditions of digitization	38
Sakibayev S.R. The use of mobile technology in the learning process	41
Sakibayeva B.R. Development of research skills and abilities of physics students	44
РАЗДЕЛ II. ПСИХОЛОГИЯ	47
Анисимова Е.А., Дворцова Е.В. Влияние музыкотерапии на агрессивность у сотрудников МВД.....	47
Бердюгина Е.Ю., Дворцова Е.В. Влияние танцев в стиле «Female» на самоотношение студентов-психологов.....	50
Гибатдинова А.Р., Аликина А.С. Анализ реализации доступной среды в высших учебных заведениях в рамках инклюзивного образования для студентов с нарушениями зрения	52
Головина П.М., Никешина Е.Р. Использование ИКТ в условиях инклюзивного образования	57
Дворцова Е.В., Аксенова А.А. «Влияние тренинга «Развитие навыков самопрезентации» на самооценку и саморегуляцию студентов-юристов».....	59
Дворцова Е.В., Шаврова О.А. Влияние настольной игры "Уно" на агрессивность и конфликтность у подростков	65
Дворцова Е.В., Якубенко Я.А. Влияние просмотра фильма ужасов "1408" на тревожность студентов КГПИ КемГУ.....	73

Дикова В.В., Брюхина П.А. Психотип личности как фактор агрессивного поведения в подростковом возрасте	82
Дубков Р.В., Гусев П.М. Психологическая подготовка спортсменов в одиночных и командных видах спорта	87
Егорова А.А. Интернет-зависимость у подростков.....	89
Караванов А.А., Филоненко Л.В., Фурсова А.С. Основные аспекты становления воинской дисциплины в войсках Российской империи (в трудах М.И. Драгомирова и А.И. Хатова)	92
Королев И.А., Дворцова Е.В. Влияние психологического тренинга на эмоциональный интеллект психологов служебной деятельности на стадии адепта.....	95
Кузнецов Д.Е., Дворцова Е.В. Влияние сенсорного тренинга на психоэмоциональное состояние у студентов-психологов	97
Кутыгин М.В. Переживание одиночества студентами и его влияние на их мотивацию к обучению в вузе	100
Кучина П.А. Активизация лидерского потенциала студентов ВУЗа в процессе внеучебной деятельности.....	104
Лобаева И.С. Приемы формирования учебной мотивации младших школьников в условиях инклюзивного образования.....	108
Маглатюк Т.В., Войнова А.А. Психологическая подготовка в большом теннисе	110
Манолий К.Ю., Дворцова Е.В. Влияние тренинга релаксационных упражнений на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД.....	113
Масягутова Л.М., Музафарова А.Р., Галлямова С.А., Вагапова Д.М., Шарипова Э.И. Формирование и методы коррекции психической дезадаптации у медицинских работников	117
Музычук Е.С., Дворцова Е.В. «Влияние компьютерной игры Dota 2 на агрессивность юношей».....	120
Оленева А.Д. Прокрастинация в учебной деятельности у студентов	124
Преснухина Е.А. Динамика представлений о выбранной профессии у студентов педагогического ВУЗа	127
Пудеева Е.А. Методы и приемы, применяемые в обучении психологов профконсультированию	132
Семенихина В.А., Дворцова Е.В. Влияние прослушивания музыкального творчества Инстасамки на самооценку студентов-психологов	134
Сергеев В.Д., Дворцова Е.В. Влияние просмотра фильма «Движение вверх» на мотивацию студентов-психологов.....	137
Сокнова С.А., Дворцова Е.В. Влияние прослушивания классической музыки на психоэмоциональное состояние студентов-психологов	139
Токарев В.С., Левин В.А., Новосельцев В.О. Основные особенности профессиональной деятельности сотрудников Росгвардии.....	143
Фролова Д.А., Казакова С.П. Особенности организации и проведения мастер-классов для детей	148
Хлопонина А.С. Применение наглядных средств в условиях инклюзивного образования..	151
Хомякова М.М. Влияние стиля семейного воспитания на личностную тревожность подростков	154

Черешенко Т.Д. Проблемы готовности педагогов к работе в условиях инклюзивного образования	158
Чимаров С.Ю. Сущностные аспекты архетипа «самость»: в контексте формирования основ психологии деятельности руководителя служебного коллектива системы ОВД России	161
Юрьева А.С. «Влияние просмотра мультфильма «Могила светлячков» на психоэмоциональное состояние студентов психологов».....	164
Юсифова С.А. Влияние типа памяти на учебную успеваемость младших школьников	167
Agafonova T.S.1, Dmitrienko N.A. Stages of the crisis of marital and family relations	169

РАЗДЕЛ I. ПЕДАГОГИКА

Ткач Д.А., Зиновьева В.Н., Рожнов А.А.
Психологические преимущества чтения

*Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского
(Россия, Калуга)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-63

Аннотация

В данной статье рассматриваются психологические преимущества чтения. Обращается внимание на то, что чтение является не только хорошим способом провести время, но и оказывает положительное влияние на психическое благополучие человека.

Ключевые слова: чтение, психологические преимущества, эмпатия, память, расширение кругозора.

Abstract

This article discusses the psychological benefits of reading. Attention is drawn to the fact that reading is not only a good way to spend time, but also has a positive impact on a person's mental well-being.

Keywords: reading, psychological benefits, empathy, memory, expanding horizons.

Чтение является одним из самых популярных способов времяпрепровождения в мире. Однако, несмотря на это, чтение имеет и ряд психологических преимуществ. Чтение отличной книги может изменить вашу жизнь, помочь вам решить проблемы и улучшить свои знания.

Книги — это великие сокровища, из которых мы можем учиться, расти, улучшать свои навыки, развивать новые таланты и даже развлекаться. С помощью книг мы можем учиться на ошибках других, не повторяя их ошибок.

Чтение – это не просто процесс передачи информации через письменный текст. Это искусство взаимодействия с текстом, смыслом и мыслями, воплотившимися на страницах книги. Ответ на вопрос, почему чтение является неотъемлемой частью развития и духовного роста каждого человека, заключается в психологических преимуществах, которые оно предлагает.

Насколько важно чтение? Как говорил один английский драматург 17 века Джозеф Аддисон: «Чтение для ума — то же, что физические упражнения для тела. Если человек ничего не читает, его память и умственные способности теряют гибкость и быстроту действия.» Итак, какие же преимущества есть у чтения мы рассмотрим ниже.

Одним из ключевых психологических преимуществ чтения является развитие креативности. Книги предлагают уникальные истории, переживания персонажей, а также сложные сюжеты, которые требуют внимания и воображения читателя. Креативность определяется как способность разрабатывать что-то новое или выражать свое воображение. С правильными книгами люди могут приобрести новый образ мышления, новые идеи и лучшие способы решения проблем. Считается, что наш разум реагирует на то, что мы впускаем в него. Поэтому, если мы позволяем творческим идеям из книг проникать в наш разум, мы становимся более творческими и находим новые способы выражения и исследования нашего воображения.

Чтение помогает расширить наши знания и горизонты. Через книги мы можем изучать и понимать различные культуры, историю, науку и искусство. Это позволяет нам смотреть на мир шире и понимать многообразие точек зрения. Большой словарный запас улучшает вашу разговорную речь и письменное сообщение. Хорошая книга может познакомить вас с новыми

словами, новыми выражениями и новыми способами использования старых слов. Это приводит к увеличению вашего словарного запаса.

Другим важным аспектом чтения является развитие эмпатии. А эмпатия обладает многочисленными пользами: она способна уменьшить наш стресс, улучшить наши взаимоотношения и укрепить наши моральные ценности. Когда мы читаем о переживаниях и эмоциях героев книги, мы можем почувствовать их сами, понять их переживания и передать симпатию, наше понимание чувств и взглядов других становится более глубоким и проникательным. Эта способность к эмпатии может быть полезной в межличностных отношениях и повседневной жизни. Исследования показывают, что люди, которые регулярно занимаются чтением, имеют более развитую эмоциональную интеллектуальность.

Книги могут помочь вам обрести друзей. И это действительно так. Можно начать разговор с кем-то, у кого такие же книжные предпочтения, как и у вас. Вы начнете делиться своими мыслями о книгах и со временем заметите различия, сходства или совпадения в ваших точках зрения. Когда у вас есть общие интересы, вам легче найти общий язык и стать друзьями.

Чтение является мощным инструментом саморазвития. Через книги мы можем узнавать новые идеи, концепции и философии, что помогает нам становиться более осознанными и развитыми личностями. Кроме того, чтение может вдохновить нас к новым целям и достижениям.

Кроме того, чтение способствует улучшению когнитивных навыков, таких как внимание, концентрация, память и мышление. В процессе чтения мы вынуждены удерживать внимание на тексте, следить за сюжетом и анализировать информацию. Эти навыки могут быть полезными в повседневной жизни и помогать в решении различных задач. Когда мы читаем, мы постоянно усваиваем новые слова, фразы и информацию. Это приводит к улучшению памяти, концентрации и аналитических навыков. Чтение также стимулирует работу нашего воображения и мышления, тренируя нашу критическую мысль и способность рассуждать.

Чтение также может иметь положительный эффект на психическое здоровье. Оно позволяет нам сбежать от повседневных забот и стресса, погрузившись в мир фантазии и приключений. Чтение может быть формой терапии, помогающей нам получить удовольствие, успокоиться и снять напряжение.

Чтение является одним из самых эффективных способов расслабиться и уйти от повседневных проблем. Когда мы погружаемся в мир книги, наш ум отвлекается от тревог и стрессов повседневной жизни, что помогает снизить уровень стресса и восстановить эмоциональное равновесие.

Поэтому каждый должен взяться за книгу и посвятить хотя бы немного времени чтению каждый день. Это приведет к гармонии и разностороннему развитию личности.

1. В чем польза книг: причины, исследования и советы: [Электронный ресурс] URL: <https://media.foxford.ru/articles/reading>
2. Чем полезно чтение: [Электронный ресурс] URL: <https://eksmo.ru/articles/chem-polezno-chtenie-ID15485892/>

Трофимова А.О., Моисеев К.О.

Проблемы в методологиях преподавания точных наук

*Санкт-Петербургский государственный электротехнический университет
«ЛЭТИ» им. В.И. Ульянова (Ленина)
(Россия, Санкт-Петербург)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-64

Аннотация

В статье исследуются работы специалистов в области преподавания, в которых они анализируют личный и коллективный опыт педагогической деятельности, ошибки и выводы, полученные из этого опыта. Качественное образование – крайне ценный ресурс, человек,

способный предоставить этот ресурс, несет тяжкий груз ответственности и должен критически подходить к своим навыкам и актуальности. Данная статья призвана обратить внимание на вопросы, которыми задаются авторы анализируемых в ней статей, и ответы, которые они предлагают.

Ключевые слова: преподавание, обучение на примерах, взаимодействие преподавателя и студента, управление вниманием, критическое мышление, аналитика, осознанное обучение.

Abstract

The article examines the work of specialists in the field of teaching, in which they analyze the personal and collective experience of teaching, mistakes and conclusions drawn from this experience. Quality education is an extremely valuable resource, the person who is able to provide this resource carries a heavy burden of responsibility and must think critically about his skills and relevance. This article is intended to draw attention to the questions asked by the authors of the articles analyzed in it and the answers they offer.

Keywords: teaching, learning by example, teacher-student interaction, attention management, critical thinking, analytics, conscious learning.

Профессия преподавателя, безусловно, является одной из самых сложных и ответственных. Молодые педагоги, только начиная свой путь, сталкиваются с множеством вызовов и дилемм, включая важный выбор методологии обучения. Это решение, сделанное в первые годы карьеры, не только определяет индивидуальный стиль преподавания, но и влияет на будущее студентов, формируя их учебный опыт и отношение к знаниям.

Сложность преподавания состоит не только в передаче информации, но и в искусстве вдохновлять, мотивировать и стимулировать развитие мышления студентов. Этот процесс требует глубокого понимания не только учебных программ, но и разнообразных педагогических подходов. Молодые педагоги, стоя перед выбором методологии преподавания, сталкиваются с важным вопросом: какой метод наилучшим образом соответствует их убеждениям, уровню студентов и специфике предмета, который они преподают.

Об этой проблеме написано множество научных работ, книг и статей, в которых авторы размышляют о собственном опыте преподавания и известных им методиках выдающихся профессоров. Данная статья посвящена аналитическому обзору круга статей о преподавании математики.

Ключевой фигурой статьи является профессор Оксфордского университета Джон Мэйсон. За годы преподавательской деятельности он написал множество работ, в которых рассуждал о своих достижениях и ошибках в преподавании. Ознакомившись с ними, начинающий и уже опытный педагог может получить достаточно пищи для размышлений о профессии.

Первая работа, которую мы рассмотрим «What makes an example exemplary: Pedagogical and didactical issues in appreciating multiplicative structures» [1]. В статье обсуждаются педагогические и дидактические аспекты, связанные с использованием примеров в изучении мультипликативных структур в математике. Автор типизирует примеры, способы их подбора и применения для более глубокого понимания концепций мультипликативных структур, а также исследует, как примеры могут служить не только иллюстрацией конкретного математического принципа, но и способствовать развитию аналитических навыков учащихся, позволяя им видеть общие закономерности и шаблоны в мультипликативных процессах.

Подробное описание причин и следствий использования того или иного примера, помогает читателю разобраться в методологии их применения. Также сам автор после описания конкретных примеров обобщает их в категории, которые применимы к любой области преподавания. Приведем несколько примеров таких категорий.

‘Границы возможного изменения’ – методика объяснения темы, которая основана на явном описании каждого аспекта и границ его изменения для опорного примера, при которых пример останется показательным. Данная методика снимает со студентов ограничения,

созданные спецификой примера, и подключает в работу отдел аналитического мышления для поиска закономерностей и правил изучаемой области.

‘Раскрыть и затушевать’ – методика, которая направлена на самостоятельный поиск примеров, которые максимально точно раскрывают свойство, которым должен обладать объект, чтобы соответствовать изучаемому правилу. При обучении по данной методике студент также не просто слушает и запоминает, а включает в работу собственные способности и глубоко погружается в тему, чтобы иметь возможность подобрать такой дидактический материал, который сможет дать полный ответ на поставленный вопрос.

В статье обозреваются еще шесть методик и бесчисленное множество конкретных примеров, которые преподаватель может использовать в построении своей линии объяснения предмета. Стоит также отметить, что приведенные методологии могут использоваться не только в точных науках, поскольку аналитическое мышление и изучение теории на основании выводов из практики применимо повсеместно.

Чтобы отойти в сторону от частного (математики) и рассмотреть более общие концепции, считаем нужным обсудить в рамках этой статьи ряд работ того же автора, посвященных общим принципам преподавания и взаимодействия педагога с обучаемым.

Основной работой Джона Мэйсона по этой теме является книга «Mathematics education: theory, practice & memories over 50 years» [2]. В ней он собрал все свои мысли и опыт за годы преподавания. Он пришел к выводу о том, что главное – обучить студента пониманию. «Именно осознание (то, что позволяет вам действовать, то, что приходит на ум в процессе действий) направляет и руководит действием, используя энергию, возникающую из аффекта. Нужно обучать поведению, давая правила и мнемоники для запоминания и множество упражнений для репетиции. И когда эти правила сформируют основу для размышлений и интеграции – появится осознанность.» Этой цитатой мы хотим показать один из ключевых выводов книги. Этот вывод подчеркивает, что обучение должно стремиться не только к механическому усвоению информации, но и к развитию способности критического мышления и осознанного применения знаний.

Запоминание правил и повторение упражнений не всегда приводит к глубокому пониманию. Оно лишь формирует базу, на основе которой мы можем начать рефлексии и размышления. Когда эти правила начинают интегрироваться в наше понимание мира, мы становимся осознанными в том, как мы применяем знания и как они направляют наше мышление и действия, и только тогда мы можем считать тему обучения усвоенной.

О том, какую роль в правильном формировании знаний у ученика может сыграть учитель, Джон пишет в своей статье «Learning about noticing, by, and through, noticing» [3]. В ней он подчеркивает, что присутствие учителя может помочь поддерживать контакт между учеником и объектом изучения. Учитель может создать среду, в которой возникновение "желания высказаться" скорее более, чем менее вероятно, развивая атмосферу догадок и признавая, что изложение – не единственный эффективный способ взаимодействия.

За многие годы автор заметил, когда действие становится доступным, оно, как правило, выполняется. Очень трудно сдерживаться, откладывать идею или возможность. Это согласуется с компьютерной метафорой психики как двигателя с множеством параметров по умолчанию, которые уже оценены, и в котором действия начинаются, как только параметры имеют значения [4].

Когда преподаватель предлагает ученикам решить задачу, и некоторые или все сразу говорят: «Я не могу это сделать» или что-то в этом роде. Ручки опускаются, и действие прекращается. В таких ситуациях очень важно предложить студенту попробовать несколько вариантов решения чтобы понять, что ошибиться не страшно и выход не всегда только один, стоит лишь попробовать.

Для этого преподаватель должен четко понимать, на чем сделать акцент в процессе объяснения и на что обратить внимание студента, чтобы натолкнуть его на размышление. Об этом говорится в работе «Researching from the Inside in Mathematics Education» [5-6]. Джон считает, что весь процесс преподавания зависит от того, на что студенты обращают внимание в

данный момент. Если они не обращают внимания на то, на что обращает внимание преподаватель, они могут сделать выводы, которые будут неуместны. С другой стороны, они должны обратить внимание на то, что важно для них, и существует множество различных способов обратить внимание, которые позволят им найти смысл, сходный с преподавательским.

Теорему можно рассматривать как видение, а доказательство - как средство, позволяющее другим увидеть то же самое. Теория оснований – это аналог индуктивного подхода Уоллиса [7], поиск закономерностей в данных, накопление большего количества данных для проверки выводов и поиска модификаций, а также проверка новых выводов по всем старым данным. Нужно смотреть на пример глазами ученика, делать акценты и вслушиваться в вопросы.

В заключении статьи, следует подчеркнуть значимость применения принципов Джона Мэйсона в образовании и их влияние на развитие студентов как мыслителей и учащихся. Подход, основанный на использовании примеров, стимулировании аналитического мышления и акценте на ключевых аспектах предмета обучения, является фундаментальным для эффективного образования.

Создание образовательной среды, которая поощряет студентов к активному мышлению и критическому анализу, является неотъемлемой частью обучения. Когда студенты научатся самостоятельно исследовать и делать выводы, они приобретут не только знания, но и умения, необходимые для успешной адаптации в разнообразных сферах жизни, что является важным инструментом для принятия осознанных решений в жизни.

1. Мейсон Дж. Что делает пример образцовым: Педагогические и дидактические проблемы оценки мультипликативных структур, 2006. С. 1-68.
2. Мейсон, Дж. Математическое образование: теория, практика и воспоминания за 50 лет, 2010. С 1-9.
3. Мейсон, Дж. Обучение замечанию путем и через замечание, 2020. С. 1-14.
4. Минский, М. Общество разума, 1986. С. 16-47.
5. Мейсон Дж. Исследования изнутри в математическом образовании, 1998. С. 1-20.
6. Мейсон Дж. Математическое образование как область исследования: поиск идентичности, 1998. С. 357-377.
7. Уоллис Дж. Трактат по алгебре, 1685.

Трусова Е.В., Точенов Д.С.

Преподавание дисциплины «Инженерная графика» студентам без базовых навыков

Курский государственный университет

(Россия, Курск)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-65

Аннотация

Статья представляет собой детальное руководство для преподавателей, сталкивающихся с проблемой обучения инженерной графики студентам без предварительных навыков или опыта в этой области. Фокус статьи состоит в том, чтобы помочь преподавателям сформулировать эффективные методы обучения, которые были бы доступны и понятны для студентов, не обладающих необходимыми навыками.

Ключевые слова: преподавание, инженерная графика.

Abstract

The article provides a detailed guide for educators faced with the challenge of teaching engineering graphics to students without prior skills or experience in the field. The focus of the article is to help teachers formulate effective teaching methods that are accessible and understandable to students who do not have the necessary skills.

Keywords: teaching, engineering graphics.

Преподавание дисциплины «Инженерная графика» студентам без базовых навыков – это задача, требующая особого подхода со стороны преподавателя. Ведь для успешного изучения данного предмета необходимо обладать определенными навыками и знаниями, которые не всегда присутствуют у всех студентов при поступлении в вуз.

Преподавание «Инженерной графики» — это не просто учебный курс, это целый комплекс знаний и навыков, необходимых для работы в инженерных и проектных организациях. Оригинальные чертежи, схемы и диаграммы — это основа для создания новых продуктов и технологий. Именно поэтому обладание навыками «Инженерной графики» становится неотъемлемым условием для успешного развития карьеры в технических сферах.

Однако, не все студенты, поступающие в вузы, имеют возможность овладеть базовыми навыками «Инженерной графики» еще до своего поступления. Возможно, это связано с отсутствием специализированных школ или кружков в школьной программе. Или же у студентов нет возможности доступа к необходимым материалам и программам дистанционно.

Именно поэтому преподавание «Инженерной графики» студентам без базовых навыков становится сложной задачей для преподавателя. Он должен найти подход к каждому студенту, помочь ему полностью освоить необходимые навыки и знания, а также вдохновить студента на проявление творческого потенциала в создании уникальных чертежей.

Преподавание дисциплины «Инженерная графика» возможно и эффективно даже для студентов без базовых навыков. Мы уверены, что при правильном подходе и надлежащей подготовке преподаватели смогут развить у студентов необходимые навыки и знания в этой области, которые станут основой для их будущего успеха в технических профессиях.

При преподавании предмета инженерная графика студентам без базовых навыков могут возникать ряд вызовов, требующих внимания и разрешения. Во-первых, студенты без предварительных знаний и опыта в области инженерной графики могут испытывать трудности с пониманием и усвоением основных принципов и техник [1]. Результатом этого является затруднение в выполнении заданий и недостаточное освоение учебного материала.

Во-вторых, основным вызовом является необходимость преодолеть отсутствие мотивации у студентов без базовых навыков в изучении инженерной графики. Не имея представления о применении данных знаний в будущей профессиональной деятельности, студенты могут не проявлять достаточного интереса к изучению предмета. В этом случае преподаватель должен быть творческим и находчивым, чтобы продемонстрировать практическую значимость инженерной графики для студентов и пробудить у них интерес.

Еще одним вызовом, с которым сталкивается преподаватель, является необходимость индивидуального подхода к каждому студенту. Из-за отсутствия базовых навыков, студенты могут иметь различный уровень подготовки и способности в области инженерной графики. Это требует от преподавателя адаптации своего подхода и построения занятий таким образом, чтобы каждый студент мог максимально эффективно усваивать материал [2].

Более того, при преподавании инженерной графики студентам без базовых навыков возникает необходимость разработки дополнительных материалов и методик обучения. Объяснение основных концепций и техник может оказаться недостаточным, поэтому преподаватель может применять дополнительные примеры, изображения, видео материалы и другие визуальные средства для более наглядного обучения.

Итак, преподавание инженерной графики студентам без базовых навыков представляет собой сложный процесс, требующий преодоления нескольких вызовов. Преподавателю необходимо быть гибким и находчивым, адаптировать свой подход под потребности каждого студента и разрабатывать дополнительные материалы для более эффективного обучения.

В современном образовании особое внимание уделяется разработке и применению методов обучения, доступных и понятных для студентов, которые не обладают достаточными навыками в дисциплине инженерная графика. Инженерная графика, будучи неотъемлемой частью инженерных специальностей, требует от студентов особой подготовки и понимания рисования и пространственных представлений.

В данном контексте использование инновационных и интерактивных методов обучения является важным фактором для достижения успеха в освоении предмета. Один из методов, который может быть эффективным в случае инженерной графики, - это использование компьютерных программ и специализированных ресурсов. Такие инструменты не только снижают уровень сложности задачи, но и позволяют студентам взаимодействовать с материалом более наглядным и понятным образом [3].

Еще одним методом может быть применение практических задач и проектов. Практика и решение реальных задач в рамках дисциплины может значительно повысить понимание и интерес студентов. Вместо теоретической информации, студенты могут приобретать навыки на практике и сразу видеть результат своих действий. Этот подход обычно способствует лучшему усвоению материала и его долговременному запоминанию [4].

Кроме того, необходимо учесть разнообразные стилевые предпочтения и индивидуальные особенности студентов. Многие студенты могут быть визуальными обучающимися, поэтому было бы полезным предоставлять им иллюстрации, графики и диаграммы для лучшего понимания материала. Другие студенты могут быть более отзывчивыми на аудиовизуальные презентации или записи лекций.

Важно включить элементы самостоятельной работы в методы обучения. Студенты могут использовать онлайн-ресурсы, учебники и практические примеры, чтобы углубить свои знания и улучшить свои навыки в инженерной графике. Возможность работать над заданиями самостоятельно, с самоконтролем и обратной связью, поможет студентам усвоить материал более полно и эффективно.

Не стоит забывать о роли квалифицированных преподавателей в процессе обучения. Они должны владеть необходимыми навыками и знаниями по инженерной графике, а также обладать умением адаптировать материал и применять подходы, которые максимально учтут индивидуальные потребности студентов.

Методы обучения, которые доступны и понятны для студентов без достаточных навыков в инженерной графике, должны объединять в себе использование современных технологий, практическую работу, адаптацию к индивидуальным стилям обучения и поддержку со стороны преподавателей. Только таким образом можно обеспечить эффективное освоение дисциплины и развитие профессиональных навыков у студентов.

Помимо этого, важным моментом является разработка специальных образовательных программ, адаптированных для студентов без базовых навыков. Преподаватели должны учитывать уровень подготовки студентов и выбирать методы и формы работы, которые наиболее эффективно помогут им освоить материал.

В заключение хотелось бы отметить, что преподавание «Инженерной графики» студентам без базовых навыков представляет собой сложную задачу, требующую учета множества факторов. Необходимость обеспечить подготовку в области математики и физики, использование современных информационных технологий, разработка специальных образовательных программ и активное использование практических занятий и заданий - все это поможет студентам освоить инженерную графику и успешно применять полученные знания в своей дальнейшей профессиональной деятельности.

1. Педагогика [Текст]: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по педагогическим специальностям / В.А. Слостенин, И.Ф.Исаев, Е.Н. Шиянов. – Москва : Академия, 2007. – 566 с.
2. Полат, Е. С. Современные педагогические и информационные технологии [Тест] : учеб. пособие для студентов вузов / Е. С. Полат, М. Ю. Буазаркина. – Москва : Академия, 2010. – 354 с.
3. Озерова, Т.В. Формирование конструкторско-технологической компетенции будущего педагога профессионального обучения Текст. : автореф. дис. . канд. пед. наук : 13.00.08 / Т.В. Озерова. Екатеринбург : Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2007. - 25 с.
4. Монахов, М.Ю. Учимся проектировать на компьютере Текст. : Элективный курс: Практикум / М.Ю. Монахов, С.Л. Солодов, Г.Е. Монахова. М.: Изд-во «БИНОМ. Лаборатория знаний», 2005. - 172 с.

Тырышкин С.И., Занкина Е.В.
**К вопросу психологического сопровождения
юных спортсменов в форме наставничества**

*Комсомольский-на-Амуре государственный университет
(Россия, Комсомольск-на-Амуре)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-66

Аннотация

В настоящее время наставничество, как способ реализации психологического сопровождения юных спортсменов при подготовке к спортивным состязаниям необходимо для успешного выступления детей и подростков на соревнованиях, а также показательных выступлениях. В данной статье рассматриваются цели и задачи психологического сопровождения.

Ключевые слова: наставничество, психологическое сопровождение, детско-юношеский спорт, физические нагрузки, соревнования.

Abstract

Currently, mentoring, as a way of implementing psychological support for young athletes in preparation for sports competitions, is necessary for the successful performance of children and adolescents at competitions, as well as demonstration performances. This article discusses the goals and objectives of psychological support.

Keywords: mentoring, psychological support, youth sports, physical activity, competitions.

В настоящее время спортивные психологи замечают факт, свидетельствующий о том, что большинство российских тренеров обращают внимание только на физическую подготовку молодых спортсменов, игнорируя необходимость психологического сопровождения при участии в соревнованиях.

Психологическая поддержка в виде менторства является актуальной необходимостью, поскольку после работы со специалистом-психологом молодые спортсмены могут развить полезные для успешной спортивной карьеры личностные качества такие, как стрессоустойчивость, целеустремленность и уверенность в себе.

Особое место в процессе формирования спортсменов – подростков занимает стрессоустойчивость, так как в подростковом возрасте происходит формирование ЦНС и особенностей личности. Главная проблема психологического сопровождения молодых спортсменов заключается в том, что, если юные дарования не получают моральной и организационной поддержки, то они потеряют стремление к высоким достижениям в выбранном ими виде спорта, не успевают проявить себя, также показать каких – либо значительных спортивных результатов. Так как для успешного выступления в соревнованиях необходимы такие качества, как мужество, решительность, уверенность в своих силах, стабильность и высокомотивированный настрой, боевой дух борьбы, нацеленность на победу [1].

По данным исследования спортивных психологов Г. Мартинента и Ж.К. Декрета, большая часть юных спортсменов прекращает спортивную подготовку в силу некоторых обстоятельств, связанных с напряжённым эмоциональным состоянием [5]. Исходя из этого, повышение эффективности подготовки юных спортсменов путём использования корректной системы функциональной и психологической помощи является одним из главных требований развития детско-юношеского спорта. Средства и методы психологической подготовки могут быть самыми разными. От простых бесед, в ходе которых обсуждаются вопросы планирования и определяется смысл тренировок, цели и задачи нагрузок и восстановления, создаётся мотивация и установка на достижение большой цели, выбираются главные старты в годовом календаре соревнований.

Нарабатывание устойчивости нервного состояния как на тренировках, так и в соревнованиях формирует у подростка повышение работоспособности на тренировках и мобилизацию сил на соревнованиях. В сущности, она является процессом приспособления личности к постоянно меняющимся внешним условиям тренировочной и соревновательной деятельности с учётом внутренних состояний [3].

Возникновение высокого уровня психической готовности и спортивной формы решаются постоянно, планомерно и сознательно на протяжении всех лет в каждой тренировке, на стадионе, площадке или в повседневном поведении. При создании системы спортивного наставничества в условиях совершенствования технико-тактического мастерства или игровой деятельности, целесообразно использовать способ детского подражания [4].

Для подростка, занимающегося выбранным видом спорта необходимо чувствовать внимание со стороны действующих спортсменов, успехи которых уже оценены обществом профессиональных спортсменов, способных не только мотивировать их на высокие результаты, но и поделиться на практике тренировочным и соревновательным процессом, а также научить оказывать помощь самому себе, справляясь со стрессами.

Идея спортивного наставничества опирается на некоторые важные этапы, которые подчёркивают её как особенный пример психолого-педагогической совместной работы тренера, спортсмена и наставника-опытного спортсмена, шефствующего над молодёжью в соревновательный период. Взаимодействие между профессиональными и юными спортсменами имеют характерную специфику, спортсмены выступают как носители знаний о своём виде спорта, а также как люди, прошедшие сходный жизненный путь и столкнувшиеся в юности с подобными сложностями и знающие пути их разрешения [6].

Порядок построения работы наставников опирается на различия, действующие в коллективных и личных видах спорта, а также на особенности тренировочного построения занятий в конкретной спортивной школе. Закрепление наставников за различными ДЮСШ должны иметь специфику - сотрудничество между наставниками и юными дарованиями обязаны быть доверительными и конфиденциальными. Они выступают в роли ассистентов тренеров, главная цель которых – содействие улучшению тренировочного процесса. При этом не стоит забывать, что участие наставников оказывает исключительно вспомогательную функцию и не может заменить в полную меру консультации психологов. Этапы выполнения наставником активной помощи могут иметь различные сроки.

Социальная инициатива, согласованная с известными высоко-профессиональными обществами, командами по футболу, хоккею, городские, районные и региональные сборные, обеспечивают соперничество между юными спортсменами. А участие в состязаниях, турнирах и чемпионатах помогают детям приобрести отличный рейтинг. Такая форма социального совместного сотрудничества между детско-юношескими школами и знаменитыми спортсменами-профессионалами, которые популярны в средствах массовой информации, обладает рядом преимуществ. Для юных талантов это – доступность получения практических знаний и навыков, а также огромная мотивация к повышению результатов спортивной деятельности. А для руководства центральных и региональных управлений детско-юношеского спорта это – возможность привлечь руководство для вливания крупных денежных инвестиций. Для самих же профессиональных спортсменов наставничество это – метод улучшения своей репутации за счет участия в значительных социальных мероприятиях [2].

Преимущество поколений имеет прекрасные перспективные варианты развития детско-юношеского спорта. Такое сотрудничество является благоприятным условием для образования сообщества, дающее юным спортсменам возможность максимально легко закрепиться в коллективе профессиональных спортсменов, повысить коммуникативные навыки, а также умения, необходимые для соревновательной деятельности, и уровня энтузиазма при участии в соревнованиях. Более того, наставничество может являться необходимым элементом формирования положительного образа отечественного спорта на международной арене.

Рассмотренный в статье метод психологического сопровождения юных спортсменов может эффективно использоваться для реализации моральной поддержки в детско-юношеском спорте, сделает возможным воспитание целеустремленных и уверенных в себе спортсменов, которые в последствии станут надёжным и эффективным кадровым потенциалом для спорта высоких достижений, что, несомненно, является одной из основных задач Российской Федерации в сфере культурно-социального развития общества [7].

1. Алборова, К.А., Родыгина, Ю.К. Особенности психоэмоционального состояния юных хоккеистов 6-7 лет// Спортивный психолог. – 2016. - №4(43). – С. 60-63.
2. Волков, В.М. Спортивный отбор/ В.М. Волков, В.П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.
3. Психологическая подготовка спортсменов: учебно-методическое пособие / сост. А.М. Ахатов, И.В.Работин// - КамГАФКСиТ, 2008.
4. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения/ В.Н. Платонов// Учебник тренера высшей квалификации. – М.: Советский спорт, 2005.
5. Martinent G., Decret J.C. Coping profiles of young Athletes in their everyday life: A three-wave two-month study// Eur J Sport Sci. – 2015. – 15(8). – С. 736-747.
6. Официальный сайт детско-юношеской школы «Спартак Юниор». – URL: [https:// fsspartak.com/Home/Method](https://fsspartak.com/Home/Method) (дата обращения: 17.11.2023).
7. Наливайко, Т.Е. Культурная миссия университета: к вопросу о развитии личности студента в образовательном пространстве вуза// Ученые записки КнАГУ/№ IV (68) 2023/ Наука о человеке, обществе и культуре. – С.4-8

Фильченкова Д.М.

**Проблема понимания читаемого текста
у детей с речевой патологией**

*МБОУ СОШ №2 им. М.Ф. Колонтаева
(Россия, Калуга)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-67

Аннотация

В статье рассматриваются основные трудности детей с речевой патологией в понимании читаемого текста. Анализ названных трудностей осуществляется на основе сущности понятия «связная речь» и психолингвистических основ понимания текста. В тексте статьи представлен анализ степени решения данной актуальной проблемы в логопедии. Вопрос развития связной речи рассматривается с точки зрения разных дисциплин, таких как лингвистика, психолингвистика, психология. Важно отметить, что связная речь – это важная форма речевой деятельности, которая может рассказать об уровне речевого и умственного развития, и одним из условий понимания связной речи является точный и богатый лексический запас читателя. В работе делается акцент на проблеме развития словаря у детей с речевой патологией. Автор особое внимание акцентирует на использовании логосказки в коррекционно-педагогической работе по развитию словаря у старших дошкольников с общим недоразвитием речи. Описываются разновидности логосказок, которые применяются в образовательном процессе с детьми, имеющими нарушения речи и влияние на понимания читаемого текста.

Ключевые слова: дети, общее недоразвитие речи, чтение, текст, словарь, логосказка.

Abstract

The article discusses the main problems of understanding the readable text in children with speech pathology. The concepts of coherent speech and understanding of the text are considered. The text of the article presents the classics of speech therapy, which dealt with this urgent problem. The question of the development of coherent speech can be considered from the point of view of different disciplines, such as linguistics, psycholinguistics, psychology. It is important to note that coherent speech is an important form of speech activity that can tell about the level of speech and mental development. The paper focuses on the problem of vocabulary development in children with speech

pathology. The author pays special attention to the use of the logotable in correctional and pedagogical work on the development of vocabulary in older preschoolers with general speech underdevelopment. The types of logoscales that are used in the educational process with children with speech disorders and influence on the understanding of the text being read are described.

Keywords: children, general underdevelopment of speech, reading, text, dictionary, logoscale.

В настоящее время наблюдается тенденция к увеличению численности детей с речевой патологией. Среди всех речевых нарушений общее недоразвитие речи (далее ОНР) встречается чаще всего. В современной логопедии ОНР определяется как патология речи у детей с нормальным слухом и первично сохранным интеллектом, при этом отмечается нарушение формирования всех компонентов речевой деятельности (активный словарь, грамматический строй речи, звукопроизношение, связная речь, слоговая структура слова, общее звучание) [3].

Психологические и психофизиологические особенности учащихся с ОНР отражаются на процессе понимания ими связной речи. У таких детей наблюдается неустойчивое внимание, в неполной мере развита вербальная память, а это в свою очередь отражается на продуктивности запоминания. У них отмечается отставание в развитии словесно-логического мышления, что затрудняет в понимании содержания контекста. У учащихся с ОНР нарушена двигательная функция артикуляторного аппарата, изменен тонус мышц, ограничены произвольные движения, в связи с чем точно и правильное воспроизведение печатного текста также может вызвать трудности. Для такой категории детей свойственна усталость, рассеянность, повышенная утомляемость, отставание в развитии визуально-образной сферы, нарушение познавательных процессов и самоорганизации. В результате этого у младших школьников с ОНР наблюдаются ошибки в ходе выполнения различных заданий и упражнений, во многом связанные с неточным или ошибочным пониманием читаемой информации. Все это в значительной степени препятствует их дальнейшему развитию и обучению.

Процесс понимания текста рассматривается как сложная аналитико-синтетическая деятельность, направленная на активное преобразование субъектом словесной формы текста в результате перекодирования его содержания на уровне внутренней речи с целью осознания связей между отдельными структурными элементами текста и стоящими за ними предметами и явлениями реального мира [1]. В результате понимания у читателя формируется образ содержания текста, а в качестве единиц выступают фрагменты действительности (реальной или вымышленной), которые отражены в тексте соответствующими языковыми средствами.

Умение понимать и воспроизводить тексты требуют высокого уровня развития связной речи, как диалогической, так и монологической. Основы устной речи закладываются еще в дошкольном возрасте, что впоследствии будет являться предпосылками успешного обучения в школе [2]. У детей с ОНР отклонения в развитии устной речи переходят в нарушения ее письменных форм, что отражается на степени понимания школьниками читаемой информации. Восприятие текста детьми с тяжелыми нарушениями речи исследовала Г. В. Чиркина. Анализ понимания речи детей с общим недоразвитием речи проводился на всех уровнях языковой системы: фонетической, лексической и грамматической, но исследований восприятия и понимания на уровне текста недостаточно. Нехватка теоретических и методических разработок в данной области препятствует повышению эффективности коррекционной работы по обучению пониманию текста детьми с системным недоразвитием речи.

Одной из важных задач в методике развития речи является обучение восприятию, пониманию, воспроизведению речевого высказывания. Усвоение знаний школьниками зависит во многом от понимания объяснений педагогов и материалов учебных пособий. Для этого ребенку необходим достаточный уровень владения процессами понимания и воспроизведения устных и письменных текстов. Процесс понимания текста требует ряда навыков и умений понимания: прямого и переносного значения слов, связей между предложениями, смысловой структуры, главной мысли, идеи текста и т. д. [2]. В связи с этим, развитие словаря у детей с речевой патологией - важная составляющая коррекционно-педагогической работы над пониманием читаемого текста.

Одним из средств словарной работы, позволяющей формировать и развивать все перечисленные ранее умения и навыки понимания текста является логосказка, которая способствует развитию речи и активизации психических процессов у школьников с ОНР. При использовании данного метода в логопедической работе создается коммуникативная направленность не только каждого слова, но и высказывания с ОНР. Кроме того, происходит совершенствование лексико-грамматических компонентов языковой системы, расширение как активного, так и пассивного словаря.

Ряд ученых (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко, В.А. Гнездилов и др.) указывают на огромные возможности развития совместного творчества взрослых и детей [5], к которым относится сочинение и драматизация логосказки. Применение логосказок в процессе занятий дает возможность участвовать детям и взрослым в совместном творчестве. Данный вид деятельности сопровождается прослушиванием дошкольниками с ОНР, где они становятся главными героями. Это в свою очередь, способствует проявлению у них интереса, познавательной активности, расширению словаря, с помощью которого дети учатся смысловому чтению. Дети с ОНР узнают достаточное количество слов, их значение, запоминают согласование лексико-грамматических компонентов [4]. У детей младшего школьного возраста с ОНР в процессе погружения в сказку активизируется фантазия, воображение, творческая деятельность. В результате этого у них происходит эмоциональная разрядка, преодолевается страх, тревога. Они становятся добрее, увереннее, более открытыми к людям и окружающей действительности.

Каждая сказка должна быть посвящена конкретной теме, соответствовать календарно-тематическому планированию, содержать все структурные компоненты указанного жанра. Текст должен соответствовать возрасту и речевому развитию ребенка. К приемам логосказки относят: словесно-режиссерскую игру, психогимнастику, словесное совместное комментирование, импровизацию, рисование, фантазирование по музыкальной композиции [2].

Сказки, которые предлагаются старшим дошкольникам с речевой патологией могут содержать задания и упражнения, направленные на расслабление и тренировку дыхания. Включаясь в сказочный мир, дети с ОНР вместе с педагогом преодолевают коммуникативные барьеры, учатся чувствовать друг друга, подбирать соответствующее телесное выражение для различных эмоций, чувств и состояний. Этюды, используемые в сказках, позволяют старшим дошкольникам с речевой патологией выражать и проявлять разные эмоции, совершенствовать выразительные средства общения: пластику, мимику, речь.

Развитие речи старших дошкольников с ОНР по «логосказкам» включает несколько направлений [5]:

- активность (расширение и обогащение образных лексических средств и положительных эмоциональных проявлений посредством самовыражения в деятельности);
- самостоятельность (ориентация в средствах языковой выразительности и проблемных ситуациях для достижения самосовершенствования в речи);
- творчество (имитация эмоциональных действий и выразительных средств через совместное состояние словесных описаний в процессе восприятия этюдов, музыкальной композиции);
- эмоциональность (эмоциональное проявление сказочных образов через адекватное реагирование собственного опыта в действии, ритме и слове к пониманию эмоций других и замещению на продуктивный стиль поведения);
- произвольность (погружение в эмоциональное состояние сказочных персонажей и осмысление образных выражений через собственную оценку);
- связная речь (реализация словесных высказываний посредством рассуждений в ходе исполнения этюдов, введение ритма сказочных образов через сюжетно-творческую импровизацию);

- смысловое чтение (с помощью словарного запаса дети с ОНР учатся читаться и понимать тексты, которые прочитали).

Кроме этого, необходимо помнить, что для полноценного развития и обучения старших дошкольников с ОНР целесообразно использовать наглядность. Это связано с быстрой утомляемостью и с неустойчивостью внимания. Практика показывает, что красочно подобранный иллюстрированный дидактический материал способствует формированию положительного отношения к учебной деятельности у детей с ОНР и в значительной степени оказывает большое влияние, как на коррекцию звукопроизношения, так и на развитие и активизацию словарного запаса.

В настоящее время выделяют следующие виды логосказок [4]:

- артикуляционные;
- пальчиковые (развитие кинестетических навыков);
- фонетические (формирование знаний об артикуляционном укладе каждого звука);
- лексико-грамматические: (расширение словарного запаса ребенка);
- сказки, направленные на развитие связной речи и обучения грамоте.

По итогам проведенного анализа по проблеме понимания текста детьми с системным недоразвитием речи, констатируется, что к школьному возрасту у обучающихся данной категории, основные психологические предпосылки понимания текста оказываются на недостаточном уровне сформированности, что обуславливает значительные трудности в усвоении ими учебного материала. В то же время, теория и практика коррекционной работы нуждается в углубленном изучении актуального вопроса на сегодняшний день для выявления особенностей, механизмов нарушений процесса восприятия текста детьми младшего и старшего школьного возраста с ОНР и определения эффективных путей коррекции этих недостатков. Возможным решением данной проблемы является применение логосказки, как средства преодоления комплекса трудностей в понимании читаемой информации.

1. Аксенова А. К. Методика обучения русскому языку в специальной (коррекционной) школе: учеб. для студ. дефектол. фак. педвузов. Москва, 2004. 316 с.
2. Алмазова А. А. Образование школьников с нарушениями речи: вариативный подход // Коррекционно-развивающее и специальное образование: инновации, перспективы, проблемы: материалы международной заочной научно-практической конференции / под общ. ред. Н. Г. Калашниковой, Г. Ф. Кумариной, В. В. Гладкой [и др.]. Барнаул, 2012. С. 127-129.
3. Жукова Н.С. Логопедия. Основы теории и практики / Н.С. Жукова, Е.М. Мастюкова, Т.Б. Филичева. – Москва: Эксмо, 2021. – 288 с.
4. Жулина Е.В. Логосказки как средство коррекции речевых нарушений у детей / Е.В. Жулина, И.В. Медведская // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – 65с. (Электронный ресурс).
5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Игры в сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева, Т.М. Грабенко. – СПб.: Речь, 2006. - 208 с.

Чимаров С.Ю.

Руминация как когнитивный процесс и некоторые рекомендации по ее минимизации для личности сотрудника полиции

*Санкт-Петербургский университет МВД России
(Россия, Санкт-Петербург)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-68

Аннотация

В статье представлено исследование проблемного поля деструктивного воздействия на личность сотрудника полиции руминативного аспекта, сущностная основа которого сопряжена с вопросом переживания отмеченным должностным лицом предыдущего опыта служебной деятельности, в контексте осознания сотрудником отдельных моментов негативного характера,

способствующих переводу его в состояние стресса. Рассматривая устойчивость к стрессу каждого сотрудника отмеченной правоохранительной институции, автор акцентирует внимание на целесообразности учета психологического портрета личности и некоторых моментах рекомендательного порядка по блокированию негативных последствий влияния на психику человека процесса когнитивной руминации.

Ключевые слова: психология, психологическая травма, руминация, депрессия, личность, стресс, перфекционизм, сотрудник полиции.

Abstract

The article presents a study of the problem field of the destructive impact on the personality of a police officer of the ruminative aspect, the essential basis of which is associated with the issue of the official's experience of previous work experience, in the context of the employee's awareness of certain aspects of a negative nature that contribute to his transfer into a state of stress. Considering the resistance to stress of each employee of the noted law enforcement institution, the author focuses on the advisability of taking into account the psychological portrait of the individual and some points of recommendations for blocking the negative consequences of the influence of the process of cognitive rumination on the human psyche.

Keywords: psychology, psychological trauma, rumination, depression, personality, stress, perfectionism, police officer.

Особенности профессиональной деятельности личного состава полиции и ее устойчивое сопряжение с высоким уровнем психологического и физического напряжения, которому подвержен каждый практический работник отмеченной правоохранительной институции, определяют глубину и многовекторность психоэмоционального воздействия на личность сотрудника полиции (далее – сотрудник), сопряженного с нанесением ему различного рода психологических травм. К числу указанных травм относятся, к примеру, операционно-стрессовые травмы (далее – ОСН). Данные травмы могут быть определены в качестве устойчивых психологических барьеров, появление которых нарушает привычный уклад жизни сотрудника и сопровождается наступлением депрессии, посттравматического стрессового расстройства, тревоги и стремления к употреблению алкоголя, различных психоактивных веществ и др.

Выявляя подверженность сотрудников служб экстренного реагирования, включая полицию, различным событиям психотравмирующего порядка, зарубежные психологи Дж.Ф. Чан и Дж.П. Андерсен на примере муниципальной/провинциальной полиции и Королевской горной полиции Канады констатируют о значительном превышении показателя распространенности ОСН (15–26%) среди данной категории сотрудников, по сравнению с аналогичным показателем для населения страны в целом (10%) [4, р. 496]. При этом важно обратить внимание на то обстоятельство, что наряду с физическими травмами сотрудников, их усталостью, восприятием ими фактов жестокого обращения с людьми и т.п., на личность «солдата правопорядка» влияют стрессоры организационного порядка (отсутствие поддержки со стороны руководства, дискриминация, стигма, внутренние расследования, ограниченность ресурсов и плохие рабочие отношения), относящиеся к разряду психологически опасных и сочетаемые с наличием критических инцидентов на местах [6]. Наряду с отмеченным, своеобразное восприятие со стороны общества субкультуры полицейских формирований и размышления по этому поводу со стороны личного состава полиции также синергически повышают риск распространения ОСН [4, р. 497]. В данном случае под размышлением понимается психологическая руминация (лат. «*guminatio*» - «повторение», «пережевывание»), выраженная в постоянстве когнитивного процесса повторения человеком или «прокручивания» им в своем сознании каких-либо моментов прежнего опыта.

В специальной литературе по психологии руминация оценивается как навязчивый тип мышления, при котором одни и те же мысли постоянно возникают в голове человека, вытесняя все другие виды психической активности и приводя его к умножению своих переживаний [1].

Для случая систематического повторения личностью картины персонального негативного опыта, руминация приобретает депрессивную форму.

В соответствии с выводом ряда зарубежных специалистов-психологов, когнитивная руминация в наибольшей степени приемлема для личности перфекционистской направленности, которой присущи автоматические мысли о необходимости быть идеальной в своем поведении. При этом на основе анализа проведенных исследований по «Опроснику когнитивных способностей перфекционизма» (англ. «Perfectionism Cognitions Inventory», PCI), методология которого направлена на выявление у личности соотношения между своим реальным «я» и идеальным «я», заключается об особой подверженности именно личности-перфекциониста «негативному аффекту в виде депрессии по поводу неспособности достичь совершенства в прошлом, а также в форме тревоги по поводу вероятности не достичь совершенства в будущем» [5, р. 801].

Как представляется, указанному выводу корреспондирует осознание сотрудником полиции эвентуальности ситуации, сопряженной с неудачей или совершением ошибки и сопровождаемой переводом его в состояние стресса или тревожности. Данное замечание свидетельствует о целесообразности профилактической работы по минимизации деструктивного воздействия на личность сотрудника органов внутренних дел патологических проявлений перфекционизма отрицательной направленности [3, с. 35 – 36].

Рассмотрев деструктивный потенциал когнитивной руминации и его негативное воздействие на сотрудника полиции, следует обратить внимание на некоторые рекомендации, целеполагание которых ориентировано на минимизацию негативных последствий рассмотренного процесса для личности сотрудника полиции. К перечню указанных рекомендаций могут быть отнесены:

- 1) снятие психо-эмоционального напряжения на личность, в первую очередь, посредством переноса усилий человека на решение задач, имеющих прямое отношение к области, «отдаленной» от области непосредственного переживания;
- 2) задействование потенциала механизма самоконтроля личности за своими переживаниями и овладение методикой переключения фокуса внимания человека на иные проблемы;
- 3) оказание необходимой психологической поддержки человеку со стороны его ближайшего окружения (семья, друзья, коллеги по работе, и др.);
- 4) организация полноценного отдыха, включая отдых на природе, что коррелирует положительному влиянию воздействия природы на размышления человека и неадаптивную модель самореферентного мышления, связанную с повышенным риском депрессии и других психических заболеваний [2].

Резюмируя изложенное, необходимо сформулировать следующие выводы:

1. Основными причинами когнитивных руминаций являются:
 - 1) стрессовые состояния личности, обусловленные наличием прочных эмоциональных связей между произошедшим событием и размышлением человека о его последствиях или о своей роли в этом событии;
 - 2) полученные травмы, сильные потрясения психики, различного рода душевные переживания, и т.п.;
 - 3) навязчивые размышления над собственными неудачами или ошибками, вызванные склонностью личности к перфекционизму и заниженной самооценкой;
 - 4) особенности функционирования мозга человека, связанные с наличием связи между высокой активностью миндалевидного тела мозга и руминациями (повторяющимися размышлениями).
2. Деструктивный характер когнитивных руминаций для функционирования личности проявляется в появлении разрушающих психику человека

различного рода переживаний, возникновении проблем со сном, снижении мотивации и как, следствие, к «размыванию» фокуса при совершении определенных действий.

3. Отмеченные выводы имеют прямое отношение к организации психологической работы с личным составом полиции, профессиональная область деятельности которой требует повышенного внимания к поддержанию высокого уровня психического здоровья каждого сотрудника.

1. Руминация // Психологический словарь. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.psycholok.ru/dictionary/rumination.html>
2. Федюкович Д. Откуда ваши навязчивые мысли и как с ними справиться? 5 способов победить руминации. 01 сентября 2023. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.championat.com/lifestyle/article-5225747-cto-takoe-ruminaciya-v-psihologii-i-kak-ot-neyo-izbavitsya-sovety-i-instrumenty-ot-psihologa.html>
3. Чимаров С.Ю. Психологический подход к минимизации деструктивного воздействия перфекционизма на личность сотрудника органов внутренних дел // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2022. – № 12-4(75). – С. 35 – 37.
4. Chan J.F., Andersen J.P. Influence of organizational stress on reported depressive symptoms among police // Occupational Medicine. – 2020. – Volume 70. Pp. 496 – 502.
5. Flett G.L., Hewitt P.L. Perfectionism and Perfectionistic Self-Presentation in Social Anxiety // Social Anxiety. Clinical, Developmental, and Social Perspectives. 2014. Pp. 801–818. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.sciencedirect.com/topics/medicine-and-dentistry/cognitive-rumination>
6. Ricciardelli R. «Risk it out, risk it out»: occupational and organizational stresses in rural policing // Police. – 2018. – Volume 21. – Pp. 415 – 439.

Чозгиян О.П.

Актуальные проблемы организации наставничества на этапе профессиональной подготовки будущих учителей (уровень – СПО)

*Московский городской педагогический университет,
Институт среднего профессионального образования им. К.Д. Ушинского
(Россия, Москва)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-69

Аннотация

В статье раскрывается смысловое содержание обобщенных подходов к определению понятия «наставничество», раскрываются содержательные, организационные и методические аспекты организации наставничества на этапе профессиональной подготовки будущих учителей (уровень – СПО). Методологическую основу статьи составляют труды Ф.А. Сальковой, Е.Г. Черниковой, Н.Р. Ящук. Методы: ретроспективный анализ научно-педагогической литературы; системно-функциональный анализ педагогического опыта по организации практики, моделирование практической профессиональной подготовки будущих учителей. Результатом является разработанные рекомендации по организации практики наставничества в ходе подготовки будущих учителей уровня начального общего образования. Статья будет полезна преподавателям уровня среднего профессионального образования, осуществляющим профессиональную подготовку специалистов по профилю специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах, а также представителям работодателя, руководителям образовательных организаций и учителям-практикам.

Ключевые слова: наставничество, наставник, наставляемый, профессиональная подготовка, учитель начальных классов, работодатель.

Abstract

The article reveals the semantic content of generalized approaches to the definition of the concept of "mentoring", reveals the substantive, organizational and methodological aspects of the organization of mentoring at the stage of professional training of future teachers (level – secondary

vocational training). The methodological basis of the article is the works of F.A. Salkova, E.G. Chernikova, N.R. Yaschuk. Methods: retrospective analysis of scientific and pedagogical literature; system-functional analysis of pedagogical experience in the organization of future teachers' practical professional training. The result is the developed recommendations on the organization of mentoring practices during the training of future teachers at the primary education stage. The article will be useful for teachers of secondary vocational education who are engaged in professional training of specialists in the specialty 44.02.02 Primary school teaching, as well as representatives of the employer, heads of educational organizations and working teachers.

Keywords: mentoring, mentor, mentored, professional training, primary school teacher, employer.

Становление и развитие уровня компетентности в области освоения педагогической профессии – непрерывный длительный процесс. Особенно важным является освоение педагогического опыта в первые годы погружения в атмосферу специальности, проявления уровня квалификации, опоры на положительный опыт достижений и определение типовых затруднений с перспективой определения путей личностного и профессионального развития. Психологическая поддержка, педагогическое консультирование, в целом сопровождение начинающего педагога со стороны наставника – необходимые условия для проявления и развития уровня профессиональной компетентности педагога, основа для опоры на положительное и веры в успех.

Смысловое содержание обобщенных подходов к определению понятия «наставник» раскрывается как специально подготовленное лицо, педагогический работник образовательной организации, который реализует задачи наставнической деятельности, среди которых создание условий для профессионально-личностного самоопределения начинающего путь освоения педагогической профессии специалиста, обеспечение профессиональной адаптации, непрерывности реализации личностного и профессионального потенциала, приобщение к самообразованию начинающего учителя. Наставляемый выступает в качестве участника совместной деятельности в системе наставничества, последовательно и непрерывно осваивает путь самоопределения, закрепления положительного опыта и преодоления типовых затруднений в профессии, а также направление осознанного выбора собственной траектории развития и саморазвития в педагогической деятельности.

Организация практики наставничества, определение условий эффективности наставничества – одно из актуальных и востребованных направлений педагогической теории и практики. Актуальность обозначенной темы подчеркивается в ряде работ, среди которых исследование Е.Г. Черниковой, в котором подчеркивается противоречие между соответствием уровня профессиональной подготовки педагога реальному уровню компетентности, отражающему запросы положений профессионального стандарта педагога. Так, у начинающего путь освоения профессии специалиста вызывает затруднения решение и теоретическое обоснование практических задач в видоизмененных условиях, владение технологиями проектирования, организации и анализа видов профессиональной деятельности. Н. Р. Ящук и О. Д. Фёдоров [Ящук, Федоров, 2021] определяют совокупность ролей наставника в педагогической деятельности. Это такие роли, как: наставник-консультант; наставник-ментор; наставник-андрагог; наставник-методист. Модели сотрудничества, общения и взаимодействия наставника и наставляемого реализуются в рамках выполнения наставником функций от проведения консультирования наставляемого по запросу через комплексное сопровождение реализации личностного и профессионального потенциала и психолого-педагогическую поддержку к методическим аспектам совместной деятельности.

В практике наставничества велика роль диагностики достижений, сильных сторон личностного и профессионального развития, профессиональных интересов и профессиональных дефицитов с последующим совместным обсуждением итогов диагностики и выстраивания продуктивного диалога в системе «наставник-наставляемый» по определению перспектив, планов на будущее и желаемых результатов. Проектирование персонально-

ориентированной траектории личностного и профессионального роста – важнейшее условие результативности организованной практики наставничества: определение и формулировка цели, задач, результата, станций и логики движения; составление детального плана и ресурсных «карт» индивидуального маршрута профессионального и личностного развития молодого/ начинающего сотрудника; определение планируемых промежуточных результатов и форм продуктов совместной деятельности; составление Рефлексивного дневника.

Положительный опыт организованной практики наставничества на этапе профессиональной подготовки будущих учителей (уровень – СПО) имеют такие направления деятельности, как: наставничество в системах «преподаватель – молодой специалист», «преподаватель – студент», «работодатель – студент», «студент уровня ВО – студент уровня СПО», где приоритетными становятся последовательная реализация индивидуального маршрута профессионального и личностного развития молодого/ начинающего сотрудника, проведение промежуточной диагностики и рефлексии, фиксация данных, определение вариантов корректировки; совместная деятельность по созданию вариативной профессиональной образовательной (учебной) среды; организация работы с ресурсной картой и Рефлексивным дневником; продуктивный диалог наставника с наставляемым по динамике происходящих изменений в области совершенствования профессиональных компетенций; анализ и самоанализ уровня достижений по пройденному пути совершенствования профессиональных компетенций (основа – продуктивный проблемный диалог и сотрудничество в определении перспектив развития); фиксация достигнутых результатов для определения перспективных направлений развития, в том числе в области развития самооценки, умения рефлексировать выбор способов действий, достижения поставленных задач, самопрезентации [Чозгиян, 2012].

Основными этапами организации наставничества являются: диагностический, проектировочный, реализационный (процессуальный) и аналитический (рефлексивный). Во взаимодействии с преподавателями и учителями-практиками уровня начального общего образования, руководством образовательной организации, выступающими в качестве наставников будущих учителей комплексно решаются такие задачи, как: развитие основ педагогического общения и коммуникативных навыков, обучение способам целенаправленного и обоснованного построения общения в разных ситуациях и видоизмененных условиях; развитие личностной рефлексии, самосознания, основ творческой самореализации и проектирования профессиональной биографии; формирование целостного представления о себе в профессии, образа будущей профессии и себя в профессии [Сальникова, 2022].

В ходе осуществления практики наставничества поэтапно организуется процесс, включающий такие составляющие, как: знакомство с закономерностями построения процессов общения, выявление и анализ основных психолого-педагогических проблем, характерных для проектирования, организации и анализа результатов образовательного процесса; составление конкретных планов мероприятий и программ действий.

Во взаимодействии с работодателями в системе организуется цикл проблемных семинаров «Опыт. Рефлексия. Постановка перспектив развития», «Самообразование», «Новые знания. Новые проекты. Непрерывность образования и самообразования», проводятся совместные тренинги и проекты, дискуссии по проблемам психологии и педагогики, происходит обобщение получаемых результатов в виде публикаций, докладов на студенческих конференциях. Особый акцент в системе наставничества сделан на проведение организованных бесед со студентами о выборе профессии, о специфике труда педагога и актуальных проблемах педагогической деятельности на современном этапе; дискуссии с наставниками о собственных желаниях, намерениях, планах, возможностях и ограничениях; обсуждение своей индивидуальной образовательной траектории; обсуждение с наставниками поэтапной реализации личных планов профессионализации, их коррекция, подведение итогов, обратная связь [Чозгиян, 2020]. Формами текущего контроля и оценки достижений наставляемого выступают портфолио достижений, а также персонально-ориентированная модель/ траектория профессионального и личностного роста.

Таким образом, наставничество на этапе профессиональной подготовки будущих учителей (уровень – СПО) последовательно и целенаправленно создает необходимые предпосылки для формирования профессионального педагогического самосознания,

повышения уровня самоопределения и осознания образа себя в профессии у будущего учителя, а также комплекс условий, направленных на решение задач выявления профессиональных дефицитов у молодых/ начинающих педагогов, а также становления и развития общих и профессиональных компетенций специалиста и реализации персонально-ориентированной траектории профессионального роста в ходе организации сопровождения со стороны наставников.

1. Салькова, Ф. А. Образы педагогов-наставников в восприятии будущих педагогов / Ф. А. Салькова // Colloquium-Journal. – 2022. – № 2-2(125). – С. 46-47. – DOI 10.24412/2520-6990-2022-2125-46-47. – EDN OGDSPL.
2. Чозгиан, О. П. Взаимодействие с работодателями на этапе профессиональной подготовки как практика самоизменения будущих учителей / О. П. Чозгиан // Культурно-исторические тенденции развития профессиональной деятельности : Материалы международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 декабря 2020 года. – Москва: Общество с ограниченной ответственностью "Агентство социально-гуманитарных технологий", 2020. – С. 43-46. – EDN AMKLHX.
3. Чозгиан, О. П. Организационно-педагогические условия формирования субъектной профессиональной позиции будущих учителей / О. П. Чозгиан // К. Д. Ушинский и национальное образование: исторические уроки, идеи и современность : материалы XXV Межрегиональных педагогических чтений, посвященных великому русскому педагогу К. Д. Ушинскому, Москва, 25 марта 2021 года. – Москва: Московский городской педагогический университет, 2021. – С. 72-74. – EDN RKPIXP.
4. Чозгиан, О. П. Проблемы профессиональной позиции субъектности и специфика мотивации студента педагогического колледжа / О. П. Чозгиан // Среднее профессиональное образование. – 2012. – № 3. – С. 24-27. – EDN OWMOBL.
5. Чозгиан, О. П. Проектирование индивидуальной образовательной траектории будущих учителей при организации практики в системе среднего профессионального образования / О. П. Чозгиан, Н. В. Штильман // Среднее профессиональное образование. – 2022. – № 4(320). – С. 36-40. – EDN WOZIPY.
6. Чозгиан, О. П. Формирование когнитивно-деятельностного компонента субъектной профессиональной позиции будущих учителей / О. П. Чозгиан // Вестник МГПУ. Серия: Современный колледж. – 2022. – № 1(1). – С. 51-69. – EDN QZNXVR.
7. Ящук, Н. Р. Наставники молодых учителей в современной школе: штрихи к типологии / Н. Р. Ящук, О. Д. Федоров // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. – 2021. – № 3(48). – С. 118-130.

Шемилева М.С-А.¹, Сапарбиев А.Ш.², Зулкарнаева П.Л.³

Интеграция информационных технологий в учебный процесс по английскому языку

^{1,2}ФГБОУ ВО «Чеченский государственный университет имени А.А. Кадырова»
(Россия, Грозный)

³ФГБОУ ВО «Грозненский государственный нефтяной
технический университет им. акад. Миллионщикова»
(Россия, Махачкала)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-70

Аннотация

В данной статье рассматривается интеграция информационных технологий в процесс обучения английскому языку. Рассматриваются преимущества и проблемы, связанные с внедрением технологий в процесс изучения языка, включая повышение мотивации, вовлеченности и доступа к аутентичным ресурсам. В статье также рассматриваются различные виды технологий, которые могут быть использованы в процессе изучения языка, такие как онлайн-платформы, мобильные приложения и виртуальная реальность. Кроме того, подчеркивается важность подготовки и поддержки преподавателей для эффективной интеграции технологий в учебные аудитории. В статье подчеркивается необходимость дальнейших исследований и сотрудничества для полного использования потенциала информационных технологий в процессе обучения английскому языку.

Ключевые слова: интеграция, информационные технологии, изучение английского языка, процесс.

Abstract

This article discusses the integration of information technology into the English language learning process. The advantages and problems associated with the introduction of technology into the language learning process are considered, including increasing motivation, engagement and access to authentic resources. The article also discusses various types of technologies that can be used in the process of learning a language, such as online platforms, mobile applications and virtual reality. In addition, the importance of training and supporting teachers for the effective integration of technology into classrooms is emphasized. The article emphasizes the need for further research and cooperation to fully utilize the potential of information technology in the process of teaching English.

Keywords: integration, information technology, learning English, the process.

В последние годы в сфере образования произошли значительные изменения благодаря интеграции информационных технологий. Эта интеграция оказала глубокое влияние на различные аспекты образования, включая преподавание и изучение английского языка как второго языка. Изучение английского языка традиционно основывалось на учебниках, аудиторных лекциях и лингафонных кабинетах. Однако появление информационных технологий произвело революцию в способах преподавания и изучения английского языка, сделав этот процесс более интерактивным, увлекательным и эффективным[1].

Одним из наиболее значительных преимуществ интеграции информационных технологий в процесс изучения английского языка является доступность широкого спектра онлайн-ресурсов. Теперь студенты имеют доступ к множеству веб-сайтов, приложений и онлайн-платформ, которые предлагают интерактивные упражнения, уроки грамматики, словарные тесты и руководства по произношению. Эти ресурсы не только улучшают понимание учащимися языка, но и предоставляют им возможность практиковать и применять свои знания в реальных контекстах. Более того, к этим онлайн-ресурсам можно получить доступ в любое время и в любом месте, что позволяет студентам учиться в удобном для них темпе[2].

Еще одним преимуществом интеграции информационных технологий в изучение английского языка является включение мультимедийных элементов. Традиционные методы обучения часто полагаются на статичные материалы, такие как учебники и рабочие листы, которые могут не соответствовать разнообразным стилям обучения и предпочтениям учащихся. Однако благодаря интеграции информационных технологий учителя теперь могут включать в свои уроки мультимедийные элементы, такие как видео, аудиоклипы и интерактивные игры. Эти мультимедийные элементы не только делают процесс обучения более увлекательным и приятным, но также способствуют лучшему пониманию и сохранению языка[3].

Кроме того, интеграция информационных технологий в изучение английского языка способствует совместному обучению и общению. Онлайн-платформы и инструменты, такие как дискуссионные форумы, видеоконференции и социальные сети, позволяют учащимся взаимодействовать и сотрудничать со своими сверстниками как в классе, так и за его пределами. Это способствует развитию чувства общности и предоставляет студентам возможность практиковать свои навыки английского языка в аутентичных ситуациях общения. Совместное обучение не только повышает уровень владения языком учащимися, но и развивает их критическое мышление, навыки решения проблем и командной работы, которые необходимы для рабочей силы 21-го века.

Кроме того, интеграция информационных технологий в изучение английского языка позволяет получить персонализированный и адаптивный опыт обучения[4]. Онлайн-платформы и системы управления обучением могут отслеживать прогресс учащихся, выявлять их сильные и слабые стороны, а также предоставлять персональные рекомендации и обратную связь. Такой адаптивный подход к обучению гарантирует, что каждый учащийся получает индивидуальное обучение и поддержку, что максимизирует результаты его обучения. Более того, интеграция информационных технологий позволяет учителям

дифференцировать свое обучение в зависимости от индивидуальных потребностей, интересов и стилей обучения учащихся, удовлетворяя разнообразные потребности класса[5].

Несмотря на многочисленные преимущества, интеграция информационных технологий в изучение английского языка также создает некоторые проблемы[6]. Одной из главных проблем является цифровой разрыв, который означает неравный доступ к технологиям и Интернету среди студентов. Не все учащиеся могут иметь доступ к компьютерам, смартфонам или надежному подключению к Интернету, что может помешать их участию в онлайн-обучении. Чтобы решить эту проблему, школам и образовательным учреждениям необходимо обеспечить равный доступ к технологиям и оказать поддержку учащимся, которые могут не иметь доступа к этим ресурсам дома[7].

Интеграция информационных технологий в процесс изучения английского языка произвела революцию в способах преподавания и изучения английского языка. Он предоставил учащимся доступ к широкому спектру онлайн-ресурсов, облегчил включение мультимедийных элементов, способствовал совместному обучению и общению, а также обеспечил возможность персонализированного и адаптивного обучения. Тем не менее, крайне важно решить проблемы, связанные с цифровым неравенством, чтобы гарантировать, что все учащиеся смогут извлечь выгоду из интеграции информационных технологий в изучение английского языка. Благодаря постоянному развитию технологий будущее изучения английского языка открывает еще более захватывающие возможности как для учителей, так и для студентов[8].

В современную цифровую эпоху информационные технологии значительно изменили способы общения, обучения и взаимодействия. Это особенно актуально в сфере образования, где технологический прогресс произвел революцию в процессах преподавания и обучения по различным дисциплинам. В контексте обучения английскому языку интеграция информационных технологий предоставила преподавателям и студентам широкие возможности для улучшения изучения языка, коммуникативных навыков и понимания культуры.

Преимущества интеграции информационных технологий в процесс обучения английскому языку.

Интеграция информационных технологий в процесс обучения английскому языку дает множество преимуществ как преподавателям, так и студентам. Некоторые из основных преимуществ включают:

Улучшение языковых навыков: Средства информационных технологий, такие как программное обеспечение для изучения языка, онлайн-ресурсы и мультимедийный контент, позволяют учащимся погрузиться в языковую среду и развить навыки говорения, аудирования, чтения и письма в более интерактивной и увлекательной манере.

Глобальная коммуникация: С помощью цифровых платформ студенты могут общаться со сверстниками и носителями языка со всего мира, что позволяет им практиковать свои навыки владения английским языком в реальных условиях и получать ценные знания о культуре.

Персонализированное обучение: Технологии позволяют создавать персонализированные и адаптивные учебные курсы, в которых студенты могут работать в своем собственном темпе, получать немедленную обратную связь и доступ к специальным ресурсам, основанным на их индивидуальных потребностях в обучении.

Увлекательная учебная среда: Интерактивные доски, образовательные приложения и мультимедийные ресурсы позволяют создать динамичную и интерактивную учебную среду, которая вызывает интерес учащихся и поддерживает их мотивацию к изучению английского языка.

Применение в реальном мире: Интеграция технологий в процесс обучения английскому языку позволяет преодолеть разрыв между аудиторным обучением и реальными приложениями, поскольку студенты могут получить доступ к аутентичным

языковым материалам, новостным статьям, видео и материалам социальных сетей, чтобы применить свои языковые навыки в практических контекстах. Проблемы интеграции информационных технологий в процесс обучения английскому языку

Проблемы интеграции информационных технологий в процесс обучения английскому языку

Несмотря на то, что интеграция информационных технологий дает множество преимуществ, она также создает некоторые уникальные проблемы, которые преподаватели должны решать. К ним относятся:

Доступ и равенство:

Не все учащиеся имеют равный доступ к технологиям дома, что может привести к неравенству в возможностях обучения. Педагогам необходимо следить за тем, чтобы интеграция технологий не усугубляла цифровой разрыв и обеспечивала адекватную поддержку для всех учащихся.

Технические проблемы: Технические сбои, проблемы с подключением к Интернету и совместимостью программного обеспечения могут нарушить учебный процесс, что требует от педагогов наличия необходимых навыков устранения неполадок и систем поддержки.

Цифровая грамотность: как преподаватели, так и учащиеся должны обладать навыками цифровой грамотности, чтобы эффективно использовать технологии для изучения языка. Для того чтобы преподаватели могли эффективно внедрять технологии в свою педагогическую практику, могут потребоваться программы профессионального развития и обучения.

Чрезмерная зависимость от технологий: Существует риск чрезмерного увлечения технологиями, что может привести к снижению навыков критического мышления и человеческого взаимодействия. Преподаватели должны найти баланс между использованием технологий в качестве инструмента и поощрением общения и взаимодействия лицом к лицу.

Эффективные стратегии интеграции для обучения английскому языку

Чтобы успешно интегрировать информационные технологии в процесс обучения английскому языку, преподаватели могут использовать следующие стратегии:

Смешанные подходы к обучению: Сочетание очного обучения с онлайн-обучением, что позволяет сделать процесс обучения более гибким и персонализированным.

Модель "перевернутого класса": Использование технологий для передачи учебного контента вне класса, что позволяет посвятить время в классе интерактивным занятиям, обсуждениям и языковой практике.

Мультимедийные проекты: Включайте мультимедийные проекты, такие как видеопрезентации, подкасты и цифровые рассказы, для развития языковых навыков и творческих способностей учащихся.

Цифровые лингафонные кабинеты: Используйте программное обеспечение для изучения языка и цифровые языковые лаборатории, чтобы обеспечить интерактивную языковую практику и упражнения на произношение.

Платформы для совместной работы в режиме онлайн: Привлекайте учащихся к совместному написанию текстов, редактированию и обсуждению с помощью онлайн-платформ, развивая навыки сотрудничества и цифровой коммуникации.

1. Бабешко В.Н., Набиуллина А.Р. Автоматизированный контроль качества обучения // Инновационная наука. - 2015. - №9. - с.243-244.
2. Надеина Е.В. Использование ИТ технологий в учебном процессе [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://nsportal.ru>.

3. Григорьев С.Г., Гриншкун В.В. Учебник - шаг на пути к системе обучения "Информатизации образования". // В сборнике научных трудов "Проблемы школьного учебника". / Научно-методическое издание. М.: ИСМО РАО, - 2015. С. 219-222.
4. Гриншкун В.В. Григорьев С.Г. Образовательные электронные издания и ресурсы. // Учебно-методическое пособие для студентов педагогических вузов и слушателей системы повышения квалификации работников образования. / Курск: КГУ, Москва: МГПУ - 2014, 98 с
5. Дергачева Л.М. Активизация учебной деятельности школьников при изучении информатики на основе использования дидактических игр. // Автореф. дис. канд. пед. наук. / М., - 2017
6. Лукас Э. Логотерапия и экзистенциальный анализ: человеческие идеи и методы. М.: Когито-центр, 2020.
7. Щеголева Н.Г., Мальсагов Т.Г. Цифровые технологии в экономике и экологии «Умных городов» // Проблемы теории и практики управления. 2019. № 3–4. С. 12–22.
8. Семенов В. Революция в экологической сфере: Как ИИ преобразует наш подход к сохранению природы. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://ru.linkedin.com/pulse/> (дата обращения 31.10.2023 г.).

Шумилкина Е.И.

Использование кейс-технологии в процессе обучения говорению старших школьников на уроках английского языка

*Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского
(Россия, Калуга)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-71

Аннотация

Статья посвящена проблеме использования кейс-технологии в формировании иноязычных коммуникативных умений при обучении говорению английскому языку учащихся старшей школы.

Ключевые слова: кейс-метод, case study, иностранный язык, интерактивный метод обучения, синергетическая технология, коммуникативная компетенция.

Abstract

The article is devoted to the problem of using case technology in the formation of foreign language communication skills in teaching English to high school students.

Keywords: case method, case study, foreign language, interactive teaching method, synergetic technology, communicative competence.

Обучение монологической речи является трудной задачей, так как в практике преподавания иностранного языка часто встречаются такие случаи, когда учащийся не может самостоятельно ответить или выступить с речью на английском языке, то есть он не может сформулировать и выразить свои мысли на языке. Данная проблема встречается не только у учащихся начального и среднего звена, но и учащихся старших классов, что затрудняет дальнейшее обучение в учреждениях среднего профессионального образования и в ВУЗах.

Одним из средств решения данной проблемы выступает кейс-технология, которая обладает огромным потенциалом в формировании коммуникативной компетенции. Если в течение учебного года данная технология применяется неоднократно, то у учащихся вырабатывается устойчивый навык говорения на иностранном языке. Рассмотрим, в чем заключается её суть и как она применяется при обучении.

В современном мире кейс-технология широко используется в различных сферах, в том числе и в сфере преподавания. Кейс-технология (Case study) – это техника обучения, использующая описание реальных экономических и социальных ситуаций (от англ. case – «случай»). Под ситуацией (кейсом) принято принимать письменное описание любой конкретной реальной ситуации.[6]

При этом какая ни была бы ситуация, она должна соответствовать списку требований, а именно:

- 1) быть приближенной к реальной жизни;

- 2) учитывать накопленный жизненный опыт учеников, а также будущие жизненные ситуации старших школьников;
- 3) предоставлять возможность интерпретации с точки зрения участников;
- 4) содержать в себе проблемную ситуацию;
- 5) быть обозреваемой и решаемой в условиях временных рамок и индивидуальных знаний школьников;
- 6) предполагать различные варианты решения . [5]

Существуют две классические школы «case study» - Гарвардская (американская) и Манчестерская (европейская). В рамках первого подхода использование метода «case study» нацелено на обучение поиску единственно правильного решения. Второй подход направлен на поиск многовариантного решения проблемы. [1]

В основе кейс-технологии лежат принципы проблемно-ориентированного обучения, основным методом обучения является проблемно-ситуационный анализ.

Суть кейс-метода заключается в том, что группа учащихся, проанализировав конкретную ситуацию, должна найти способы решения поставленной задачи и разработать соответствующий алгоритм действий. Решение проблемы в кейсе чаще всего имеет несколько способов, одного правильного решения, как правило, не существует. Отсюда следует, что в ходе обсуждения ситуации, учениками могут быть выдвинуты несколько альтернативных решений.

Работая с кейсами, обучающиеся учатся принимать правильные решения и применять теоретические знания в конкретной ситуации речевого общения, могут оценить и выбрать лучший вариант для решения проблем. Эти навыки необходимы обучающимся в реализации чтения, говорения, письма и аудирования при выполнении заданий ЕГЭ по английскому языку.

Так при использовании кейс-метода на уроках английского языка необходимо учитывать особенности иноязычной деятельности, которая осуществляется в следующей последовательности:

- обсуждение полученной информации, содержащейся в кейсе;
- выделение наиболее важной информации;
- обмен мнениями и составление плана работы над проблемой;
- работа над проблемой (дискуссия);
- выработка решения проблемы;
- дискуссия для принятия окончательного решения;
- подготовка доклада;
- аргументированный краткий доклад.

Данный метод успешно применяется нами на уроках английского языка в 10 классе. Например, при изучении темы: «Success in Business», мы предлагаем обучающимся следующий кейс.

Описание практического случая с уже имеющимся решением, которые учащиеся еще не знают. Они должны предложить собственное решение, проанализировав ситуацию и найти дополнительную информацию. Подготовка к кейсу предполагает работу с необходимым лексическим и грамматическим материалом. Кроме того, дается задание обучающимся, выступающим в роли экспертов, найти дополнительную информацию. Работа над кейсом имеет следующие стадии:

- 1) Ознакомление с представленной ситуацией (Background)
- 2) Работа в группах (Choose one of the roles – Director General of Blaenavon Iron & Steel Company, Chairman of board of directors, 2 senior managers, an expert; study all pros and cons of closing the ironworks (cards); hold the meeting and discuss pros and cons of closing the ironworks, listen to the expert's opinion and give your point of your; decide whether or not close the ironworks, if necessary vote; chairman of board of directors has a decisive voice.
- 3) Представление результатов (Announce your decision and give reasoning.)

- 4) Просмотр 3 минутного видео ролика, рассказывающего о том, что предприятие все-таки было закрыто, и о последствиях этого решения.
- 5) Заключительная дискуссия.

Кейс активизирует учеников, развивает аналитические и коммуникативные способности, дает возможность использовать освоенный лексический и грамматический материал в неподготовленной речи, позволяет им познакомиться с мировым культурным и научным наследием

Анализируя опыт использования кейс-метода можно сделать так же вывод, что для успешной работы с кейсами ученикам необходим определённый запас знаний, достаточно высокий общий уровень владения английским языком и сформированные коммуникативные навыки. Кроме того, будучи сложным и эффективным методом обучения, кейс-технология не является универсальным и применяется особенно успешно только в сочетании с другими методами обучения иностранным языкам, т.к. сам по себе не закладывает обязательного нормативного знания языка.

1. Азимов Э.Г., Шукин А.Н. Новый словарь методических терминов и понятий (теория и практика обучения языкам). – М.: Издательство ИКАР, 2009. – 448 с.
2. Гальскова Н.Д., Гез Н.И. Теория обучения иностранным языкам. Лингводидактика и методика: учеб. пособие для студ. лингв. ун-тов и фак. ин. яз. высш. пед. учеб. заведений. – 6-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 336 с.
3. Крутилин В.А. Интерактивные методы в практике преподавания маркетинга: методическое пособие. – М.: РосНИИкадры, 2003. – 156 с.
4. Михайлова Е.А. Кейс и кейс-метод: общие понятия // Маркетинг. – 1999. – № 1. – С. 109-117. 4. Панина Т.С. Современные способы активизации обучения: учеб. пособие для студентов. высш. учеб. заведений / Т.С. Панина, Л.Н. Вавилова; под ред. Т.С. Паниной. – М.: Академия, 2008. – 176 с.
5. Пассов Е.И. Коммуникативный метод обучения иноязычному говорению. – М., 1991. 4. Старков А.П. Обучение английскому языку в средней школе: метод. пособие к серии учеб.-метод. комплексов для 5-10 кл. – М.: Просвещение, 1978. – 224 с.
6. Хасанов О.В., Сазанова А.С. Использование кейс-технологии в процессе обучения говорению на уроках английского языка старших школьников СОШ.-Казанский (Приволжский) федеральный университет, г. Казань, 2016-6с.

Ярулина А.А., Кривоногов А.Д.

Влияние большого тенниса на жизнь спортсмена. Основные проблемы при выборе данного вида спорта как основного

*Казанский государственный энергетический университет
(Россия, Казань)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-72

Аннотация

Большой теннис, как ключевой спорт в современном мире – достаточно актуальная тема в науке. В статье рассматриваются основные проблемы, связанные с популяризацией данного вида спорта в России. Также, приведены основные влияния этой игры на организм человека. Упомянута небольшая историческая справка о возникновении тенниса и его развития как вида спорта.

Ключевые слова: большой теннис, спорт, спортсмен.

Abstract

Tennis, as a key sport in the modern world, is a fairly relevant topic in science. The article deals with the main problems associated with the popularization of this sport in Russia. Also, the main influences of this game on the human body are given. Mentioned a little historical background on the emergence of tennis and its development as a sport.

Keywords: tennis, sports, athlete.

На сегодняшний день в большом теннисе сохраняется множество правил и требований, основоположниками которых стал «лаун-теннис» начала XIX века. Следует отметить, что видоизменен он был не полностью и с тех пор активно набирал популярность у различных слоев населения. Вскоре, большой теннис внесли в программу Олимпийских игр, в которой данный вид спорта остается и в настоящее время.

Во всем мире продолжает расти количество спортивных секций и олимпийских школ, а также активно продвигаться здоровый образ жизни, что, несомненно, увеличивает число любителей и профессиональных спортсменов конкретно в этом виде деятельности. Международная федерация тенниса, которая объединяет 205 национальных организаций, активно продвигает данную игру в массы, занимаясь популяризацией большого тенниса по всему миру. [1]

Основой большого тенниса является динамичность и подвижность игры, благодаря которой организм спортсмена не только переносит определенные физические нагрузки, но и улучшает кровоснабжение, нервную систему и иммунитет человека. Необходимо заметить, что наряду с данным перечнем, происходит формирование волевых качеств и улучшение гормонального фона, что дает возможность испытать больше положительных эмоций.

Остается не до конца изученным заслуга большого тенниса как вида спорта. Необходимо провести анализ и синтез литературных источников, сравнить и сопоставить спортивные факты, а также применить статистические методы в данной работе.

Цель исследования – выявить определенные закономерности в проблематике данного вида спорта и основных сложностей при овладении дисциплины. Необходимо определить специфику и состояние большого тенниса в России и повсеместно.

Средства, которые использованы при подготовке данной статьи включают в себя информационные источники информации, логические рассуждения, а также языковые построения при сопоставлении фактов и составлении определенных выводов.

Личностные качества успешных теннисистов обусловлены эмоциональной и психологической устойчивостью при возникновении стрессовых ситуаций. Кроме того, человеку рекомендуется иметь твердый характер и качества экстраверта.

Для воспитания успешного спортсмена необходимо принимать во внимание особенности двигательных и психических возможностей, тем самым выстраивая эффективную систему подготовки к соревнованиям.

Большой теннис полезен, как спорт с аэробными нагрузками, благодаря которым спортсмен менее подвержен сердечно-сосудистым заболеваниям, чем его сверстники. Причиной этому является обогащение тканей организма кислородом. Также, улучшается дыхательная система, поскольку через легкие происходит сам процесс насыщения крови. Улучшение нервной системы основано на подобном принципе. Обогащенные кислородом ткани воздействуют на головной мозг, который, в свою очередь, помогает организму в улучшении настроения и гормонального фона. Обменная система также приходит в норму. Частые тренировки спортсмена останавливают выработку особых липидов, способных спровоцировать атеросклероз. [2]

Благодаря особой диете, спортсмен эффективно восполняет свою энергию, потраченную на занятия спортом. По статистике, теннисист за игру может потерять около трех килограмм веса [3]. Поэтому очень важно включать в свой рацион продукты богатые белком и витаминами.

Спортсмену рекомендуется употреблять мясо, печень, морепродукты, мед и фрукты. Особый состав говядины, рыбы, бананов, винограда, фиников и шоколада помогает организму человека дольше усваивать данные продукты, тем самым, передавая большое количество энергии телу. Для увеличения мышечной массы необходимо есть небольшими интервалами. Теннисисты затрачивают огромное количество белков, жиров, углеводов, различных витаминов, минеральных элементов и воды, находясь на корте, поэтому так важно следить за диетой и восстанавливать потраченную энергию. [4]

При сравнении спортсменов ФГБОУ ВО «КГЭУ», которые играют в теннис на любительском уровне, мы применили специальный опросник, состоящий из 10 базовых вопросов на основе темы большого тенниса.

По результатам, оказалось, что большинство занимались данным видом спорта и не делали больших успехов только из-за низкого волевого потенциала. Такие люди получали удовольствие от самой игры, а не от результата и достижения определенных побед. Также, у них была занижена готовность к риску, как и у другой группы опрашиваемых.

Во второй группе были показаны обратные результаты, которое характеризовали спортсменов, как людей с высоким уровнем воли, поскольку у них была более выражена амбициозность в развитии своих физических характеристик и в спорте в целом (рис. 1). Преимущественно, в этой группе находились студенты, занимающиеся футболом в различных секциях. В среднем, спортсмены из этой группы более готовы к риску, чем другая группа опрашиваемых. Результат показал 25% среди опрашиваемых у второй группы и 35% среди первой (рис. 2).

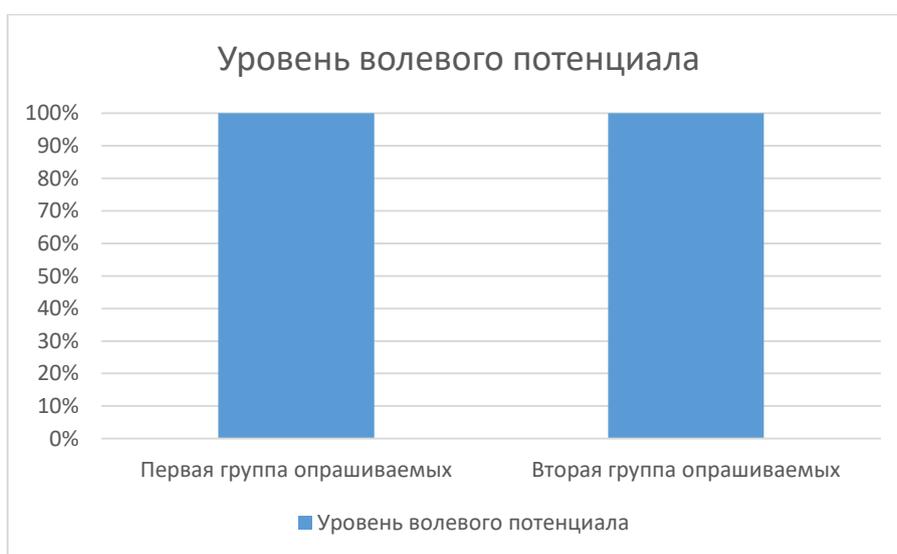


Рисунок 1. Уровень волевого потенциала опрашиваемых групп студентов ФГБОУ ВО «КГЭУ».



Рисунок 2. Уровень опрашиваемых по готовности к риску.

В России развитию большого тенниса мешает достаточно сложный климат. Необходимо проводить тренировки в крытых помещениях на специально оборудованных площадках. Данная проблема затормаживает развитие тенниса в стране, поскольку корты есть, в основном, только в крупных городах. Именно поэтому отсутствие круглогодичного доступа спортсменов

к тренировкам усугубляет и без того шаткое положение по популяризации данного вида спорта. [5]

Как правило, летом спортсмены не могут тренироваться в полную силу, ведь именно в этот период года проходят различные соревнования по теннису. Для поддержания хорошей физической формы необходимо снижать тренировочные нагрузки для организма.

Однако, ситуация все же улучшается, поскольку все больше людей придерживаются здорового образа жизни, находят время и место для собственных тренировок. Увеличение количества фитнес-залов и спортивных центров ведет за собой возрастающее желание заниматься активной физической деятельностью не только на любительском, но и на профессиональном уровне.

Большой теннис – один из самых популярных видов спорта в мире. Существует достаточное количество источников, которое утверждает, что древние греки первыми придумали данную игру: они отбивали мяч палкой или рукой. Однако, в России теннис появился только в начале XIX века, несильно видоизменяясь до нашего времени.

В нашей стране теннис только набирает обороты, поскольку мы выявили ряд проблем, останавливающих популяризацию данного вида спорта. Среди них: отсутствие специализированных площадок для игры и особенности климата.

Для поддержания тела спортсмена в форме требуются не только периодические тренировки, но и специальная диета. Набор продуктов, о которых мы рассказали в этой статье, указывают на потребность спортсмена в недостающей энергии после занятий. Большое количество белков, жиров и углеводов может легко уменьшиться при средней игре.

Тема для исследования является наиболее перспективной, поскольку популяризация тенниса становится не только модной, но и достаточно проблематичной деятельностью для нашей страны.

1. Нечаев, С. В. Теннис как социально-политический и культурный феномен в XX—XXI вв.: историография проблемы / С. В. Нечаев // Восьмые байкальские международные социально-гуманитарные чтения : в 2 т. — Иркутск : Иркутский государственный университет, 2015. — С. 171—180.
2. Абрамов, Р. Н. Профессиональный теннис: субкультура, биография, спортивная индустрия / Р. Н. Абрамов, Я. И. Воронова // Журнал социологии и социальной антропологии. — 2008. — Т. 11. — № 2. — С. 53—66.
3. Воронов, Н. А. Становление и развитие игры в большой теннис / Н. А. Воронов // Современные научные исследования и разработки. — 2018. — № 6 (23). — С. 156—160.
4. Кондратьева, К. С. Большой теннис как способ формирования здорового образа жизни населения / К. С. Кондратьева // Актуальные вопросы организации волонтерской деятельности в рамках подготовки к Универсиаде 2019 : сб. материалов V Междунар. науч.-практ. конф. студентов и молодых ученых, посвящ. Универсиаде — 2019 в г. Красноярске, Красноярск, 01—02 ноября 2018 года. — Красноярск : Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М. Ф. Решетнева, 2019. — С. 73—74.
5. Прасолов, В. И. Теннис в политическом ландшафте России / В. И. Прасолов // Теннис — вчера, сегодня, завтра : материалы Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием, Москва, 13—14 октября 2016 года. — М. : Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), 2016. — С. 90—92.

Gadoeva S.M., Khojaev J.H., Begmatov T.

Main Peculiarities of Writing Prompts for Teaching Physical Education Lessons

*Khujand State University named after acad. B. Gafurov
(Tajikistan Republic, Khujand)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-73

Abstract

The article dwells on issues beset with the study of main peculiarities of writing prompts for teaching physical education lessons. It is noted that during the lesson, the usage of creative games is very important, because they are one of the effective methods of teaching.

Keywords: methods of teaching, main educational stages, creative games, students' oral and written speech, interactive methods.

Аннотация

В статье рассматриваются вопросы изучения основных особенностей написания подсказок к урокам физического воспитания. Отмечается, что на уроке очень важно использование творческих игр, поскольку они являются одним из эффективных методов обучения.

Ключевые слова: методика обучения, основные этапы обучения, творческие игры, устная и письменная речь учащихся, интерактивные методы.

Intorduction

Commonly, “the history of teaching principles development demonstrates different approaches depending on metacognitive attitudes of society. Thus, one of the predecessors of individual-oriented approach was an authoritarian one, while contemporary methodologists and teachers (as a foreign language) confirm the main role of a learner without diminishing the teacher`s importance. Alongside with a variety of approaches to teaching there are considerable strategies aimed at foreign language teaching targeted at raising its effectiveness [1; 2; 3].

Interactive teaching is to pay more attention to the communication between people. Higher requirements for teaching resources, such as more than one teacher in the classroom instruction, many teaching sites, etc.. Teacher requirements: Each class has a teacher, at least three teachers together to listen to the students to discuss, assist score. Interactive teaching requires teachers to have a wide range of knowledge, in the face of different students from different professional direction, to listen to their speeches and give the evaluation in a timely manner [6; 7; 8]. Teachers should have the spirit of professionalism, to discuss the issue in advance, and to participate in the discussion as much as possible. Teaching object requirements: Have certain professional knowledge, and be able to collect information according to the learning task, analyze the problems raised by the teachers before class and solve the problems. Comprehensive multidisciplinary curriculum is appropriate, in order to help students in different professional direction to express different views. Teaching organization form: Collective teaching, group learning, individual learning various forms.

The object of the corpus of our study lies in important principles towards the study of main peculiarities of writing prompts for teaching physical education lessons. As it is known, development is connected with movement, as a result of which qualitative changes, transition from the old state to the new state occur.

The aims of the corpus of our study are:

to take into account the features of writing approaches based on a systematic approach;

to compare the researchers` definition about the theme explored;

to elicit the following principles of comprehensive multidisciplinary curriculum is appropriate, in order to help students in different professional direction to express different views. Teaching organization form: Collective teaching, group learning, individual learning various forms.

Scientific novelty

The given article dwells on the study of main peculiarities of writing prompts for teaching physical education lessons. It is noted that during the lesson, the usage of creative games is very important, because they are one of the effective methods of teaching. It is worth mentioning that among the relevant list of resources, it is impossible to distinguish more or less priority types of resources and informational, legal, institutional and personnel resources provide the grounds targeted at the theme explored, upon the whole.

Methodology

In order to make our study convincing a visual method of research was used; at the same

time, comparative-historical methods, synchronic and diachronic analysis were resorted to as well.

Main results and discussion

Classroom teaching is the basic form of the school teaching work, which is to cultivate students' ability, and an important part of improving students' scientific quality. Classroom is the key to improve the quality of teaching, classroom teaching is good, the students in the classroom is with sprit concentration, thinking open, answering the question fast, the good coordination between the students and teachers; on the contrary, the students will be in low spirits, lassitude, and poor coordination between teachers and students. Master graduate course teaching is no exception. At present, the number of graduate student's enrollment continues to increase, the professional category is also increasing

Study Prompt 1:

Make flashcards that list and define the methods and styles of teaching physical education classes. These include: direct teaching, indirect teaching, movement exploration, cooperative activities, command style, exploration style, and reciprocal style. Tip: It can be helpful to include an example on the flashcard of each method and teaching style.

Writing Prompt 1:

Write two to three paragraphs explaining the role of equipment in movement exploration. Use examples, and try to come up with examples of equipment that are different than those listed in the lesson.

Example/Tips: Strong paragraphs should include at least four different types of equipment along with explanations of how to use these types of equipment for movement exploration. For example, one sentence could state, 'When using a basketball for movement exploration, students can not only dribble the ball, but also use their fingers to spin it.'

Writing Prompt 2:

Write an essay explaining the goals of cooperative activities. Then, provide an example of how you would teach a physical education class using a cooperative activity. Tip: Be sure to describe how you would use an aid, being sure to select a different aid than the one provided in the lesson (tarp).

Lesson Plan Prompt 1:

Create a lesson plan describing how you would run a practice in a physical education class. Tip: It helps to have a specific sport or activity in mind that your class is practicing for. In addition, make sure that you describe thoroughly the types of practice you are utilizing, as well as the methods you are using in such practice.

Poster Prompt 1:

Create a poster or other type of visual aid that describes the four main components of teaching new skills. Example/Tips: Create the visual aid so that it goes through the components of teaching new skills chronologically. For example, first describe the instructions you would give to the students, then note how you would demonstrate it, then explain how you would supervise the implementation of the skill, and lastly, explain how you would check students' proficiency in the acquisition of the skill.

Conclusion

Adducing the results of the conducted analysis beset with the theme explored one can come to the conclusion that main peculiarities of writing prompts for teaching physical education lessons. It is noted that during the lesson, the usage of creative games is very important, because they are one of the effective methods of teaching. It is worth mentioning that among the relevant list of resources, it is impossible to distinguish more or less priority types of resources and informational, legal, institutional and personnel resources provide the grounds targeted at the theme explored, upon the whole.

1. Рахматова, П. Ф. Особенности физического развития девочек-таджичек 12-летнего возраста на примере Деваштичского района и Г. Канибадома) / П. Ф. Рахматова, Ш. М. Гадоева, Д. Х. Ходжаев // Вестник

- Педагогического университета. Серия 2: Педагогики и психологии, методики преподавания гуманитарных и естественных дисциплин. – 2022. – № 3(13). – С. 104-107. – EDN VRTYUK.
2. Рахматова П.Ф., Гадоева Ш.М., Почоев И.И., Рацабов Ш.М. Инкишофи ҷисмонии хонандагони синни 7 - солаи воҳаи Сомғор // Ученые записки Худжандского государственного университета им. академика Б. Гафурова. Серия: Естественные и экономические науки. – 2021. – Vol. 56, No. 1. – P. 53-56. – EDN GGETUK.
 3. Бобочонова, М. Қ. Омӯзиши оилаи лӯбиёғиҳо Дар шароити ТОҶИКИСТОНИ шимолӣ / М. Қ. Бобочонова, Ш. М. Гадоева // Ученые записки Худжандского государственного университета им. академика Б. Гафурова. Серия: Естественные и экономические науки. – 2020. – Vol. 52, No. 1. – P. 49-50. – EDN HMUBBF.
 4. Abdulloeva, M. A. Main Peculiarities of Stages of Foreign Languages Teaching / M. A. Abdulloeva // Тенденции развития науки и образования. – 2023. – No. 103-2. – P. 37-40. – DOI 10.18411/trnio-11-2023-71. – EDN PPOOEA.
 5. Ashrapov, B. P. On the issue concerned with communicative competence of students of foreign languages faculties / B. P. Ashrapov, P. I. Dodokhojaeva // Образование от "А" до "Я". – 2021. – No. 3. – P. 5-6. – EDN FGDDWY.
 6. Ashrapov, B. P. On the issue concerned with empirical research on distance tuition / B. P. Ashrapov, P. S. Rizoeva // Образование от "А" до "Я". – 2021. – No. 2. – P. 7-8. – EDN GEXCWB.
 7. Fernández-Balboa J M. “Beliefs, interactive thoughts, and actions of physical education student teachers regarding pupil misbehaviors”. Journal of teaching in physical education, vol. 11, no. 1, pp. 59-78, 1991.
 8. Rashidova, D. A. The Leader of the Nation Emomali Rahmon’s Contribution into Enactment of Programme of Foreign Languages / D. A. Rashidova, B. P. Ashrapov // Herald of the Pedagogical University. – 2022. – No. 3(98). – P. 85-88. – EDN CMKVYU.
 9. Silverman S. “Research on teaching in physical education”. Research Quarterly for Exercise and Sport, vol. 62, no. 4, pp. 352-364, 1991.

Pasechkina T.N.

About some risks and opportunities in the educational process in conditions of digitization

*FSBEE HE The Siberian Fire and Rescue academy of EMERCOM of Russia
(Russian Federation, Zheleznogorsk)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-74

Abstract

The article discusses the advantages and disadvantages of digitalization, which is being actively introduced into educational practice at the present time. The results of a students’ survey on the problem under consideration are presented. The authors draw attention to the fact that digitalization is an inevitable process that requires constant analysis and improvement. And the quality of education in modern realities depends on the harmonious interaction between technical innovations and pedagogical wisdom.

Keywords: digitalization of education, digital generation, digital resources and technologies.

Аннотация

В статье рассматриваются достоинства и недостатки цифровизации, активно внедряемой в образовательную практику в настоящее время. Представлены результаты опроса обучающихся высших учебных заведений по рассматриваемой проблеме. Авторы обращают внимание на то, что цифровизация это неизбежный процесс, требующий постоянного анализа и совершенствования. А качество образования в современных реалиях зависит от гармоничного взаимодействия между техническими инновациями и педагогической мудростью.

Ключевые слова: цифровизация образования, цифровое поколение, цифровые ресурсы и технологии.

The modern world is going through a new stage associated with the digitalization of various spheres of society. Including the emergence of a separate field of science – digital didactics дидактика [1; 2; 3; 8]. Education is moving to a new level, adapting to the modern digital world and the requirements of the digital economy. As part of this area, new teaching methods and technologies are being developed and implemented, such as distance learning, blended learning, mobile learning and micro learning. These techniques are based on the principles of traditional pedagogy, but are adapted by teachers for use in the digital environment.

In 2021 The Ministry of Education and Science of the Russian Federation developed a strategy for the digital transformation of the science and higher education sector until 2030 [9]. The essence of the digital transformation of education is the achievement by each student of the necessary educational results through the personalization of the educational process. It can be reached by using digital resources, including artificial intelligence methods, augmented and virtual reality tools; development of a digital educational environment in educational organizations; providing access to the Internet, working with big data [3; 7]. However, digitalization of education is not only the introduction of new technologies into the educational process, but also a revision of pedagogical approaches, teaching methods and interaction between teachers and students.

Researchers highlight key advantages and disadvantages of digitalization in education [4; 6].

Benefits:

- Personalized training, allowing students to independently choose a training program, control the timing, pace and level of learning;
- Availability of electronic educational resources;
- Simplifying the learning process due to the fact that students can just open their devices and connect to classes at the appointed time, without the need for numerous textbooks and notebooks;
- Changing the role of the teacher. Now he becomes more of an assistant in the process of independent learning;
- Training for life and professional activity in the information world. Working with the digital educational environment helps students better navigate modern realities.

Problems:

- Risk of a negative outcome of the transformation process;
- Reduced mental and creative activity. It is not difficult to find the necessary information, just use the Internet, much of the educational process is programmed in advance;
- Reduced socialization, the predominance of virtual communication over «live» communication with peers and teachers;
- Health problems – constant presence at the computer has a bad effect on vision, posture, and health in general;
- Constant and more thorough control over the activities and personal data of students using special electronic systems;
- The functions of a teacher are gradually losing their importance.

Thus, as researchers and teachers note [5; 6; 4] digitalization makes it possible to improve the educational process.

For students: learning can be more exciting, and the digital educational environment can be more motivating for self-realization: individualization taking into account interests and abilities, learning not only within the walls of an educational organization, access to a variety of information and educational resources, joint activities with different groups of people outside time and distance;

For teachers: the ability to create and implement individual training programs based on a flexible modular schedule, organize higher quality assessments, including adaptive assessments, provide real-time feedback, the opportunity to interact and exchange experiences with colleagues throughout the country and abroad; maintaining electronic exchange of documentation and others.

At the same time, digitalization of education also carries potential risks.

One of the first problematic issues, in our opinion, is the fact that there is still no developed and tested theory on which teachers working in new conditions could rely.

In addition, the new generation of students is already «digital natives» [7]. According to the observations of researchers [7; 10], one of their characteristics is fragmented thinking (the habit of receiving a large amount of information in small portions and the inability to arrange it in a logical sequence, to maintain voluntary attention for a long time). Shallow perception of information leads

to superficial and not always correct judgments. Young people lose the need and ability to read large texts; there is poor concentration of attention. To find out the answer to a particular question, young people, most often, do not turn to reference books or a teacher for help, but search for it on the Internet. However, here too there is a process of simplifying the search for information, which is given to the user without much effort on his part, since it is much faster and easier to ask a voice assistant, to use artificial intelligence.

Students lose the ability to enter into dialogue and maintain it constructively, since virtual communication cannot be considered a dialogue in the full sense of the word. Learning through electronic courses and interaction with a computer program follows a pre-programmed path. In the digital education system, interaction with the teacher and verbal communication is reduced to a minimum. Students spend most of the time alone with a computer or mobile device, which significantly impoverishes not only his vocabulary, but also affects the development of thinking, and the translation of text into emoticons and emoji leads to a gradual loss of «live» communication skills. In this regard, digital resources should be an aid to the teacher to improve the transfer and exchange of information.

The directions stated in the Strategy are focused mainly on external, often quantitative indicators. However, it is important to understand what transformation means for the participants of the educational process themselves.

As part of our research, it was important to study students' opinions about the challenges and opportunities of digitalization in education. 97 people took part in the survey. They are 1-5 year students of the Siberian Fire and Rescue Academy of the EMERCOM of Russia, Krasnoyarsk State Pedagogical University, and Siberian Federal University. 28.3% of respondents believe that the digital educational environment does not pose any risks, 56.6% expressed doubts, could not give a definite answer, and 9.4% have a negative attitude towards digitalization in education. At the same time, among the main risks, respondents named a reduction in real communication with teachers (41.5%), a decrease in communication with peers (32.1%), deterioration in health (15.7%), and a decrease in the quality of education (10.7%). In this regard, about 50% of respondents noted that they would like to study disciplines with the help of a teacher, the rest would prefer a combination of traditional methods and forms of learning with digital resources. Only 7.5% are ready to learn only with the help of artificial intelligence. When asked whether electronic educational resources are more effective than traditional teaching aids, only 35.8% answered in the affirmative. 22.6% believe that they are less effective, 26.4% noted that they are the same in effectiveness. A third of respondents are negative about the fact that the educational environment may become completely digital, and traditional teaching tools will not be relevant, 45% would be happy about this.

According to the survey results, it is alarming that on average 10-15% of students unconsciously approach those changes in education that directly affect them, answering «I don't know», «I haven't thought about it», «I don't care». It is also surprising that the majority of students (79.2%) feel a lack of knowledge and skills in order to get comfortable in the digital educational environment and they would like to improve their level of literacy.

In conclusion, we note that the attitude of scientists, practitioners, and university students to the problem of digitalization of education is not unambiguous. Despite the obvious advantages for both students and teachers, there are still many unsolved problems. However, the introduction of digital technologies and the use of digital resources is an inevitable process, and it requires constant analysis and improvement. And the quality of education in modern realities depends on the harmonious interaction between technical innovations and pedagogical wisdom.

1. Alekseeva, A.Z. Issues of digital learning didactics // Current problems of pedagogy and psychology. – 2020. – Volume 1. No. 2. – Pp. 16-24.
2. Blinov, V.I. Pedagogical concept of digital vocational education and training. Ed. house "Delo", 2020. – 112 p.
3. Chikova, O.A. Digital transformation of the pedagogical education content // Domestic and foreign pedagogy. – 2020. – Volume 2. No. 3 (73). – Pp. 22-39.

4. Digitalization of education - main pros and cons. URL: <https://plusiminusi.ru/cifrovizaciya-obrazovaniya-osnovnye-plyusy-i-minusy>
5. Kazakova, A.A. Digitalization of education: challenges and opportunities // Innovative results of social, humanitarian and economic-legal research: a collection of scientific papers based on the materials of the International Scientific and Practical Conference. Belgorod: Agency for Advanced Scientific Research, 2023. Pp. 23-33.
6. Matvienko, S.V. Education XXI: pros and cons of digital education. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obrazovanie-xxi-plyusy-i-minusy-tsifrovogo-obrazovaniya/viewer>.
7. Rudenkin, D.V. Heuristic potential of the theory of “digital natives” by M. Prensky in the study of modern Russian youth // Sociodynamics. – 2019. – No. 9. – Pp. 9 – 19. ULR: https://www.e-notabene.ru/pr/article_30365.html
8. Shtakk, E.A. Digital didactics and its influence on students’ achievements // Collection of methodological materials for specialists in the field of education and additional education. – 2022. – Pp. 4-12.
9. Strategy for digital transformation of the science and higher education industries. – Moscow, 2021. – 267 p.
10. Sumina, G.A. Digital transformation of education. Saratov, 2021.

Sakibayev S.R.

The use of mobile technology in the learning process

*Zhetysu university named after Ilyas Zhansugurov
(Kazakhstan, Taldykorgan)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-75

Abstract

The rapid development and evolution of wireless technology and mobile devices has led to radical changes in the social and economic development of society. The active use of mobile technology, the creation of new high-performance smartphones and tablets have led to an increased demand for mobile Internet, which makes mobile devices versatile in terms of use. Information technologies have a strong influence on the development of society and form a global information space, penetrating into all spheres of human activity, ensuring the dissemination of information flows.

Keywords: mobile technology, mobile devices, e-learning, mobile learning, innovative technologies.

Аннотация

Быстрое развитие и эволюция беспроводных технологий и мобильных устройств привели к радикальным изменениям в социально-экономическом развитии общества. Активное использование мобильных технологий, создание новых высокопроизводительных смартфонов и планшетов привели к увеличению спроса на мобильный Интернет, что делает мобильные устройства универсальными в плане использования. Информационные технологии оказывают сильное влияние на развитие общества, формируют глобальное информационное пространство, проникая во все сферы человеческой деятельности и обеспечивая распространение информационных потоков.

Ключевые слова: мобильные технологии, мобильные устройства, e-learning, мобильное обучение, инновационные технологии.

The rapid development and evolution of wireless technology and mobile devices has led to radical changes in the social and economic development of society. The active use of mobile technology, the creation of new high-performance smartphones and tablets have led to an increased demand for mobile Internet, which makes mobile devices versatile in terms of use. Information technologies have a strong influence on the development of society and form a global information space, penetrating into all spheres of human activity, ensuring the dissemination of information flows. Currently, there is a conscious interest in the problem of improving the quality of education through the use of modern mobile and information and communication technologies. The development of these technologies entails their further more active penetration into the field of education. Modern use of mobile technologies and devices in education contributes to the activation of cognitive activity of students, which allows the teacher and the student to vary the learning process in terms of intensity, the

method of search, retrieval and analysis of information, reduces the limitations for education regardless of the location. Many scientists and educators believe that it is certain that mobile learning depends precisely on the spread and popularity of mobile communications, wireless Internet access, the emergence of a large number of educational and training programs and applications that expand the possibilities and quality of education. This suggests that mobile devices and the mobile Internet are becoming mainstream and accessible. According to S.V. Titova, «the definition of mobile characterizes primarily the three main components of the pedagogical process - access to learning tools, forms of implementation of educational interaction and forms of presentation of educational material and assignments. [1]

Mobile technologies have already become common tools for professional activities and are successfully used in education, which allowed us to look at learning from a different perspective. Mobile learning is a new educational technology that allows us to create a learning environment where students at any time and in any place can access a variety of learning resources, learning materials and programs, perform tasks, and communicate with the teacher. Modern mobile devices used in mobile learning technology include: smartphones, tablets, computers, e-books, game consoles and other types of modern hardware, which provide enormous opportunities in combination with high-speed mobile Internet access. Mobile technology is transforming the balance between learning and learner participation. That's why «mobile learning is the type of learning which appeared as a conclusion of co-evaluation of mobile informatics and e-learning fields, providing the accession to e-learning content independent of a specific location, utilization of services created dynamically and communication with others». [2]

This form of learning corresponds to the modern competence-oriented concept of education, in which the emphasis is placed on learning to find and analyze the necessary information independently, to identify the problem and find ways to solve it, critically analyze the obtained knowledge, skills and abilities and apply them in practical activities. Mobile learning in the fullest form reflects modern trends in education, gives a new quality to the learning process, providing constant access to information at any time, making the learning process accessible, flexible and personalized. The issue of dissemination and active use of mobile devices and technologies in the educational process is urgent and in demand, involving the emergence of a number of new methods of learning and teaching.

Mobile devices and technologies, having high didactic potential, can become a new educational model of higher education with their proper and competent integration, with the use of interactive and innovative teaching methods, based on the formation of the student's ability to independently obtain knowledge, the development of critical thinking. In the educational process with the use of mobile technology such forms of learning activities as interactive slide lectures, trainings, webinars. educational-training tasks, slide presentations, educational podcasts, web projects, computer simulations, telecommunication discussions with participation of teachers and specialists from other universities are used. Prospects for the use of mobile technology and mobile learning are considered in many works of educators and researchers. The authors Mohtar Syahida, Jomhari Nazean, Mustafa Mumtaz Begum, Yusoff Zulkifli Mohd [3] in their study analyze the conditions for the implementation of mobile learning in open distance education and note that «m-learning is a subset of 'e-learning' while 'e-learning' is the subset of distance learning that focuses on learning across context and learning with mobile devices, which can take place anytime, anywhere. For example, learning may happen at the workplace, at home, and at places of leisure. The learning may be related to work demands, self-improvement, or leisure; and it is mobile with respect to time where it happens at different times during the day, on working days, or on weekends».

Beloglazov A.A., Beloglazova L.B. et al. in their study [4] based on a review and analysis of modern practices of integrating mobile technology in the educational process, cite aspects of the use of mobile devices and applications in the educational context related to the following tasks:

1. Access to educational information resources. Since a mobile device provides a connection to the Internet, it is logical that it can be and actually is used to provide access to information resources, both general (electronic libraries, reference systems, news materials, etc.) and special (video lectures and other educational materials of

- the university), acting as an alternative to the PC. In contrast to the latter, such access provides greater flexibility and mobility of the learner. However, such resources are not developed specifically for use in mobile devices, and therefore the latter act simply as a point of access to the Internet.
2. Providing interaction with the administrative and business departments of the university. Dedicated applications can be used to support auxiliary processes such as informing students about schedules, contacting the dean's office, paying tuition or related services, etc.
 3. Gaining access to course materials and other educational resources for specific disciplines and topics specifically designed and created for use on students' mobile devices. General-purpose applications (e.g., for viewing certain types of files) or specially designed applications for a specific learning task can be used for these purposes.
 4. The interaction with teachers and other students as part of the learning process itself or extracurricular activities. Getting advice, answering questions, working together on a project can be done in specially designed applications, as well as through standard communication tools, such as social networks.
 5. Functioning as an individual registration device. In contrast to the other tasks, this is a new possibility, which stationary technology cannot provide. Practice shows that students actively use smartphones to record lectures, including in video format, recording assignments, samples of problem solving, visual and textual learning materials to be able to study them again at home or share with friends.
 6. Creating a full-fledged virtual educational environment designed to work from mobile digital devices - mLMS. This is the most complex form of "mobilization" of education, requiring not only the development of complex software products, but also the transformation of pedagogical practices and methods, as well as the reorganization of the entire educational process.
 7. Support of the educational process of persons with special educational needs. The desire of developed countries to increase the inclusiveness of education makes the search for technological solutions in the field of mobile devices and software that facilitate the full inclusion of persons with disabilities in the learning process.

The active use of mobile technologies and devices allows not only to increase the interest of students in learning, but also to significantly expand the technical opportunities for learning disciplines in the field of mathematics, physics, computer science, information technology, but also to expand the possibilities of the educational environment, supplementing it with diverse and interesting methods, accessible and preferable to students. All this allows us to conclude that the introduction of mobile technology, the integration of mobile learning, which is a promising direction in the activities of higher education institutions will improve the quality and efficiency of education, individualize the learning process, increase the attractiveness of the educational services provided and strengthen the competitiveness of the institution.

1. Титова С.В. Условия успешной интеграции мобильных устройств в учебный процесс // Современные информационные технологии и ИТ-образование. 2012. №8. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/usloviya-uspeshnoy-integratsii-mobilnyh-ustroystv-v-uchebnyu-protsess> (дата обращения: 17.02.2023). [1, с. 256].
2. Agah Tugrul Korucu, Ayse Alkan, Differences between m-learning (mobile learning) and e-learning, basic terminology and usage of m-learning in education, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, Volume 15, 2011, Pages 1925-1930, ISSN 1877-0428, <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.04.029>. (<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042811005751>)
3. Mohtar, S., Jomhari, N., Mustafa, M.B. et al. Mobile learning: research context, methodologies and future works towards middle-aged adults – a systematic literature review. *Multimed Tools Appl* (2022). <https://doi.org/10.1007/s11042-022-13698-y>].
4. Белоглазов А.А., Белоглазова Л.Б., Белоглазова И.А., Трубочеев Е. В., Мальцев О.Л., Клещкин А.А., Печерский Д.К., Блохин М.Р. Использование технологий m-learning в высшем образовании: проблемы и перспективы // Вестник РУДН. Серия: Информатизация образования. 2018. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-tehnologiy-m-learning-v-vysshem-obrazovanii-problemy-i-perspektivy> (дата обращения: 17.02.2023)].

Sakibayeva B.R.

Development of research skills and abilities of physics students

*Zhetysu university named after Ilyas Zhansugurov
(Kazakhstan, Taldykorgan)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-76

Abstract

The main goal of modern education is the formation of a diversely developed personality capable of realizing creative potential in modern conditions. A university graduate should be able to work with various information, possess the skills of using modern technologies in research activity. Development of students' research skills is one of the necessary conditions for the formation of professional competence of a future specialist.

Keywords: research activities, research skills, research skills, research skills, formation of research skills and abilities.

Аннотация

Главная цель современного образования – это формирование разносторонне развитой личности, способной реализовать творческий потенциал в современных условиях. Выработка исследовательских умений и навыков студентов является одним из необходимых условий формирования профессиональной компетентности будущего специалиста.

Ключевые слова: исследовательская деятельность, исследовательские умения, исследовательские навыки, формирование исследовательских умений и навыков.

At present, one of the important and urgent tasks of the country's socio-economic development is to introduce changes in the education system and improve the educational process, introduce information and computer technologies, integrate into the educational and scientific environment, and achieve a high level of competency. A special role is assigned to the development of the system of pedagogical education and training of pedagogical personnel.

The development of the system of pedagogical education requires changes not only in its content, but also in the process of teacher training itself, the search for new ways to develop the personality of a future teacher. One of the ways of development is research activity, development of research skills and abilities, which are focused on the research activity of the student. Possessing research skills and the ability to creatively approach the solution of physical problems, the teacher is able to organize the learning process at a completely different level, which will meet modern requirements for education. Involvement of a physics student in research activities will allow him/her to understand, master new things, learn to invent, express his/her own thoughts, be able to make decisions, also to formulate interests and assess his/her capabilities.

Thus, in the State Compulsory Standard of Higher Education, descriptors are defined for the level of student preparation that reflect learning outcomes and characterize students' abilities: «to apply theoretical and practical knowledge to solve educational, practical and professional problems in the field of study» and «to know the methods of scientific research and academic letters and apply them to the field of study». [1]

Research skills as the main components of the personality of a future specialist, include the leading characteristics of the process of professional formation, reflect the universality of its links with the environment, contribute to the discovery of creative self-realization, stimulate the transformation of knowledge, skills and abilities of research activities in any area of cognitive and practical activities, thus contributing to additional opportunities to improve the level of knowledge and skills, help social mobility and confidence. [2]

Research skills of students are their ability to perform mental and practical actions that correspond to scientific and research activities and obey the logic of scientific research, based on the knowledge, skills and abilities acquired in the process of studying disciplines. Research skills are considered as general learning skills, as they have the property of wide transferability and description

and can be effectively used in the study of the whole range of academic disciplines in the process of learning and in future professional activities. Under research skills we understand a set of purposeful mental actions, which are performed in accordance with the logic and structure of scientific research and which are under the control of thinking. Research skills contribute to the process of mastering the rules and procedures of research work, presenting means and ways of performing actions dictated by the set goals. Research skills and abilities of students are one of the important components of their qualification characteristics. Their formation is one of the components of pedagogical and professional training, which includes the following components: the ability to see the problem; the ability to hypothesize; the ability to classify; the ability to analyze; the ability to conduct research; the ability to draw conclusions and inferences; the ability to structure the material; the ability to explain, prove and defend their ideas.

The formation of students' research skills in the teaching process reflects the dependence between the conditions that correspond to certain stages of teacher's activity in the pedagogical process and the level of formation of students' research skills and is determined by the interrelation of stages: target, content, technological and reflexive. [3] The process of formation of research skills can also be considered as a system of interrelated actions of the teacher and student based on instrumental and didactic means.

Formation and development of research skills of students is possible only if the student is systematically engaged in research activities. The student should be ready for creative activity, for in-depth study and analysis of the theoretical content and structure of the studied physical theories, phenomena and processes. Research skills are a complex system of thinking and practical actions that allow to carry out research activities in the presence of appropriate skills.

Physics as an academic discipline has great opportunities for the development of research skills of students. This is determined by the variety of physical disciplines, in the study of which various methods and techniques of activity are used, as well as various forms of organizing training sessions, which allow the development of research skills. Formation of students' research skills in physics includes motivational, cognitive, procedural, creative and reflexive-evaluative components. Motivational component is conditioned by the comprehension of the motive and purpose of students' research activity, allows to determine the importance, significance, value and prospects of the conducted research. The cognitive component includes special research knowledge about the methodology and technology of scientific research, subject knowledge necessary for the study, consideration and elucidation of physical processes, phenomena and facts. The procedural component is provided by purposeful acquisition of experience of scientific and research activity of students and includes special, intellectual and subject research skills. Special skills include the ability to work with scientific and methodological literature, various electronic resources; the ability to hypothesize, build a plan and stages of scientific research, formulate a solution, summarize and draw conclusions. Intellectual skills include independent development and theoretical justification of the methodology of experimentation, discussion, search for alternative and choice of rational solution, assessment of the limits of applicability, the ability to systematize, identify cause-and-effect relationships, model the study, experiment and design the results of the experience. Application of knowledge in conducting a physical experiment; selection of the necessary equipment for the experiment, assembly of the installation, drawing up schemes, adjustment of devices and troubleshooting, independently conducting a physical experiment with the use of various measuring devices, processing and analyzing the results obtained, calculating measurement errors, observing safety precautions during a physical experiment, the ability to make observations, the ability to compare and contrast all of this refers to research skills. Independent creation of a simple device, instrument or circuit is a component of the creative component. The reflexive-evaluative component of research skills is aimed at developing the student's readiness and ability for independent research activity, independent study, review and improvement of theoretical knowledge, its application in practice. In the formation of students' research skills, the educational process should be focused on the principles of goal setting, objectivity, systematicity, continuity, additionality, controllability, continuity, individualization and differentiation. The process

of formation of research skills and abilities has a stage character, in which each subsequent stage should include completely different, previously not applied elements of research activity.

In the 3rd year students of the educational program "Physics" during the year perform an individual research (educational) project. When distributing the topics of projects in physics, students' interest in a particular section or area of physics is taken into account. To achieve the set goal, students' study scientific literature on the topic of the project, Internet resources, conduct independent research, experiments. Upon completion, students present the finished project at conferences of various levels, project competitions.

Kazakhstan is implementing a set of measures to develop education and science. Within the framework of the updated content of education, a criterion-based system for assessing the learning achievements of students has been introduced, contributing to the objective assessment of learning achievements of students, providing continuity and continuity of education, quality professional training of future specialists in accordance with the modern requirements of society and the economy, able to work with information, master modern technologies and methods of research activities, and be able to apply research skills.

1. Государственный общеобязательный стандарт высшего образования. Приказ Министра науки и высшего образования Республики Казахстан от 20 июля 2022 года № 2.
 2. Зенина Н.В., Александрина Н.А., Зенина Е.А., Петикова Т.Н. Формирование исследовательских умений студентов вуза как педагогическая проблема // Современные наукоемкие технологии. – 2016. – № 6-2. – с. 335-339.
 3. Молдабекова М.С., Акжолова А.А. Формирование исследовательских компетенций на практических занятиях по профилирующим дисциплинам. // Вестник. Серия «Физико-математические науки», №4 (48). - Алматы: КазНПУ имени Абая, 2014. – с. 96-101
-

РАЗДЕЛ II. ПСИХОЛОГИЯ

Анисимова Е.А., Дворцова Е.В.

Влияние музыкотерапии на агрессивность у сотрудников МВД

*Кузбасский гуманитарно-педагогический институт
Кемеровский государственный университет
(Россия, Новокузнецк)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-77

Аннотация

В статье рассматривается, как музыкотерапия влияет на показатель агрессивности у сотрудников МВД, с учетом их специфической профессиональной деятельности. Сравниваются данные входной и выходной диагностики у контрольной и экспериментальной групп, до и после эксперимента.

Ключевые слова: музыкотерапия, музыка, агрессивность, агрессия, сотрудники полиции, эксперимент.

Abstract

The article examines how music therapy affects the aggressiveness index of employees of the Ministry of Internal Affairs, taking into account their specific professional activities. The data of the input and output diagnostics in the control and experimental groups, before and after the experiment, are compared.

Keywords: music therapy, music, aggressiveness, aggression, police officers, experiment.

Актуальность. Исследования влияния музыкотерапии на агрессивность у сотрудников МВД еще не проводились в достаточном объеме. Тем не менее, музыкотерапия может иметь потенциал для снижения агрессивности и стресса у людей, включая сотрудников правоохранительных органов, посредством возможности экологично выразить свои эмоции и снять внутреннее напряжение.

Таким образом, научная новизна исследования на тему: «Влияние музыкотерапии на агрессивность у сотрудников МВД» на сегодняшний день определяется недостаточной разработанностью в социально-психологической литературе данной проблемы.

Объект: профессиональная деятельность сотрудников МВД.

Предмет: влияние музыкотерапии на агрессивность у сотрудников МВД.

Гипотеза: музыкотерапия влияет на агрессивность сотрудников МВД, а именно: снижает показатели физической агрессивности, негативизма, вербальной агрессии, обиды, конфликтности и общий индекс агрессивности.

Цель работы: исследование влияния музыкотерапии на агрессивность у сотрудников МВД.

Задачи:

1. Провести психологический анализ профессиональной деятельности сотрудников МВД.
2. Проанализировать в научной литературе разработанность проблемы влияния музыкотерапии на агрессивность у сотрудников МВД.
3. Охарактеризовать выборку и этапы исследования, обосновать методы и методики исследования.
4. Исследовать посредством первичной диагностики агрессивность сотрудников МВД в контрольной и экспериментальной группах.
5. После воздействия провести вторичную диагностику агрессивности у сотрудников МВД в экспериментальной и контрольной группах.

6. Выявить влияние музыкотерапии на агрессивность сотрудников МВД.

Методы: теоретический анализ литературы, психодиагностическое тестирование, экспериментальный метод, метод математико-статистической обработки (t-критерий Стьюдента).

Методики:

1. Опросник агрессивности А. Басса, А. Дарки;
2. Методика «Диагностика склонности к агрессивному поведению» А. Ассингера;
3. Методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина, П. А. Ковалева.

Выборка: 22 сотрудника Отдела МВД России по г. Осинники.

Выявление влияния музыкотерапии на агрессивность сотрудников МВД

Результаты тестирования по опроснику агрессивности А. Басса, А. Дарки представлены на рисунке 12.

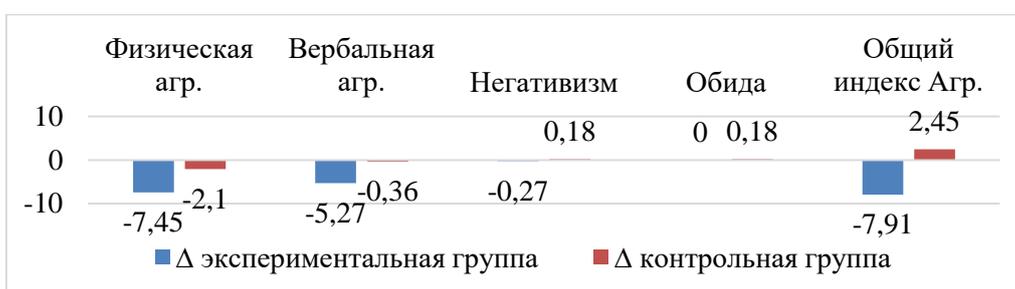


Рисунок 12. Результаты выходной диагностики агрессивности экспериментальной и контрольной групп.

Представленные на рисунке 12 результаты свидетельствуют о том, что в экспериментальной группе после проведения музыкотерапии произошли значительные изменения. Музыкотерапия снижает агрессивность, эмоциональное состояние испытуемых стабилизируется, сотрудники сознательно управляют конфликтом, используют оптимальный подход к выбору конфликтных стратегий.

На рисунке 13 изображены результаты диагностики по методике «Диагностика склонности к агрессивному поведению» А. Ассингера.



Рисунок 13. Результаты выходной диагностики агрессивности экспериментальной и контрольной групп.

Из представленных на рисунке 13 данных мы заключаем, что проведение музыкотерапии воздействовало на уровень агрессивности сотрудников МВД, а именно снижает агрессивность, эмоциональное состояние испытуемых стабилизируется, сотрудники сознательно управляют конфликтом, используют оптимальный подход к выбору конфликтных стратегий.

Результаты входной и выходной диагностики конфликтности по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина, П. А. Ковалева, изображены на рисунке 14.

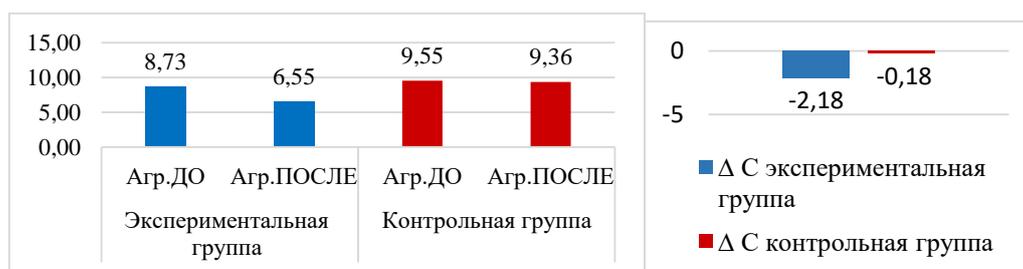


Рисунок 14. Результаты выходной диагностики агрессивности экспериментальной и контрольной групп.

Представленные на рисунке 14 результаты свидетельствуют о том, что в экспериментальной группе после проведения музыкотерапии произошли значительные изменения. Музыкотерапия снижает эмоциональное напряжение, возбудимость, чувство беспокойности, сотрудники сознательно управляют конфликтом.

Таким образом, мы заключаем, что проведение музыкотерапии повлияло на снижение агрессивности у сотрудников МВД экспериментальной группы по сравнению с контрольной группой.

Выдвинутая в начале исследования гипотеза о том, что музыкотерапия влияет на агрессивность сотрудников МВД, а именно: снижает показатели физической агрессивности, негативизма, вербальной агрессии, обиды, конфликтности и общий индекс агрессивности, подтвердилась частично.

Выводы

В ходе исследования влияния музыкотерапии на агрессивность сотрудников МВД нами были поставлены и выполнены практические задачи:

1. По результатам входного психодиагностического тестирования можно сделать вывод, что общий уровень агрессивности по всей выборке находится на среднем уровне. Между экспериментальной и контрольной групп нет значимых различий.
2. По результатам анализа входной и выходной диагностики агрессивности в экспериментальной группе наблюдаются значимые изменения агрессивности и конфликтности после проведения музыкотерапии. Произошли значимые изменения по результатам методики А. Басса, А. Дарки, а именно физической агрессии ($p \leq 0,01$), вербальной агрессии ($p \leq 0,01$), общего индекса агрессивности ($p \leq 0,05$); значимых изменений не наблюдалось у показателей негативизма ($p \leq 0,05$) и обиды ($p \leq 0,05$). А также наблюдается значимое снижение агрессивности по методикам А. Ассингера ($p \leq 0,01$) и Е. П. Ильина, П. А. Колвалева ($p \leq 0,05$).
3. Согласно математическому методу статистической обработки данных, а именно t-критерию Стьюдента, по результатам опросника агрессивности А. Басса, А. Дарки в экспериментальной группе произошли изменения. Полученные эмпирические значения агрессивности по шкалам физическая агрессивность ($t_{\text{эмп}} = -7,45$), вербальная агрессивность ($t_{\text{эмп}} = -5,27$) и общий индекс агрессивности ($t_{\text{эмп}} = -7,91$) больше критического ($t_{\text{крит}} = 3,09$), при уровне значимости $p \leq 0,01$. Для показателей негативизм ($t_{\text{эмп}} = -0,27$) и обида ($t_{\text{эмп}} = 0$) по данной методике не было выявлено значимых различий. Согласно математическому анализу результатов теста агрессивности А. Ассингера, в экспериментальной группе имеются изменения. Полученное эмпирическое значение агрессивности ($t_{\text{эмп}} = -3,72$) больше критического ($t_{\text{крит}} = 3,09$), при уровне значимости $p \leq 0,01$. По результатам методики «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина, П. А. Ковалева, в экспериментальной группе произошли изменения. Полученное эмпирическое значение конфликтности ($t_{\text{эмп}} = -2,68$) больше критического ($t_{\text{крит}} = 2,2$), при уровне значимости

$p \leq 0,05$. Следовательно, мы можем утверждать, что музыкотерапия повлияла на снижение агрессивности у сотрудников МВД. Незначимость таких показателей, как негативизм и обида по результатам опросника агрессивности А. Басса, А. Дарки обосновывается тем, что под влиянием радикальной антисоциальной среды искажается восприятие реальности некоторыми сотрудниками МВД, искажаются этические нормы и система межличностных отношений, что приводит к проявлению негативизма и обиды. Мы считаем, что данные показатели требуют более глубокой и длительной проработки.

4. Выдвинутая в начале исследования гипотеза о том, что музыкотерапия влияет на агрессивность сотрудников МВД, а именно: снижает показатели физической агрессивности, негативизма, вербальной агрессии, обиды, конфликтности и общий индекс агрессивности, подтвердилась частично. Музыкотерапия снижает показатели физической агрессивности, вербальной агрессии, конфликтности и общий индекс агрессивности. Для показателей негативизма и обиды не было выявлено значимых различий.

1. Басс, А. Концепция агрессии / А. Басс, А. Дарки. – Екатеринбург, 2022. – 2013. – 260 с. – ISBN 978-5-7312-0921-2. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2005172> (дата обращения 14.09.2023).
2. Берковиц, Л. Агрессия. Причины, последствия и контроль: учебное пособие / Л. Берковиц, Г. Фешбах. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2001. – 510 с. – ISBN 978-5-7312-0921-2. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=426941#bib> (дата обращения: 14.09.2023).
3. Брель, Е. Ю. К проблеме определения агрессии в отечественных и зарубежных психологических исследованиях / Е. Ю. Брель – Текст: электронный // Ежегодник Российского психологического общества. – 2015. – № 5. – С.221-222. – URL: <https://urait.ru/search?words=%D0%91%D1%80%D0%B5%D0%BB%D1%8C+%D0%95.%D0%AE> (дата обращения: 14.09.2023).
4. Бэрон Р. Агрессия: учебное пособие / Хрусталева Н.С. - СПб: Питер, 2016. - 445 с.: ISBN 978-5-288-05660-4. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/940991> (дата обращения: 14.09.2023).
5. Дудин, Н. П. Становление и развитие правоохранительной системы Российской Федерации / Н. П. Дудин. – Текст: электронный // Общество и право. – 2016. – № 2. – С. 289-294. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/stanovlenie-i-razvitie-pravoohranitelnoy-sistemy-rossiyskoy-federatsii> (дата обращения: 14.09.2023).
6. Касимова З.Г. Понятие агрессивности в психологопедагогической литературе. / З.Г. Касимова. – Текст: электронный // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. Т. 10. 111-115 с. [Электронный ресурс]. – URL: <http://ekoncept.ru/2015/95066.htm>. (дата обращения: 14.09.2023).
7. Коннор Д. Агрессия и антисоциальное поведение у детей и подростков: учебное пособие / Д. Коннор. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2015. – 288 с. – ISBN 978-5-7312-0921-2. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=426941#bib> (дата обращения: 14.09.2023).

Бердюгина Е.Ю., Дворцова Е.В.

Влияние танцев в стиле «Female» на самоотношение студентов-психологов

*Кузбасский гуманитарно-педагогический институт
Кемеровского государственного университета
(Россия, Новокузнецк)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-78

Аннотация

В работе рассматривается проблема влияния танцев в стиле female на самоотношение студентов-психологов. Представлен теоретический анализ основных понятий, результаты диагностики и результаты расчета значимости различий. В ходе исследования обнаружены значимые различия по шкале «самопринятие» в экспериментальной группе до и после воздействия.

Ключевые слова: самоотношение, самооценка, самопринятие, студент, психолог.

Abstract

The work examines the problem of the influence of dances in the female style on the self-attitude of psychology students. A theoretical analysis of basic concepts, diagnostic results and results of calculating the significance of differences are presented. The study found significant differences on the "self-acceptance" scale in the experimental group before and after the intervention.

Keywords: self-attitude, self-esteem, self-acceptance, student, psychologist.

Термин «самоотношение» впервые был введен Н. И. Сарджвеладзе в 1974 году. Самоотношение определялось как «отношение субъекта потребности к ситуации её удовлетворения, которое направлено на самого себя», классифицируемое как подкласс социальной установки [6].

А. Ф. Лазурский, В. Н. Мясищев в категории «самоотношение» рассматривает его как единство содержательных и динамических аспектов личности, мера осознания и качество эмоционально-ценностного принятия себя как инициативного и ответственного начала социальной активности [2].

С. Р. Пантелеев также определяет самоотношение в качестве обобщенной одномерной структуры, отражающей относительно устойчивый уровень позитивного или негативного отношения личности к самой себе [1].

По теории С. Р. Пантелеева, самоотношение состоит из трех компонентов: самоуважения, аутосимпатии и «самоуничижение». Каждый из этих компонентов имеет свою подструктуру и включает такие характеристики как закрытость, самоуверенность, саморуководство, отраженное самоотношение, самооценность, самопринятие, самопривязанность, внутренняя конфликтность и самообвинение [3].

К. Роджерс также разделяет общее отношение к себе на самооценку (отношение к себе как носителю определенных свойств и достоинств) и самоприятие (приятие себя в целом) вне зависимости от своих свойств и достоинств [5]. В нашем исследовании мы придерживались именно этого подхода.

Л. В. Бороздина считает, что самооценка - это наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает, это оценка с точки зрения определенной системы ценностей.

С. М. Колкова и С. М. Киселева определили условное и безусловное самопринятие. По мнению авторов, условное самопринятие связано с неумением или искажением при осознании своих внутриличностных переживаний, непринятием эмоций, чувств, реально действующих мотивов, что приводит к нарушению целостности личности. Безусловное самопринятие характеризуется сформированным осознанием и принятием своих истинных состояний, принятием себя в целом, в личностном и физическом плане, т. е. целостностью личности [4].

Стиль танцев «female» является образной составляющей таких стилей как High Heels, Vogue, Strip и т. д. Определение введено специально для данного исследования, для упрощения повествования. Все эти стили отличаются гибкостью, эмоциональностью и демонстративной сексуальностью женского тела.

Выборка представляет собой 30 студентов 5 и 4 курсов (15 в контрольной группе, 15 в экспериментальной), обучающихся по специальности «Психология служебной деятельности» в КГПИ КемГУ г. Новокузнецка, в возрасте от 20 до 25 лет, средний возраст по выборке составил 22 года.

Выборку исследования на 100% составляют девушки. Это решение принято в связи с тем, что женщины отличаются большей чувствительностью, что, в совокупности с особенностью и направленностью танцев в стиле female, позволяет максимально естественное погружение в танцевальный процесс.

Еще одним немаловажным фактором в пользу однополрой выборки для данного исследования является низкая вероятность скованности и стеснения при выполнении достаточно откровенных танцевальных движений. Что в свою очередь было бы для кого-то невыполнимым в присутствии лиц мужского пола. Также женщины более заинтересованы в проявлениях своей гибкости, чувственности и сексуальности.

Суть эксперимента заключалась в том, что на протяжении 3 недель 2 раза в неделю с респондентами проводились танцевальные занятия, как если бы это были занятия в студии танцев. Были также проведены входная и выходная диагностика самоотношения в экспериментальной и контрольной группах.

Используемые методики:

1. «Тест-опросник самоотношения» В. В. Столин С. Р. Пантилеев
2. «Тест самооценки» М. Соренсен

Сравнение результатов воздействия в рамках экспериментальной группы показало наличие значимых различий по шкале «самопринятие». Это означает, что у респондентов произошли изменения в восприятии своих положительных и отрицательных сторон. Это может быть связано с успехами в освоении танцевальных движений и положительном подкреплении своих достижений в данной области.

При сравнении дельта-значений в экспериментальной и контрольной группах значимых различий не было обнаружено.

Таким образом при сравнении показателей диагностики в экспериментальной и контрольной группе и подсчете достоверности различий по t-критерию Стьюдента можно сделать вывод о том, что показатели глобального самоотношения, самопринятия и самооценки, хоть и потерпели изменения в сторону повышения, но значимых показателей не достигли.

1. Кукулите, Т. Г. Основные подходы к изучению самоотношения личности в зарубежной психологии / Т. Г. Кукулите – Текст : электронный // Ученые записки СПбГУиЭ. – 2011. - №1. - С. 127-132
2. Мясищев, В. Н. Психология отношений: Избранные психологические труды / В. Н. Мясищев; под ред. А. А. Бодалева. – Воронеж : МОДЭК, 2011. – 398 с. – ISBN 978-5-89502-790-5.
3. Пантилеев, С. Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. / С. Р. Пантилеев. – Москва : Изд-во МГУ, 1991. – 108 с.; 22 см. – ISBN 5-211-02447-8
4. Пилипенко, Т. С. Самопринятие как субъектная характеристика / Т. С. Пилипенко – Текст : электронный // Известия Иркутского гос. ун., – 2022. – Т. 40 – С. 78-85.
5. Райгородский, Д. Я. Самосознание и защитные механизмы личности: хрестоматия. / редактор-составитель Д. Я. Райгородский. – Самара : Бахрах-М, 2022. - 654 с. – ISBN 978-5-94648-151-9
6. Сарджвеладзе, Н. И. Структура самоотношения личности и социо-генные потребности / Н. И. Сарджвеладзе – Текст : непосредственный // Проблемы формирования социогенных потребностей. – Тбилиси: Мицниереба, 1974. – С. 147-151.

Гибатдинова А.Р., Аликина А.С.

Анализ реализации доступной среды в высших учебных заведениях в рамках инклюзивного образования для студентов с нарушениями зрения

*Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт
(Россия, Нижний Тагил)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-79

Научный руководитель: Темникова Е.Ю.

Аннотация

В статье рассмотрена реализация программы «Доступная среда» на основе законодательства Российской Федерации на базе высших учебных заведений, обеспечивающих получение высшего профессионального образования лицам с ограниченными возможностями здоровья. На основе Конституции РФ и Федеральных законов РФ рассматривается специфика получения высшего профессионального образования людьми с ОВЗ, а именно конкретной

категории людей с нарушениями зрения (слабовидящие), раскрыты особенности обучения лиц с данной категорией нарушений. Анализ реализации доступной среды для слабовидящих студентов проводился на базе Нижнетагильского социально-педагогического института (г. Нижний Тагил), который является филиалом Российского государственного профессионально-педагогического университета (г. Екатеринбург).

Ключевые слова: инклюзивное образование, лица с ограниченными возможностями здоровья, нарушение зрения, слабовидящие студенты, доступная среда.

Abstract

The article discusses the implementation of the “Accessible Environment” program on the basis of the legislation of the Russian Federation on the basis of higher educational institutions that provide higher professional education to persons with disabilities. Based on the Constitution of the Russian Federation and Federal Laws of the Russian Federation, the specifics of obtaining higher professional education by people with disabilities, namely a specific category of people with visual impairments (visually impaired), are considered, and the features of training for people with this category of impairments are revealed. An analysis of the implementation of an accessible environment for visually impaired students was carried out on the basis of the Nizhny Tagil Social Pedagogical Institute (Nizhny Tagil), which is a branch of the Russian State Vocational Pedagogical University (Ekaterinburg).

Keywords: inclusive education, persons with disabilities, visual impairments, visually impaired students, accessible environment.

В настоящее время проблема доступности образовательной среды имеет существенное значение, так как современное общество стремится к социальной справедливости и равноправию, ориентируясь на этические основы нового социума. Принципы уважения человеческого достоинства, независимо от состояния физического и психического здоровья, возраста, пола, вероисповедания и социального положения, включают соблюдение прав человека, в том числе право на медицинское обслуживание, образование и труд. Вопросы толерантного отношения людей друг к другу, уважения и взаимопонимания возникают из-за того, что данные показатели являются крайне важными как для государств, так и для всего человечества в целом, ведь если игнорировать их, то это может привести к серьёзному расслоению общества. Для эффективной реализации и внедрения программ для разных групп людей в обществе, государство должно быть готово к взаимодействию между различными социальными группами населения.

Если говорить о людях с ограниченными возможностями здоровья, то сейчас можно увидеть активный рост численности таких детей в обычных среднеобразовательных школах. Дети с особыми образовательными потребностями учатся с нормотипичными детьми в одном классе в рамках инклюзивного образования. Они получают все необходимые знания и умения для дальнейшего личностного, умственного и социального развития. Если среднеобразовательные школы предоставляют программу обучения детей с ОВЗ в рамках инклюзии, то что можно сказать о высших учебных заведениях, предоставляющих получение высшего профессионального образования?

Необходимо провести анализ численности субъектов Российской Федерации в возрасте от 18 лет и старше, имеющих ограниченные возможности здоровья и стремящихся получить высшее профессиональное образование. Наблюдается низкая представленность студентов с инвалидностью, обучающихся в учебных заведениях высшего образования. Возникает вопрос о механизмах обеспечения доступа к высшему профессиональному образованию лиц с ограниченными возможностями здоровья, учитывая их незаметное присутствие среди обычных студентов в учебной среде. Это указывает на необходимость обсуждения и изучения вопроса доступности образования для людей с особыми образовательными потребностями.

Во второй главе Конституции РФ «Права и свободы человека и гражданина», говорится о том, что каждый имеет право на свободное передвижение и образование. Люди с

ограниченными возможностями здоровья не являются исключением. Также, в соответствии с Законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273 во всех образовательных учреждениях должны быть созданы специальные условия для обучения лиц с инвалидностью. Постановлением правительства государственная программа «Доступная среда» должна осуществляться на всей территории России. Соответствующие права инвалидов прописаны в законе № 181 ФЗ «О социальной защите инвалидов».

Наличие доступности образования и специальной образовательной среды указывает на готовность университета/института взаимодействовать с различными группами граждан и способствовать их личностному развитию путём качественных специальных индивидуальных программ обучения студентов с инвалидностью. Высшие учебные заведения должны осуществлять выпуск высококвалифицированных специалистов вне зависимости от их состояния здоровья.

В России с 2011 по 2025 годы реализуется государственная программа «Доступная среда», направленная на ликвидацию всех барьеров в жизни людей с ограниченными возможностями здоровья. Основная цель программы заключается в создании правовых, экономических и институциональных условий, способствующих интеграции инвалидов в общество и повышению их уровня жизни. Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации является ответственным исполнителем этой программы.

В паспорте государственной программы «Доступная среда» Свердловской области приводятся такие ожидаемые показатели, как увеличение числа инвалидов, принятых на обучение по программам бакалавриата, специалитета, среднего профессионального образования и высшего профессионального образования, а так же снижение доли студентов с инвалидностью, покидавших высшие учебные заведения по причине неуспеваемости.

Для анализа реализации программы «Доступная среда», мы сосредоточимся на изучении определенной группы людей с ограниченными возможностями, а именно — людях с нарушениями зрения (слабовидящие).

Нарушения зрения, как правило, оказывают влияние на все аспекты познавательной деятельности из-за снижения объема информации, доступной для восприятия. Сокращение зрительных ощущений также ограничивает возможности формирования образов памяти. Качественные изменения в работе визуальных систем влияют на процессы формирования образов, памяти, речи, внимания и другие. Кроме того, нарушается точность движений, а их интенсивность снижается.

Существует четыре категории лиц с нарушениями зрения, а именно: люди с косоглазием и амблиопией; люди с пониженным зрением; слабовидящие люди и люди с остротой зрения от 0,05 (5%) до 0,4 (40%) на лучше видящем глазу с коррекцией очками; слепые люди и люди с остаточным зрением. Острота зрения от 0 (0%) до 0,04 (4%) на лучше видящем глазу с коррекцией очками.

При значительном снижении остроты зрения зрительный анализатор становится основным источником восприятия информации об окружающем мире для людей с нарушениями зрения. Именно зрительный анализатор играет ведущую роль в процессе обучения, в том числе профессионального. Это означает, что для этой группы людей основными средствами обучения остаются чтение и письмо. Для обеспечения более эффективного усвоения материала людям с нарушениями зрения необходимо ясное представление об образах окружающей действительности, а так же демонстрация значимости представленной информации для будущей трудовой деятельности. Преподаватели также должны учитывать, что для успешного усвоения информации слабовидящим студентам требуется большее количество повторений и тренировок по сравнению с лицами с нормальным зрением.

Для комфортного обучения студентов с нарушениями зрения в высших учебных заведениях необходимо правильно, следуя всем рекомендациям, осуществлять обеспечение нужной для них доступной образовательной среды.

Мы провели анализ обеспечения и реализации программы «Доступная среда» для студентов с нарушениями зрения (слабовидящим) в НТГСПИ (Нижнетагильском социально-педагогическом институте) (г. Нижний Тагил), который является филиалом РГППУ (Российского государственного профессионально-педагогического университета) (г. Екатеринбург).

В Нижнетагильском социально-педагогическом институте осуществляется наличие возможности оказания психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи обучающимся студентам с нарушениями зрения.

Организационно-педагогическая поддержка слабовидящих студентов направлена на контроль учебного процесса в рамках инклюзивной образовательной среды. Это включает в себя контроль посещаемости занятий, помощь в организации самостоятельной работы при заболеваниях, проведение индивидуальных консультаций для студентов с продолжительными пропусками занятий, контроль выполнения учебных заданий, экзаменов и устранение академических задолженностей. Кроме того, в институте проводится консультирование педагогов и персонала по вопросам психофизических особенностей слабовидящих студентов, коррекция затруднительных ситуаций, проведение инструктажей и семинаров.

НТГСПИ создает благоприятную профессиональную и социокультурную среду, необходимую для формирования гражданской, правовой и профессиональной зрелости, способствует развитию волонтерской поддержки слабовидящих студентов, а также развивает умение коллектива толерантно воспринимать социокультурные и личностные различия.

Нижнетагильский социально-педагогический институт создаёт особые условия для студентов с нарушениями зрения (слабовидящих) при проведении текущей и государственной итоговой аттестации, а также учитывает их индивидуальные психофизические особенности, такие как: форма аттестации (устно, письменно на бумаге, письменно в электронном виде, с использованием тестов и прочее); предоставление дополнительного времени для подготовки ответов; организация дополнительных групповых и индивидуальных занятий по запросам студентов.

В рамках реализации государственной программы «Доступная среда» институтом была создана и оборудована специализированная учебная аудитория для инклюзивного образования (125А), расположенная на 1 этаже учебного корпуса №1 для студентов с ограниченными возможностями здоровья, в том числе и для лиц с нарушениями зрения.

Таблица 1

Наличие специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования для слабовидящих студентов в НТГСПИ.

<i>Основные критерии:</i>	<i>НТГСПИ</i>
<i>Электронный ручной видеувеличитель Snow 7HD Plus</i>	<i>имеется</i>
<i>Клавиатура с большими кнопками</i>	<i>имеется</i>
<i>Тактильный дисплей Брайля</i>	<i>отсутствует</i>
<i>Устройства для печати шрифтом Брайля и тактильной графики</i>	<i>отсутствуют</i>
<i>Сканирующие читающие устройства</i>	<i>отсутствуют</i>
<i>ЭРВУ</i>	<i>отсутствует</i>
<i>Тифлофлешлеер</i>	<i>отсутствует</i>

Таблица 2

Наличие обеспечения беспрепятственного доступа в здания института и свободного перемещения слабовидящих студентов внутри зданий образовательной организации.

<i>Основные критерии:</i>	<i>НТГСПИ</i>
<i>Поручни на наружной лестнице</i>	<i>имеются</i>
<i>Поручни на внутренних лестницах в зданиях института</i>	<i>отсутствуют</i>
<i>Поручни вдоль стен в зданиях института</i>	<i>отсутствуют</i>

<i>Лифты для быстрого перемещения</i>	<i>отсутствуют</i>
<i>Выделенные стоянки автотранспортных средств для инвалидов</i>	<i>имеются</i>
<i>Вывеска с названием организации, выполненная рельефно-точечным шрифтом Брайля</i>	<i>имеется</i>
<i>Контрастная маркировка стеклянных дверей</i>	<i>имеется</i>
<i>Контрастная маркировка ступеней лестничных маршей</i>	<i>имеется</i>
<i>Таблички с обозначением помещений, факультетов, выполненные рельефно-точечным шрифтом Брайля</i>	<i>имеются</i>
<i>Контрастные указатели</i>	<i>имеются</i>
<i>Тактильные пиктограммы</i>	<i>отсутствуют</i>
<i>Тактильные стенды</i>	<i>отсутствуют</i>
<i>Тактильно-звуковые (говорящие) таблички</i>	<i>отсутствуют</i>
<i>Тактильно-звуковые пиктограммы</i>	<i>отсутствуют</i>
<i>Тактильно-звуковые стенды</i>	<i>отсутствуют</i>
<i>2х канальная система вызова помощи</i>	<i>отсутствует</i>
<i>Увеличители</i>	<i>отсутствуют</i>

Таким образом, мы сделали вывод о том, что в НТГСПИ (Нижнетагильском социально-педагогическом институте) (г. Нижний Тагил), который является филиалом РГППУ (Российского государственного профессионально-педагогического университета) (г. Екатеринбург) реализована государственная программа «Доступная среда», которая предполагает обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья, в том числе лиц с нарушениями зрения (слабовидящие). Нашему институту необходима материальная поддержка или увеличение выделения бюджета на инклюзию для того, чтобы обеспечить комфортное пребывание и обучение слабовидящим студентам в данной образовательной организации. Основные рекомендации:

- необходимо закупить недостающие технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования для слабовидящих студентов;
- необходимо обеспечить все здания и этажи института приспособлениями для свободного перемещения студентов с нарушениями зрения (слабовидящих), а не только на крыльце главного входа института и на первом этаже;
- необходимо также проводить для преподавателей курсы повышения квалификации на темы инклюзивного образования и психологических особенностей лиц с нарушениями зрения;
- необходимо увеличить количество рабочих мест на должности психолога, дефектолога и тьютора для слабовидящих студентов.

- 1) Антонова Е.Г. Исследование взаимосвязи между архитектурной средой и доступностью зданий для маломобильных групп населения. - Санкт-Петербург: Вестник Санкт-Петербургского университета, 2018. - 368 с.
- 2) Зайцев Д.В. Социальная интеграция детей-инвалидов в современной России. - Саратов: Издательский центр «Амирит», 2003. - 255 с.
- 3) Информационно-аналитический отчет УрГАУ на основе показателей деятельности образовательной организации высшего образования, подлежащей самообследованию // Официальный сайт УрГАУ URL: <https://urgau.ru/> (дата обращения: 25.12.2023).
- 4) Лыхина Т.А. Проблемы национально-правового обеспечения доступности среды в целях реализации конвенции о правах инвалидов. - Санкт-Петербург: Издательский дом Юр-ВАК, 2015. - 300 с.
- 5) Пушкарева И.Г. Инклюзивное образование. Организация педагогического процесса. Особенности обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья. - Мурманск: МГГУ, 2016. - 380 с.

Головина П.М., Никешина Е.Р.

Использование ИКТ в условиях инклюзивного образования

Нижегородский государственный социально-педагогический институт (ф)
Российский государственный профессионально-педагогический университет
(Россия, Нижний Тагил)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-80

Научный руководитель: Темникова Е.Ю.

Аннотация

В статье отражены вопросы по организации инклюзивного образования с использованием информационных технологий. Отражены возможности ИКТ и их вспомогательные средства для улучшения образовательной среды детей с ОВЗ. Представлены направления применения ИКТ в образовании, а также рассмотрены задачи и аргументы в пользу использования ИКТ в инклюзивном образовании.

Ключевые слова: инклюзивное образование, информационные технологии, интерактивные технологии обучения, ОВЗ.

Abstract

The article reflects the issues of the organization of inclusive education using information technology. The possibilities of ICT and their auxiliary tools for improving the educational environment of children with disabilities are reflected. The directions of ICT application in education are presented, as well as the tasks and arguments in favor of using ICT in inclusive education are considered.

Keywords: inclusive education, information technology, interactive learning technologies, НИА.

В современном мире рассматривается инклюзивное образование, которое позволяет учащимся с ограниченными возможностями здоровья достигать успехов, которые позволяют осознавать их значимость. Данное образование имеет особенности. Главной является способность придать ученикам уверенность в себе, повышает их самооценку, а также дает возможность полноценного развития различных навыков.

Вообще, инклюзивное образование – это процесс образования, который подразумевает доступность для всех в связи с адаптацией к различным потребностям детей.

Существует несколько способов получения качественного образования. Одним из них является использование информационных и коммуникативных технологий. ИКТ средства являются важным инструментом для социализации детей с ОВЗ, а также образовательным ресурсом, который влияет на увеличение потенциала личности.

ИКТ обучение возможно внедрять в инклюзивное образование. Данные технологии помогают в налаживании контакта со сверстниками и учителями, а также создать условия для обучения различных детей. ИКТ позволяет развивать личностные, коммуникативные, волевые и нравственные качества у лиц с ОВЗ. Также предоставляется возможность в расширении визуализации образовательной информации, это благоприятно влияет на мотивацию учащихся при овладении различными навыками.

Выделяют ряд положительных причин использования ИКТ в инклюзивном образовании:

- 1) Социальный аспект (дает возможность обучать ключевым навыкам с целью понимания своей роли в обществе);
- 2) Профессиональный аспект (помогает в овладении навыками будущей профессиональной деятельности);
- 3) Педагогический аспект (позволяет совершенствовать качество обучения лиц с ОВЗ).

ИКТ позволяет повышать уровень и качество получаемых знаний. Это помогает обеспечить доступный уровень жизни лиц с ОВЗ, увеличивает их конкурентоспособность на рынке труда.

В свою очередь ИКТ не может решить все проблемы инклюзивного образования, но оно позволяет ускорить процесс доступа к информации. Дополнительным является то, что оно помогает стать полноценными и равноправными участниками в различных сферах жизни общества.

ИКТ в инклюзивном образовании может решать ряд задач:

- активизирует внимание;
- повышает восприятие учебного материала;
- повышает степень индивидуализации и дифференциации в обучении;
- повышает эффективность обучения;
- облегчает интеграцию учащихся в информационное общество;
- развивает мышление и память учащихся.

Дополнительно стоит отметить, что ИКТ на занятиях делает их интереснее и запоминающимися. Это улучшает восприятие даже сложного учебного материала. Дается возможность для создания такой системы образования, которая позволит каждому ребенку следовать своей собственной траектории обучения, также возможность в организации системы управления информационно-методическим обеспечением образования.

ИКТ в условиях инклюзивного образования дает возможность организовать новые формы взаимодействия в процессе обучения, также позволяет повысить доступность восприятия учебного материала и расширить сферу его самостоятельной деятельности. Отмечается, что использование ИКТ снижает затраты на организацию и проведение учебного процесса за счет переноса некоторых функций с педагога на электронные средства обучения, а также повышает уровень индивидуализации и дифференциации обучения.

Применение ИКТ помогает решить важную проблему инклюзивного образования, которая определяется в создании новых «обходных путей» обучения, которые основаны на применении информационных ресурсов. Например, для детей с нарушениями зрения учебный материал представляется в слуховой или тактильной форме. Это возможно благодаря использованию программ экранного чтения, тактильных дисплеев с брайлевской строкой, речевых синтезаторов и технологии экранного увеличения.

ИКТ в инклюзивном образовании играет три главные роли:

1. Компенсаторную (оказывает техническую помощь для облегчения традиционных для образования видов деятельности – чтения и письма);
2. Дидактическую (применение информационных технологий для более эффективной подачи учебного материала);
3. Коммуникационную (позволяет расширить области взаимодействия учащегося с миром и людьми).

В настоящее время существует несколько основных форм ИКТ, которые используются в инклюзивном образовании:

- стандартные технологии. В них включены: веб-браузеры, компьютеры, текстовые процессоры, мобильные телефоны со встроенными функциями;
- вспомогательные технологии. Устройства, направленные на усиление, поддержание или улучшение функциональных возможностей людей с ограниченными возможностями здоровья): клавиатуры со специальными возможностями, слуховые аппараты, устройства для чтения с экрана;
- доступные (альтернативные) форматы данных. Видеоматериалы с субтитрами и система доступной цифровой информации.

Эффективность использования ИКТ повышается в инклюзивном образовании и объясняется тем, что они могут расширить границы возможностей учащихся и педагогов. Благодаря ИКТ дети получают доступ к большому количеству информации в подходящей для

учащихся варианте. Также возможно наладить активность с другими детьми или педагогами, которое способствует повышению уровня мотивации к учебе и развитию.

Таким образом, применение ИКТ позволяет сделать процесс обучения более интересным и живым, учащиеся чувствуют себя ничем не ограниченными, а он может иметь связь буквально со всем миром. Для учащихся с ОВЗ применение ИКТ является возможностью для реализации себя. ИКТ позволяет облегчить процесс обучения, которое положительно влияет на интеллектуальное и языковое развитие учащихся. Оно позволяет развивать творческую активность детей, а также повышать интерес к учебной деятельности.

1. Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» об образовании детей с ОВЗ.
2. Дозорова Л.В. Основные преимущества использования ИКТ в инклюзивном образовании / Л.В. Дозорова, Е.А. Гурова // Приоритетные направления развития науки и образования, 2021. - С. 117-119.
3. Райс Д. ИКТ для инклюзивного образования. М.: Институт ЮНЕСКО по информационным технологиям в образовании, 2020.
4. Тринитатская О.Г. Управление развивающей средой в условиях инклюзивного образования: психолого-педагогический ракурс / О.Г. Тринитатская, Н.П. Эпова. - Ростов н/Д, 2019. - 244 с.

Дворцова Е.В., Аксенова А.А.

«Влияние тренинга «Развитие навыков самопрезентации» на самооценку и саморегуляцию студентов-юристов»

*Кузбасский гуманитарный педагогический институт
(Россия, Новокузнецк)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-81

Аннотация

В условиях рыночной экономики способность специалиста эффективно презентовать себя, свои личностные качества, способности, достижения, квалификацию и т. д. при этом сохраняя самообладание, входят в ряд значимых факторов достижения профессионального успеха. Самопрезентация, является значимым для юриста и в личностном, и в профессиональном аспектах, существенно определяя его социальную и профессиональную конкурентоспособность. Системным качеством, интегрирующим необходимые в данном контексте характеристики личности, представляется самопрезентационная компетентность.

В связи с этим возникает необходимость уже на начальных этапах подготовки обучающихся к профессиональной юридической деятельности формировать компетенции, связанные с самопрезентацией и самопредъявлением как значимых компонентов личностных конструктов, обеспечивающих умение общаться с другими людьми, хорошо выглядеть, уверенно чувствовать себя на публике, справляться со стрессовыми ситуациями.

Тренинг «Развитие навыков самопрезентации» может способствовать повышению самооценки и развитию саморегуляции студентов-юристов. В данном контексте, навыки самопрезентации включают в себя умение уверенно и эффективно представлять себя и свои идеи перед аудиторией, что является важным аспектом для будущих юристов.

Ключевые слова: исследование, влияние, юрист, тренинг, навыки самопрезентации, самооценка, самопредъявление, саморегуляция, эксперимент.

Abstract

In the conditions of market economy, the ability of a specialist to effectively present himself, his personal qualities, abilities, achievements, qualifications, etc., while maintaining self-control, are among the significant factors in achieving professional success. Self-presentation is significant for a lawyer in both personal and professional aspects, significantly determining his social and professional competitiveness. Self-presentational competence appears to be a systemic quality that integrates the personality characteristics necessary in this context.

In this regard, there is a need to form competencies related to self-presentation and self-presentation as significant components of personal constructs that ensure the ability to communicate with other people, look good, feel confident in public, cope with stressful situations.

The training "Development of Self-Presentation Skills" can help to increase self-esteem and develop self-regulation of law students. In this context, self-presentation skills include the ability to confidently and effectively present oneself and one's ideas in front of an audience, which is an important aspect for future lawyers.

Keywords: research, influence, lawyer, training, self-presentation skills, self-efficacy, self-presentation, self-regulation, experiment.

Объект: учебно-профессиональная деятельность студентов-юристов.

Предмет: влияние тренинга «Развитие навыков самопрезентации» на самооценку и саморегуляцию студентов-юристов.

Гипотеза: тренинг «Развитие навыков самопрезентации» влияет на самооценку и саморегуляцию студентов-юристов, а именно: повышает показатели самооценки, общей саморегуляции, силы воли, контроля, эмоций стенических и понижает показатели нейротизма.

Методы: теоретический анализ литературы, психодиагностическое тестирование, эксперимент, метод математико-статистической обработки (t-критерий Стьюдента).

Методики:

1. Опросник «Стиль саморегуляции поведения — ССП-98» В. И. Моросановой;
2. Опросник диагностики саморегуляции (ДИАСАМ) (совместно с К. В. Злоказовым);
3. Методика исследования самооценки личности С. А. Будасси.

Выборка: 30 студентов юристов, КГПИ КемГУ г. Новокузнецк, 15 студентов в экспериментальной группе и 15 в контрольной.

Термин «самооценка» в психологической литературе понимается как сложная система, определяющая характер самоотношения индивида и включающая общую самооценку, отражающую уровень самоуважения, целостное принятие или непринятие себя, и парциальные, частные самооценки, характеризующие отношение к отдельным сторонам своей личности, поступкам, успешности отдельных видов деятельности.

У. Джемс понимает самооценку, как оценку своего положения в обществе, своего успеха или неуспеха в жизни. Р. Бернс рассматривает самооценку как эмоциональный компонент Я-концепции (содержательной структуры самосознания), связанный с отношением к себе или отдельным своим качествам.

Отечественная наука в контексте фундаментальных положений теории Л. С. Выготского рассматривает самооценку как компонент самосознания личности в концепции деятельности и общения: все процессы самосознания носят опосредованный характер, поскольку они развиваются в деятельности человека и его общении с другими людьми.

Р. Азимова самооценку понимает как действующую динамичную систему, определяющую положительную и отрицательную структуру намерений и поступков личности.

Таким образом, в психологической литературе самооценке уделено большое внимание. При этом различными авторами самооценка интерпретируется по-разному. В нашем исследовании мы будем опираться на понятие У. Джемса, который понимает самооценку, как оценку своего положения в обществе, своего успеха или неуспеха в жизни.

В отечественной психологии представления о саморегуляции личности складывались постепенно. Согласно точке зрения В. И. Моросановой, О. А. Конопкина и А. К. Осницкого саморегуляция представляет из себя процессы инициации и выдвижения субъектом целей активности, а также управление достижением этих целей. Процессы саморегуляции рассматриваются этими авторами как внутренняя целенаправленная активность человека,

которая реализуется за счет системного участия самых разных процессов, явлений и уровней психики.

Б. В. Зейгарник рассматривает саморегуляцию как сознательный процесс, который направлен на управление своим поведением. Ею выделяется два уровня саморегуляции: операционально-технический, связанный с сознательной организацией действия с помощью средств оптимизации и мотивационный, на котором организуется общая направленность деятельности с помощью управления мотивационно-потребностной сферой.

Саморегуляция по В. А. Ядову, М. И. Бобновой, Г. В. Суходольскому, Е. В. Шороховой – системно-организованный процесс внутренней психической активности человека по инициации, построению, поддержанию и управлению разными видами деятельности индивида, касающейся достижения принимаемых им целей.

Таким образом, мы рассмотрели подходы среди взглядов ученых-психологов к пониманию саморегуляции. В нашем исследовании мы будем опираться на понятие Б. В. Зейгарник, которая рассматривает саморегуляцию как сознательный процесс, который направлен на управление своим поведением.

По теме нашего исследования «Влияние тренинга «Развитие навыков самопрезентации» на самооценку и саморегуляцию студентов юристов» не имеется научных трудов, что в свою очередь детерминирует актуальность нашей темы исследования.

С целью изучения влияния тренинга «Развитие навыков самопрезентации» на самооценку и саморегуляцию студентов юристов была составлена выборка из 30 студентов-юристов КГПИ КемГУ, г. Новокузнецка.

Из 30 студентов-юристов КГПИ КемГУ 15 составили экспериментальную группу и 15 вошли в контрольную. Возраст варьируется от 19 до 23 лет.

Для получения эмпирических данных о личностных особенностях и поведении человека, мы использовали метод психодиагностического тестирования. С применением психодиагностического тестирования нам удалось получить необходимые эмпирические данные об уровне самооценки и саморегуляции студентов контрольной и экспериментальной группах.

Для достижения цели нашего исследования важным методом является эксперимент, который мы понимаем, как метод научного познания, при помощи которого исследуются явления реально-предметной действительности в определённых (заданных), воспроизводимых условиях путём их контролируемого изменения. В рамках данного метода мы реализовали входную психодиагностику самооценки и саморегуляции студентов-юристов во всей выборке. Студентам-юристам было предложено пройти опросники в конце учебного дня, в конце последних занятий. В дальнейшем мы разделили выборку респондентов на 2 группы случайным образом (жеребьевкой). Для студентов-юристов, оказавшихся в экспериментальной группе, был реализован тренинг «развитие навыков самопрезентации». Представителям экспериментальной группы было предложено выбрать один удобный для них день, и после пар провести развивающее занятие в виде тренинга. После договоренности в указанный день был реализован тренинг, по окончании которого мы реализовали повторное психодиагностическое исследование рассматриваемых явлений. На следующий день осуществили выходную психодиагностику у студентов-юристов в контрольной группе. В дальнейшем, с использованием t-критерия Стьюдента мы проанализировали и сравнили полученные показатели, вследствие чего сделали выводы для проверки гипотезы.

Для определения уровня самооценки и саморегуляции у студентов юристов мы использовали опросник «Стиль саморегуляции поведения — ССП-98» В. И. Моросановой; опросник диагностики саморегуляции (ДИАСАМ) (совместно с К. В. Злоказовым); методику исследования самооценки личности С. А. Будасси.

Результаты входной психодиагностики по опроснику «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В. И. Моросановой изображены на рисунке 1.

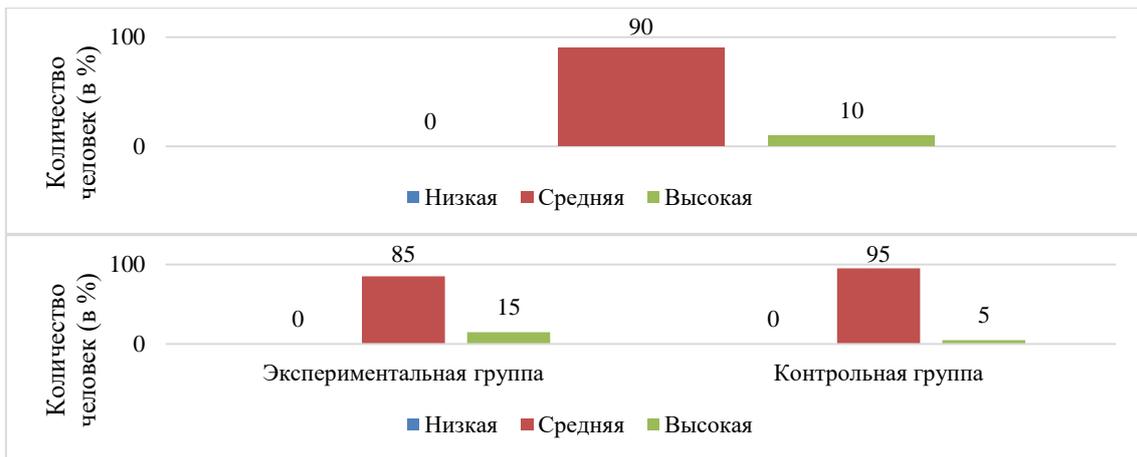


Рисунок 1. Результаты входной диагностики саморегуляции для всей выборки и обследуемых групп по методике В. И. Моросановой.

Результаты свидетельствуют о том, что показатель саморегуляции для всей выборки у большинства респондентов находится на среднем уровне (90 %), меньше обследуемых имеют высокую саморегуляцию (10 %). В экспериментальной группе большинство респондентов обладают средней саморегуляцией (85 %), оставшаяся часть студентов-юристов имеют высокую саморегуляцию (15 %). В контрольной группе большая часть респондентов характеризуются средней саморегуляцией (95 %), оставшаяся часть выборки (5 %) имеют высокую саморегуляцию.

Результаты входной диагностики по опроснику диагностики саморегуляции (ДИАСАМ) (совместно с К. В. Злоказовым) представлены на рисунке 2 и 3.



Рисунок 2. Результаты входной диагностики саморегуляции для всей выборки и обследуемых групп по методике К.В. Злоказова.

Результаты свидетельствуют о том, что показатель силы воли для большей части выборки находится на среднем уровне (73 %), меньше обследуемых (20 %) обладают высокой силой воли, оставшаяся часть респондентов во всей выборке (7 %) имеют низкую силу воли.

Показатель контроля для большей части выборки находится на среднем уровне (81 %), меньше обследуемых (10 %) обладают высоким контролем, оставшаяся часть респондентов во всей выборке (9 %) имеют низкий контроль.

Показатель стенических эмоций для большей части выборки находится на среднем уровне (65 %), меньше обследуемых (20 %) обладают высокими стеническими эмоциями, оставшаяся часть респондентов во всей выборке (15 %) имеют низкую степень стенических эмоций.

Результаты входной диагностики по методике исследования самооценки личности С. А. Будасси представлены на рисунке 4.

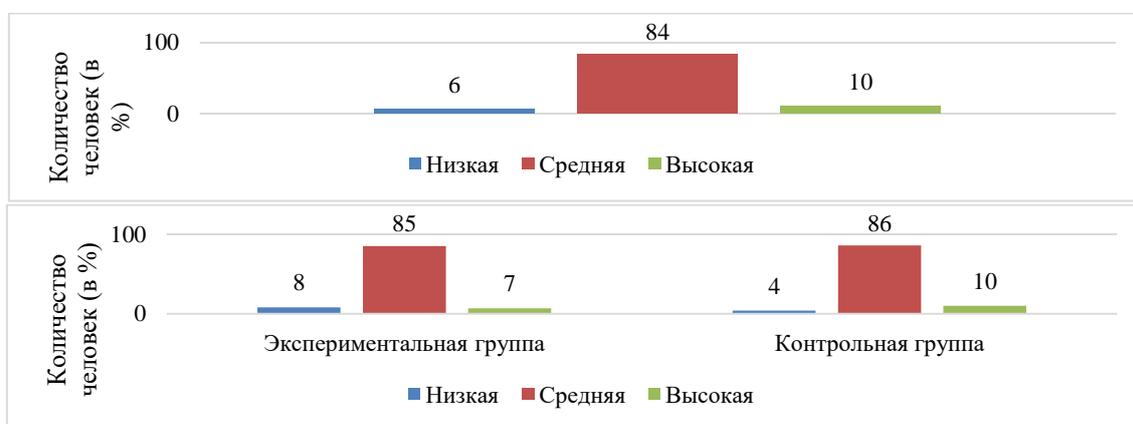


Рисунок 4. Результаты входной диагностики самооценки для всей выборки и обследуемых групп по методике С. А. Будасси (в %).

Представленные на рисунке 4 результаты свидетельствуют о том, что во всей выборке для большинства обследуемых характерна средняя самооценка (84 %), меньше студентов-юристов имеют высокую самооценку (10 %), оставшаяся часть выборки (6 %), характеризуются низкой самооценкой.

Согласно сравнительному анализу данных с использованием t-критерия Стьюдента не было выявлено значимых различий между обследуемыми группами.

Для определения уровня самооценки и саморегуляции у студентов юристов и сравнения полученных данных до и после эксперимента мы также использовали мы использовали опросник «Стиль саморегуляции поведения — ССП-98» В. И. Моросановой; опросник диагностики саморегуляции (ДИАСАМ) (совместно с К. В. Злоказовым); методику исследования самооценки личности С. А. Будасси.

На рисунке 5 представлены результаты входного и выходного психодиагностического тестирования по опроснику «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В. И. Моросановой.

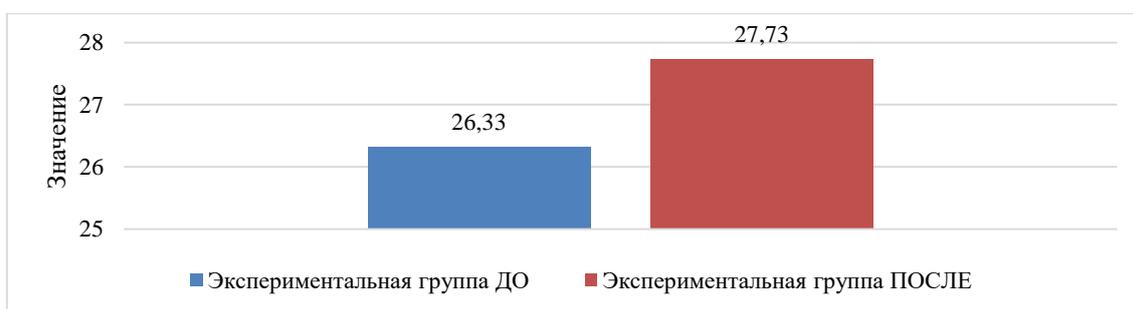


Рисунок 5. Результаты входной и выходной диагностики саморегуляции в экспериментальной группе.

Из представленных на рисунке 5 результатов можно наблюдать, что среднее арифметическое саморегуляции в экспериментальной группе до проведения тренинга «развитие навыков самопрезентации» равно 26,33 ($\pm 3,22$). После проведения тренинга показатель саморегуляции равен 27,73 ($\pm 3,35$). В связи с этим, мы можем наблюдать тенденцию к повышению саморегуляции.

На рисунке 6 представлены результаты входного и выходного психодиагностического тестирования по опроснику диагностики саморегуляции (ДИАСАМ) (совместно с К. В. Злоказовым).

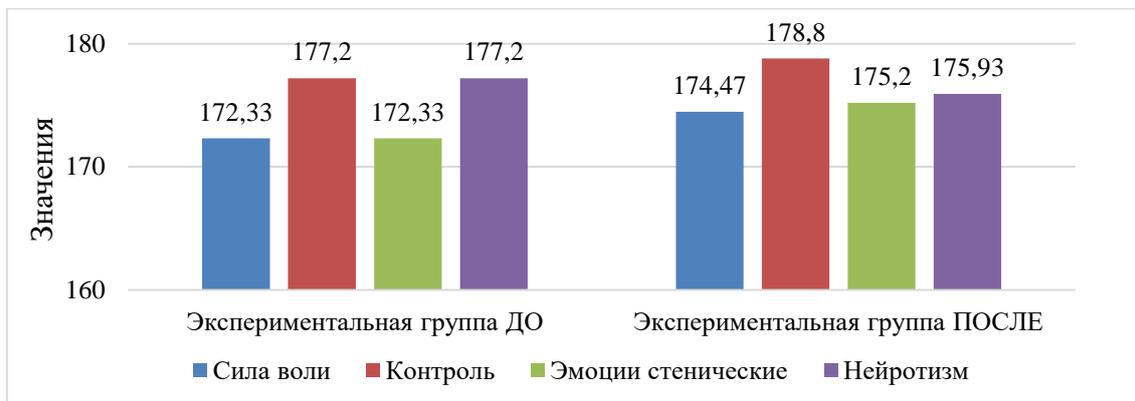


Рисунок 6. Результаты входной и выходной диагностики саморегуляции в экспериментальной группе.

Из данных, представленных на рисунке 6 видно, что после проведения тренинга показатели силы воли равны 174,47 ($\pm 15,17$), контроля 178,8 ($\pm 14,53$), эмоций стенических 175,2 ($\pm 15,08$) и нейротизма 175,93 ($\pm 14,83$) соответствуют средней саморегуляции. В связи с этим, мы можем наблюдать тенденцию к повышению саморегуляции, а именно таких показателей, как силы воли, контроля, эмоций стенических и понижению нейротизма.

На рисунке 7 представлены результаты входного и выходного психодиагностического тестирования по методике исследования самооценки личности С.А. Будасси.

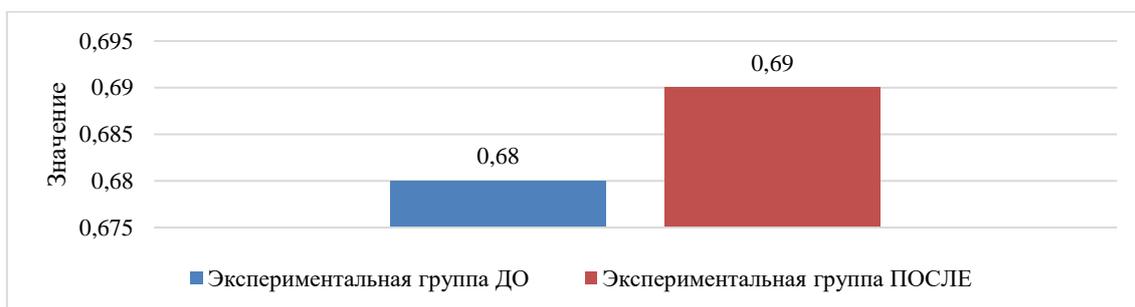


Рисунок 7. Результаты входной и выходной диагностики самооценки в экспериментальной группе.

Из представленных на рисунке 7 результатов можно наблюдать, что среднее арифметическое самооценки в экспериментальной группе до проведения тренинга «развитие навыков самопрезентации» равно 0,68 ($\pm 0,12$). После проведения тренинга показатель самооценки равен 0,69 ($\pm 0,12$). В связи с этим, мы можем наблюдать тенденцию к повышению самооценки.

Полученные результаты в ходе математико-статистической обработки показали значимую разницу в показателях саморегуляции. Тренинг «развитие навыков самопрезентации» повышает способность организовывать работу по достижению поставленной учебно-профессиональной цели, контролировать, анализировать и оценивать промежуточные этапы своей деятельности.

Незначимость таких шкал, как «Контроль» и «Нейротизм» мы обосновываем наличием среднего контроля и нейротизма. А незначимость показателя самооценки возможно связана с уже имеющейся адекватной самооценкой у студентов-юристов и недостаточностью проведенного количества часов тренинга для его влияния на самооценку.

Таким образом, мы заключаем, что тренинг «развитие навыков самопрезентации» повлиял на повышение саморегуляции студентов юристов экспериментальной группы по сравнению с контрольной группой.

Выдвинутая в начале исследования гипотеза о том, что тренинг «развитие навыков самопрезентации» влияет на самооценку и саморегуляцию студентов юристов, а именно: повышает показатели самооценки, общей саморегуляции, силы воли, контроля, эмоций стенических и понижает показатели нейротизма, подтвердилась частично, т.к. для шкал «Контроль», «Нейротизм» и показателя самооценки не было выявлено значимых различий.

1. Бороздина, Л. В. Что такое самооценка // Л. В. Бороздина. – Текст электронный // Психологический журнал. – 2012. – № 4. – С. 99. – URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/197480229.pdf> (дата обращения: 03.10.2023).
2. Гунзунова, Б. А. Применение методов психической саморегуляции в профессиональной педагогической деятельности / Б. А. Гунзунова – Текст : электронный // Вестник Бурятского государственного университета. – 2011. – №5. – С. 11-15. – URL: <chromeextension://efaidnbmninnibpcjpcglclefindmkaj/http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/11956/2/2018Savina.pdf> (дата обращения: 03.10.2023).
3. Джеймс У. Психология: учебное пособие / У. Джеймс. - Москва : Форум, 2012. – 544 с. – ISBN 978-5-91134-567-9. – Текст : непосредственный.
4. Кацера, А. А. Подходы к трактовке саморегуляции в психологии / А. А. Кацера, А. В. Кобзарь. — Текст : непосредственный // Психологические науки: теория и практика : материалы II Междунар. науч. конф. (г. Москва, март 2014 г.). — Москва : Буки-Веди, 2014. — С. 10-12. — URL: <https://moluch.ru/conf/psy/archive/110/4694/> (дата обращения: 03.10.2023).
5. Крылова, Н.Н. Развитие готовности студентов к саморегуляции в процессе обучения в вузе: университетское образование / Н.Н. Крылова. – Москва : Юрайт, 2013. – с. 28–29. ISBN 965-8-71325-465-9.
6. Райгородский, Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / Д. Я. Райгородский. – Москва: Издательство «Бахрах-М», 2022. – 672 с. – ISBN 978-5-9464-8092-5. – Текст: непосредственный.
7. Молчанова, О. Н. Самооценка: теоретические проблемы и эмпирические исследования : учебное пособие / О. Н. Молчанова. - 3-изд., стер. - Москва : ФЛИНТА, 2021. - 392 с. - ISBN 978-5-9765-0945-0. - Текст : электронный. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/1588078> (дата обращения: 04.10.2023).
8. Моросанова, В.И. Самосознание и саморегуляция поведения : монография / В.И. Моросанова, Е.А. Аронова. - Москва : Институт психологии РАН, 2007. - 214 с. - ISBN 978-5-9270-0104-0. - Текст : электронный. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/1058799> (дата обращения: 04.10.2023).
9. Чупров, В. И. Молодежь в культурном пространстве: саморегуляция жизнедеятельности : монография / Ю. А. Зубок, В. И. Чупров. — Москва : Норма : ИНФРА-М, 2022. — 304 с. - ISBN 978-5-00156-082-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1877349> (дата обращения: 04.10.2023).

Дворцова Е.В., Шаврова О.А.

Влияние настольной игры "Уно" на агрессивность и конфликтность у подростков

Кузбасский гуманитарно-педагогический институт

Кемеровский государственный университет

(Россия, Новокузнецк)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-82

Аннотация

В статье рассматривается влияние настольной игры «Уно» на агрессивность и конфликтоустойчивость у подростков. Изучение проблемы агрессивного поведения среди детей и подростков в последнее время стало едва ли не самой значимой в отечественной и зарубежной психологии. Особое положение подросткового периода в развитии ребенка отражено в его названиях: «переходной», «переломный», «трудный», «критический». В них закреплена сложность и значимость процессов развития, происходящих в этом возрасте, связанных с переходом от одного этапа жизни к другому. Также помимо агрессивности актуальности подвержена и проблема конфликтности у подростков. Конфликтное поведение широко распространенное явление в данном возрасте. Оно выступает способом утверждения своей позиции, как в отношениях со взрослыми (родителями, учителями, тренерами и пр.), так и в отношениях со сверстниками (одноклассники, друзья).

Различные психологические мероприятия (тренинги или элементы тренинга, «разговоры о важном» в школах и пр.), которые включают в себя настольные игры, могут способствовать нахождению конфликта в классе на ранних этапах и предотвратить его. В рамках, выше сказанного, преподаватель может пронаблюдать поведение своих подопечных, отследить взаимоотношения учеников во время игры и т.д.

В связи с этим, исходя из обозначенной актуальности проблемы, тема нашего исследования «Влияние настольной игры "Уно" на агрессивность и конфликтность у подростков».

Ключевые слова: влияние, подростки, агрессивность, конфликтоустойчивость, настольная игра.

Abstract

The article examines the influence of the board game "Uno" on aggressiveness and conflict resistance in adolescents. The study of the problem of aggressive behavior among children and adolescents has recently become perhaps the most significant in domestic and foreign psychology. The special position of the teenage period in the development of a child is reflected in its names: "transitional", "turning point", "difficult", "critical". They enshrine the complexity and significance of the developmental processes occurring at this age, associated with the transition from one stage of life to another. Also, in addition to aggressiveness, the problem of conflict in adolescents is also subject to relevance. Conflict behavior is a widespread phenomenon at this age. It acts as a way of asserting one's position, both in relationships with adults (parents, teachers, coaches, etc.) and in relationships with peers (classmates, friends).

Various psychological activities (trainings or training elements, "talks about important things" in schools, etc.), which include board games, can help identify conflict in the classroom at an early stage and prevent it. Within the framework of the above, the teacher can observe the behavior of his students, track the relationships between students during the game, etc.

In this regard, based on the indicated relevance of the problem, the topic of our research is "The influence of the board game "Uno" on aggressiveness and conflict in adolescents".

Keywords: influence, teenagers, aggressiveness, conflict resistance, board game.

Изучение проблемы агрессивного поведения среди детей и подростков в последнее время стало едва ли не самой значимой в отечественной и зарубежной психологии. Особое положение подросткового периода в развитии ребенка отражено в его названиях: «переходной», «переломный», «трудный», «критический». В них закреплена сложность и значимость процессов развития, происходящих в этом возрасте, связанных с переходом от одного этапа жизни к другому. Переход от детства к взрослости составляет основное содержание и специфическое отличие всех сторон развития в этот период – физического, умственного, нравственного, социального.

Стоит отметить, что в структуре подростковой агрессии наиболее часто преобладают жестокие проявления (девиантное, делинквентное и криминальное поведение: хулиганство, драки, различные аддикции, правонарушения и т.д.). Закрепление форм агрессивного поведения происходит под влиянием неблагоприятных внешних условий – авторитарный стиль воспитания, недостатки нравственного воспитания, деформация системы ценностей. Эмоциональная холодность или чрезмерная строгость родителей часто приводят к накоплению внутреннего психического напряжения у детей, которые стараются разрядить его посредством агрессивных действий. Также к психологическим факторам агрессивного поведения относят: искаженная Я-концепция, неадекватная самооценка, фрустрированная потребность в признании, эмоциональная депривация.

Также помимо агрессивности актуальности подвержена и проблема конфликтности у подростков. Конфликтное поведение широко распространенное явление в данном возрасте. Оно выступает способом утверждения своей позиции, как в отношениях со взрослыми (родителями, учителями, тренерами и пр.), так и в отношениях со сверстниками

(одноклассники, друзья). Подростковый период жизни является самым сложным так, как наступает кризис подросткового возраста, который сопровождается характерными изменениями у ребёнка: бунтарство, упрямство, негативизм, стремление к независимости от взрослых, инфантильность, синдром «главного героя» и пр. Отношения со сверстниками становятся напряженными, так как интересы становятся разными и некоторые из детей очень «ревностно» пытаются их отстаивать, создавая конфликтную ситуацию.

Различные психологические мероприятия (тренинги или элементы тренинга, «разговоры о важном» в школах и пр.), которые включают в себя настольные игры, могут способствовать нахождению конфликта в классе на ранних этапах и предотвратить его. В рамках, выше сказанного, преподаватель может пронаблюдать поведение своих подопечных, отследить взаимоотношения учеников во время игры и т.д.

Практическая значимость: полученные результаты могут быть использованы психологами и преподавателями высших учебных заведений для профилактики агрессивности и конфликтности у школьников, создания специальных программ, которые могут в себя включать настольные игры, позволяющие вовремя отследить возникающие конфликты в классах, и также обеспечивать поддержание оптимального уровня психологического здоровья подростков. Игры помогают диагностировать и привести гармонию в социально-семейные отношения: отношения детей с родителями, отношения детей друг с другом. В процессе игры участники вырабатывают навыки приемлемого решения конфликтных ситуаций. Доказать или опровергнуть влияние настольных игр на агрессивность и конфликтность человека, что позволит сделать вывод о том, насколько настольные игры оказывают на него влияние.

Психологический анализ учебной деятельности подростков

В нашем исследовании психологический анализ учебной деятельности подростков произведен на основе работ Д.Б. Эльконина и Т.В. Драгуновой.

Данные исследования показывают, что в начале подросткового возраста наблюдается большое разнообразие в уровнях развития учебной деятельности — от наиболее низкого уровня, в котором могут отсутствовать элементарные умения организовывать самостоятельную работу и пр. Также может наблюдаться ряд промежуточных форм (Например, самостоятельная работа наблюдается только при выполнении домашних заданий). И наиболее высокий уровень, где ученик самостоятельно осваивает новый учебный материал, и даже может освоить новые области знаний вне учебного материала [8**Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

Д.Б. Эльконин в структуру учебной деятельности включает учебную цель, учебные действия, действия контроля процесса усвоения, действия оценки степени усвоения [8**Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

Общая характеристика деятельности: первостепенное значение в этом возрасте приобретает общение со сверстниками, а именно интимно-личностная деятельность. Интимно-личностное общение является ведущей деятельностью подростков в концепции Д. Б. Эльконина: общение с друзьями помогает активно осваивать нормы, цели и средства социального поведения у подростка. Также вырабатываются критерии оценки себя и других, опираясь на заповеди единства с товарищами [8**Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

Оценки в школе также «преломляются» через призму общения со сверстниками. Главная ценность отметки подростков в том, что она дает возможность занять в классе более высокое положение, престиж или же статус. Но если высокого положения, статуса, можно добиться не только за счет высокой успеваемости, а проявления других качеств: например, популярность в школе (социальные сети, высокие достижения в спорте или творчестве, а в худшем варианте: буллинг), то значимость отметки тут же падает. Сквозь призму общественного мнения класса ученики воспринимают и своих учителей. Потому не редкость, когда подростки конфликтуют с учителями, нарушают дисциплину и, чувствуя молчаливое одобрение одноклассников, не испытывают при этом неприятных субъективных переживаний.

Агрессивность у подростков как психологический феномен

Агрессивность как психологический и социально-психологический феномен довольно давно известен в научной области. Так как проблема агрессивности актуальна и в нынешнее время: агрессивность в подростковом и детском возрасте (способы её корректировки, профилактики), агрессивность в педагогике, увеличение количества преступлений на основе агрессивности и пр. Но, несмотря на множество зарубежных и отечественных подходов, рассматривающих агрессивность с разных подходов, на данный момент не существует общего определения данного феномена.

Агрессивность нужно рассматривать как: относительно устойчивую черту личности, которая выражается в готовности к агрессии, а так же в склонности воспринимать и интерпретировать поведение другого человека или группы, как враждебное [4].

Агрессия в подростковом возрасте влияет на взаимоотношения с родителями, друзьями, сверстниками, а так же учебную деятельность, индивидуальное развитие, успешность в будущей профессиональной деятельности. А. А. Реан в своих трудах пришел к выводу, что уровень выраженности агрессивных реакций взаимосвязан с самооценкой подростков [7]. Общая тенденция заключается в наличии прямой связи: чем выше уровень самооценки, тем выше показатели общей агрессии и различных ее составляющих.

Проблема агрессивности считается, чуть ли не самой важной в период подросткового возраста. Агрессивное поведение – ситуативное, социальное, психологическое состояние непосредственно перед или во время агрессивного действия. Проблемой агрессии занимались многие ученые и педагоги не только современности, но и прошлых лет. Например А. Басс и А. Дарки выделяли 5 видов агрессии:

1. Физическая агрессия (физические действия против кого-либо);
2. Раздражение (вспыльчивость, грубость);
3. Вербальная агрессия (угрозы, крики, ругань и т.д.);
4. Косвенная агрессия, направленная (сплетни, злобные шутки) и ненаправленная (крики в толпе, топанье и т.д.);
5. Негативизм (оппозиционное поведение) [2].

Теоретический анализ понятия «конфликтность»

Изучение конфликтности личности в настоящее время актуально и получило новые возможности исследования в связи со сложно разрешимыми вопросами проблем общества. Конфликтность наиболее ярко проявляется именно в ситуации конфликта. Но все же эти понятия необходимо четко разграничивать.

Конфликт - это столкновение противоположно направленных, несовместимых друг с другом тенденций в сознании отдельно взятого индивида, в межличностных отношениях индивидов или группы людей, связанных с острыми эмоциональными переживаниями [4].

А.Н. Алексеев Л.И. Божович выделяют в процессе психического развития человека стабильные периоды и периоды кризисов и отмечают, что именно критические периоды сопровождаются проявлением негативных черт в поведении и деятельности. По мнению Л. И. Божовича конфликтность – это явление, свойственное возрастному кризису, обостряется в случае депривации новых потребностей ребенка в сфере общения и деятельности [3].

В своих работах А. Н. Алексеев выделял, что конфликтность часто встречается в те периоды, в которых происходит овладение ребенком социальными ролями. К этим периодам она относит: адаптацию ребенка к условиям детского сада, переход от раннего детства к дошкольному, освоение роли школьника, подростковый возраст [1].

Влияние настольной игры "Уно" на агрессивность и конфликтность у подростков

Настольные игры так и остаются классикой жанра в человеческой жизни. Не знаете чем занять себя или гостей, как провести время с семьёй и пр., на помощь всегда придут

настольные игры, которые в отличие от видеоигр не требуют подключения к интернету или наличия световой энергии. Но настольные игры также способны повлиять негативно на человека, как и их «компьютерные сёстры».

Рассмотрим несколько схожих работ, которые посвящены теме влияния настольных игр на агрессивность и конфликтность.

В своей работе «О конфликтах в настольных играх» А. А. Платонов, указывает, что конфликтные игры не всем по душе, так как: некоторые люди не способны атаковать соперника напрямую (личностные характеристики), кто-то (чаще всего девушки) негативно воспринимает прямые конфликты и не умеет их конструктивно решать. Но в настольных играх конфликты неизбежны и потому важно знать, как это можно использовать в свою пользу [6].

В статье педагога-психолога Струнинского Медицинского центра Л.М. Меткиной «Настольные игры для развития эмоциональной компетентности» автор приходит к выводам, что атмосфера игры для взрослых и детей привычна и безопасна. Особенно если это группа сверстников, что позволяет им больше раскрепоститься, дает возможность свободно выразить свои чувства и намерения, проявить себя, учит выражать свои потребности и чувства вербально [5].

Этапы исследования

Изучение влияния настольной игры "Уно" на агрессивность и конфликтность у подростков осуществлялось согласно ряду таких этапов:

Этап первый: была сформулирована тема исследования, выявлена и обоснована проблема, актуальность исследования. На данном этапе также были выделены объект и предмет.

Этап второй: были сформулированы гипотеза, цель и задачи исследования. Вследствие данного этапа было определено дальнейшее направление исследования, которое заключается в подтверждении или опровержении выдвинутой гипотезы, а также в достижении итогового результата, сформулированного в цели исследования с помощью конкретных путей и средств, определённых в задачах, используемых методах и методиках.

Этап третий: выполнен теоретический анализ научной литературы для изучения различных подходов в определении основных понятий исследования.

Этап четвёртый: были описаны методы исследования, суть которых заключается в специальных способах получения точных данных и их анализа. А также методики исследования с целью получения эмпирических данных для исследования.

Пятый этап: была определена выборка исследования. Данный этап позволил выбрать группу респондентов, которые в последующем были разделены на экспериментальную и контрольную группы, для осуществления сравнительного анализа и выявления результатов влияния настольной игры "Уно" на агрессивность и конфликтность у подростков.

Шестой этап: происходила входная диагностика с целью определения актуального уровня агрессивности и конфликтности у подростков.

Седьмой этап: включал в себя реализацию выходной диагностики среди участников экспериментальной и контрольной группы, что позволило нам получить данные для осуществления математико-статистической обработки данных.

Восьмой этап: происходил математический анализ полученных путем психодиагностического исследования данных. С помощью t-критерия Стьюдента были сопоставлены данные входной и выходной диагностики и определены результаты влияния настольной игры "Уно" на агрессивность и конфликтность у подростков.

Девятый этап: были сформулированы выводы и заключения исследования. В выводах соответственно теоретическим и практическим задачам сформулированы в сокращенной форме основные результаты исследования. В заключении отражен в обобщенной форме основной результат работы, а также мы подтвердили, что цель работы была достигнута.

Таким образом, исследование влияния настольной игры "Уно" на агрессивность и конфликтность у подростков осуществлялось в 9 этапов.

Описание методов и методик исследования

Для достижения целей и проверки гипотезы нашего исследования мы использовали следующие методы: анализ теоретического материала, психодиагностическое тестирование, эксперимент, метод математико-статистической обработки (t-критерий Стьюдента).

Анализ теоретического материала необходим для поиска, систематизации и обобщения имеющейся в научных трудах информации. Теоретический анализ литературы – это выделение и рассмотрение отдельных сторон, признаков, особенностей и свойств изучаемых явлений. Анализируя отдельные факты, группируя, систематизируя их, выявляется общее и особенное, устанавливается общий принцип или правило. Анализ сопровождается синтезом, способствующим проникнуть в сущность изучаемых явлений. Теоретические методы позволяют определить проблему, сформулировать гипотезу и оценить собранные факты. Теоретические методы связаны с изучением литературы: трудов классиков, общих и специальных работ, исторических документов, периодической печати и др. Также анализ теоретического материала нужен и для уточнения и постановки целей исследования и выбора оптимальных методов и технологий их достижения. Данный метод используется для подробного изучения учебной деятельности подростков, изучения явлений агрессивности и конфликтности в науке, и для анализа имеющихся исследований по теме нашей научной работы.

Для получения эмпирических данных о личностных особенностях и поведении человека, мы использовали метод психодиагностического тестирования. Психодиагностический метод: психодиагностическое тестирование – специализированный метод психодиагностического обследования, предназначенный для получения количественной и качественной характеристики изучаемого явления. С применением психодиагностического тестирования нам удалось получить необходимые эмпирические данные об уровне агрессивности и конфликтности подростков контрольной и экспериментальной группах.

Для достижения цели нашего исследования важным методом является эксперимент. Под понятием «научный эксперимент» мы подразумеваем его, как метод научного познания, при помощи которого исследуются явления реально-предметной действительности в определённых (заданных), воспроизводимых условиях путём их контролируемого изменения. В рамках данного метода мы реализовали входную психодиагностику агрессивности и конфликтности у подростков, произвели влияние и осуществили выходную психодиагностику.

В дальнейшем, с использованием t-критерия Стьюдента мы проанализировали и сравнили полученные показатели, вследствие чего сделали выводы для проверки гипотезы. Со схемой структурно-методологического анализа психологического эксперимента можно ознакомиться в таблице 1.

Таблица 1

Схема структурно-методологического анализа психологического эксперимента.

№	Элемент анализа	Характеристика эксперимента
1	Определение вида эксперимента	Исследовательский, основной, констатирующий, полунатуральный, групповой.
2	Определение зависимой и независимой переменных	Зависимая переменная – агрессивность и конфликтность. Независимая переменная – настольная игра «Уно».
3	Формулирование экспериментальной гипотезы	Настольная игра "Уно" влияет на агрессивность и конфликтность у подростков, а именно: агрессивность у подростков снижается, а конфликтность повышается.
4	Определение типа гипотезы по содержанию	Каузальная гипотеза.
5	Определение плана эксперимента по количеству групп	Межгрупповой эксперимент.
6	Определение плана эксперимента по особенностям контроля валидности,	Квазиэкспериментальный план: $O_1 X O_2$

	<i>схематическое представление плана.</i>	O_3 O_4
7	<i>Определение плана эксперимента по количеству независимых переменных</i>	<i>Одна независимая переменная.</i>
8	<i>Определение основных методов измерения экспериментального эффекта</i>	<i>Опросник диагностики агрессии (А. Басса и М. Перри в адаптации С. Н. Ениколопова, Н. П. Цибульского). Методика «Определение уровня конфликтостойчивости» (Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М).</i>
9	<i>Описание основных способов контроля дополнительных переменных</i>	<i>Нами был организован следующий контроль дополнительных переменных: 1. Постоянные внешние условия поддерживались на стабильном уровне в течение всего экспериментального цикла (Температурные условия в помещении, условия его освещения и проветривания. Также проводился контроль за поведением и дисциплиной учащихся, при прохождении методик и игры в «Уно»); 2. Присутствовал только один экспериментатор, посторонних лиц не было.</i>
10	<i>Описание способов обработки результатов данного эксперимента.</i>	<i>Метод математико-статистической обработки данных (t-критерий Стьюдента).</i>

Анализ результатов входной и выходной диагностики агрессивности и конфликтности у подростков в экспериментальной группе

Для определения уровня агрессивности и конфликтостойчивости у подростков и сравнения полученных данных до и после эксперимента мы также использовали опросник диагностики агрессии (А. Басса и М. Перри в адаптации С. Н. Ениколопова, Н. П. Цибульского) и методику «Определение уровня конфликтостойчивости» (Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М).

На рисунке 1 представлены результаты входного и выходного психодиагностического тестирования по опроснику диагностики агрессивности (А. Басса и М. Перри в адаптации С. Н. Ениколопова, Н. П. Цибульского).

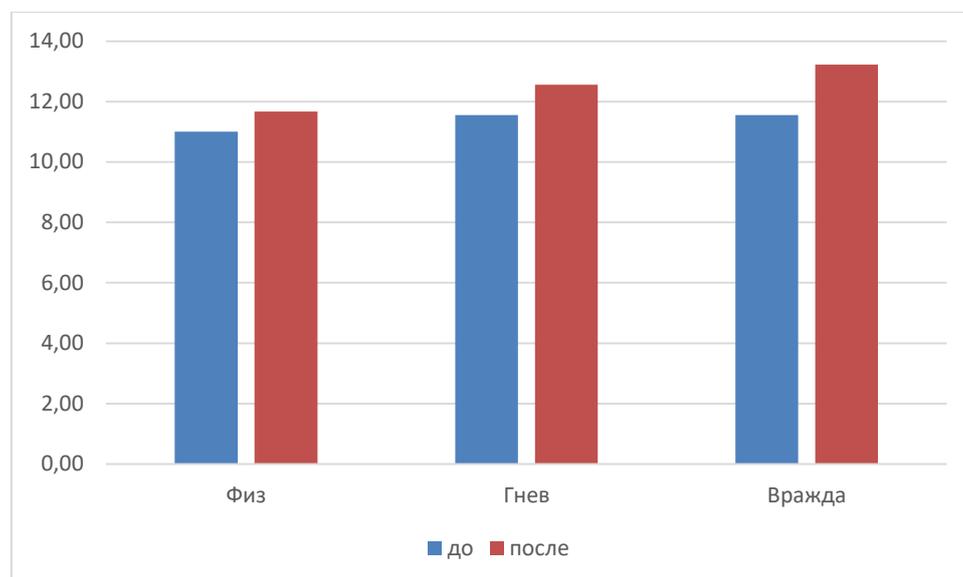


Рисунок 1. Результаты входной и выходной диагностики агрессии в экспериментальной группе.

Из представленных на рисунке 1 результатов можно наблюдать, что среднее арифметическое в экспериментальной группе до проведения настольной игры в «Уно» по показателям физической агрессивности равны 11,0, гнева 11,56, показатели враждебности также равны 11, 56. После проведения настольной игры в «Уно» показатели физической агрессивности стали равны 11,67, гнева 12,56, показатель враждебности 13,22. В связи с

этим, мы можем наблюдать незначимое повышение всех показателей. Разница среднего арифметического физической агрессивности составляет 0,67, гнева 1 и враждебности 1,66. Полученная разница незначима у показателей гнева и враждебности из чего следует, что настольная игра «Уно» не влияет на агрессивность, а именно на гнев и враждебность после настольной игры в «Уно». То есть подростки не могут испытывать острое неудовлетворение собственных желаний (победы в игре), негативные и отрицательные эмоции по отношению к друг другу, а также и эмоциональное возбуждение, готовность к конфликту.

Результаты входного и выходного психодиагностического тестирования по методике «**Определение уровня конфликтоустойчивости**» (Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М) представлены на рисунке 2.

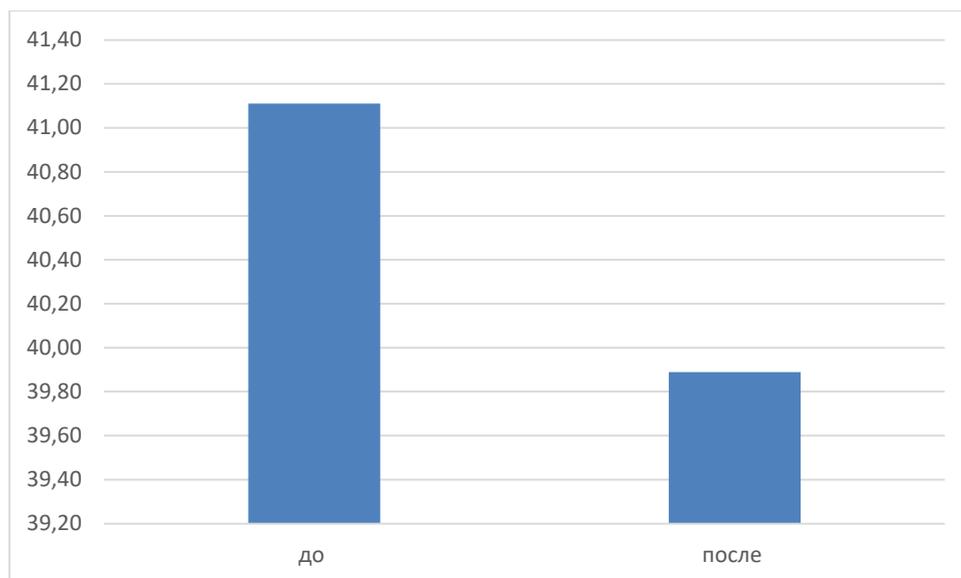


Рисунок 2. Результаты входной и выходной диагностики уровня конфликтоустойчивости в экспериментальной группе.

Из представленных на рисунке 2 результатов можно наблюдать, что среднее арифметическое в экспериментальной группе до проведения настольной игры в «Уно» по показателям конфликтоустойчивости равны 41, 11. После проведения настольной игры в «Уно» показатели конфликтоустойчивости стали иметь значение 39, 89. В связи с этим, мы можем наблюдать незначительное снижение данного показателя. Разница среднего арифметического конфликтоустойчивости составляет 1, 22. Полученная разница является незначимой, из чего следует, что настольная игра «Уно» «1408» влияет на конфликтоустойчивость, а именно данный показатель после настольной игры в «Уно» понижается. Это может проявляться в том, что подростки не могут начать жёсткое противостояние друг другу, пытаются не задеть оппонента в игре «злой шуткой», сарказмом, жестами, передразниваниями и пр. Всё это также не может перетечь в открытую борьбу, сопровождаемой увеличением активности участников конфликта: в ход может пойти ненормативная лексика в сторону других игроков, запугивание, угрозы и пр.

Таким образом, по результатам диагностики агрессивности и конфликтоустойчивости в экспериментальной группе до и после игры в «Уно», мы можем сделать вывод, что игра в настольную игру в «Уно» не влияет на агрессивность и конфликтоустойчивость у подростков.

Заключение

Целью нашей работы являлось исследование влияния настольной игры "Уно" на агрессивность и конфликтоустойчивость у подростков.

Использование математического метода обработки данных t-критерия Стьюдента не выявило значимые различия в дельта-значениях уровня агрессивности и конфликтоустойчивости между экспериментальной и контрольной группами.

При оценке для анализа экспериментального воздействия был проведен анализ валидности эксперимента.

Для соблюдения внешней валидности была составлена выборка из 30 подростков в возрасте от 13 до 14 лет. Для удовлетворения внешнему виду валидности в дальнейшем исследовании необходимо увеличить количество выборки.

Для удовлетворения внутренней валидности в нашем исследовании был проведен организационный этап, в рамках которого мы предусмотрели и учли возможные дополнительные переменные. На данном этапе производился контроль за соблюдением спокойного поведения, при прохождении методик и проведении эксперимента, а также за сохранением условий, эмоциональным и психофизическим состояниями подростков. Для удовлетворения внутренней валидности обозначили время проведения эксперимента, которое будет удобно большинству респондентов.

Операциональная валидность заключалась в проверке гипотезы о том, что влияния настольной игры "Уно" понижает агрессивность и повышает конфликтоустойчивость у подростков, была удовлетворена за счет составления плана эксперимента и подбором методик.

Конструктивная валидность, выражающая адекватность метода интерпретации экспериментальных данных теории, была удовлетворена за счет проведения теоретического анализа понятий.

Таким образом, исходя из анализа результатов исследования, влияние настольной игры "Уно" на агрессивность и конфликтоустойчивость подростков, было определено дальнейшее направление научного исследования, в котором будет реализована работа по удовлетворению внутренней и внешней валидности.

1. Алексеев, А. Н. Влияние самооценки на способ разрешения конфликтных ситуаций // канд. психологических наук. – Л., 1983. С. 4-12.
2. Басс, А. Концепция агрессии / враждебности // *Общественные науки и современность*. Екатеринбург, 2013. С. 260.
3. Божович, Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте // М., 1998. С. 4-12.
4. Бочанцева, Л. И., Гордилова М. А. Психологические средства коррекции агрессивного поведения у подростков // *Педагогическая психология*. Тюмень, 2019. С. 56-58.
5. Меткина, Л. М. Настольные игры для эмоциональной компетентности // *Психологическая газета*. М., 2018.
6. Платонов, А. А. Настольные игры // *Настольные игры и мы*. М., 2015.
7. Реан, А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика: учебное пособие // ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК. Спб., 2006. С. 479.
8. Эльконин Д. Б., Драгунова Т. В. Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков // *Периодизация психического развития Д. Б. Эльконина*. М., 1967. С. 360.

Дворцова Е.В., Якубенко Я.А.

Влияние просмотра фильма ужасов "1408" на тревожность студентов КГПИ КемГУ

*Кузбасский гуманитарно-педагогический институт
Кемеровский государственный университет
(Россия, Новокузнецк)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-83

Аннотация

В данной статье представлен краткий обзор экспериментального исследования на тему «Влияние просмотра фильма ужасов "1408" на тревожность студентов КГПИ КемГУ».

Обучение в институте является значимым этапом в жизни специалиста. В этот период на человека падает огромная умственная и нервно-эмоциональная нагрузка, связанная с нехваткой

времени и объемом учебной информации. Психологические стрессоры обычно разделяют на два типа: ситуации, связанные с перенапряжением (например, экзамены, зачеты, коллоквиумы) и ситуации, связанные с процессом самовоспитания и обучением в повседневной форме.

Тревожность — это психологическое состояние, вызванное стрессом. Может возникать под влиянием стрессоров, либо как фоновое состояние (склонность переживать страх и беспокойство). В последнее время интерес к исследованию тревожности значительно усилился в связи с существенными изменениями в жизни общества, которые порождают неопределённость будущего. Как результат - повышается частота эмоциональных переживаний и тревоги.

Различные переживания являются неотъемлемой частью жизни любого человека, однако существует оптимальный уровень тревожности. Если студент не умеет справляться с негативными мыслями, то высокая тревожность может блокировать нормальную деятельность, а кроме того, повышается вероятность возникновения психосоматических заболеваний.

Существуют различные методы борьбы с тревожностью, одним из них является кинотерапия. Темы, затронутые режиссерами, могут быть полезны зрителям в разрешении ряда психологических трудностей и жизненных ситуаций.

Среди разнообразия жанров фильмов, зрители часто отдают предпочтение просмотру фильмов ужасов, но почему же выбор падает не на развлекательное кино? Кандидат философских наук из университета Чикаго - Колтан Скривнер - поясняет, что люди с тревожным расстройством воспринимают повседневные события, как угрозу, просмотр фильмов ужасов дает эмоциональную разрядку, переключая внимание, вызывая сначала страх, а потом расслабление. Получается, что такие фильмы способствуют снижению тревожности. Возможно, что и люди без тревожного расстройства, а лишь с некоторым повышенным уровнем тревожности, также используют просмотр таких фильмов как способ улучшения психологического состояния?

Таким образом, учитывая актуальность данной проблемы, тема нашего исследования влияния просмотра фильма ужасов "1408" на тревожность студентов КГПИ КемГУ.

Ключевые слова: тревожность, ситуативная тревожность, личностная тревожность, фильмы ужасов, психологические особенности студентов.

Abstract

This article provides a brief overview of an experimental study on the topic “The influence of watching the horror film “1408” on the anxiety of students of the KSPI KemSU.”

Studying at the institute is a significant stage in the life of a specialist. During this period, a person experiences a huge mental and neuro-emotional load associated with a lack of time and the amount of educational information. Psychological stressors are usually divided into two types: situations associated with overstrain (for example, exams, tests, colloquiums) and situations associated with the process of self-education and learning in everyday life.

Anxiety is a psychological condition caused by stress. It can occur under the influence of stressors, or as a background condition (a tendency to experience fear and anxiety). Recently, interest in the study of anxiety has increased significantly due to significant changes in the life of society, which give rise to uncertainty about the future. As a result, the frequency of emotional experiences and anxiety increases.

Various experiences are an integral part of everyone's life, but there is an optimal level of anxiety. If a student does not know how to cope with negative thoughts, then high anxiety can block normal activities, and in addition, the likelihood of psychosomatic diseases increases.

There are various methods of dealing with anxiety, one of them is film therapy. The topics raised by the directors can be useful to viewers in resolving a number of psychological difficulties and life situations.

Among the variety of film genres, viewers often prefer watching horror films, but why does the choice not fall on entertaining films? Koltan Scrivner, a PhD candidate at the University of Chicago, explains that while people with anxiety disorders perceive everyday events as a threat, watching horror

films provides emotional release, shifting attention, causing first fear and then relaxation. It turns out that such films help reduce anxiety. Is it possible that people without an anxiety disorder, but with only slightly increased levels of anxiety, also use watching such films as a way to improve their psychological state?

Thus, given the relevance of this problem, the topic of our study is the effect of watching the horror film "1408" on the anxiety of students of the KSPI KemSU.

Keywords: anxiety, situational anxiety, personal anxiety, horror films, psychological characteristics of students.

Гипотезой нашего исследования выступило предположение о том, что просмотр фильма ужасов "1408" снижает тревожность у студентов КГПИ КемГУ.

Практическая значимость: исследование находит свое отражение в разработке на основе полученных результатов практических рекомендаций по развитию и использованию изучаемых явлений при тревожности будущих выпускников. Полученные результаты могут быть использованы преподавателями высших учебных заведений для профилактики повышенной тревожности у студентов, создания специальных программ, обеспечивающих поддержание оптимального уровня психологического здоровья студентов.

Теоретический анализ понятия «тревожность»

Тревожность — это состояние чувства тревоги. Тревога обычно временная, тогда как тревожность может быть постоянной. Таким образом, в общем понимании значения «тревожность» – это постоянное состояние тревоги.

Тревожность может быть реально и мнимо обусловленной: в первом случае тревожность возникает при существовании какой-то угрозы (например, риск увольнения после выговора начальства), вторая возникает на фоне иррациональных страхов (например, опасение похищения инопланетянами после чтения подобных историй). В обоих случаях в основе тревоги - страх.

Кроме общего понимания термина, есть и некоторые научные определения:

- «личная психологическая особенность, содержащаяся в завышенной предрасположенности испытать беспокойство в самых разных жизненных ситуациях, даже в таких, которые к этому не предрасполагают» (В.Н. Мясищев) [4];
- «переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности» (А.М. Прихожан) [5];
- «черта личности, склонность, предрасположенность к состоянию тревожности в различных ситуациях, объективно не являющихся угрожающими» (Ч. Спилбергер) [6].

Однако если опасения, тревоги и стресс являются частью повседневной жизни и вполне нормальны, то фоновая тревожность может стать причиной ряда негативных последствий. При этом не все люди в одинаковой степени подвержены тревожности даже при одинаковых условиях. Во многом это обусловлено индивидуальными особенностями: типом нервной системы, характером, личным опытом.

Психологические особенности студентов

Студенческий возраст — это период между подростковым возрастом и взрослостью, завершающий этап социализации и начальный этап профессиональной деятельности. В этой возрастной группе (которая, кстати, была выделена относительно недавно - в 1960-х годах), наблюдаются все психологические особенности, характерные для переходного периода от созревания к зрелости. К студентам относятся молодые люди в возрасте 18-25 лет, что, на самом деле, создаёт существенную разницу при описании психологических и даже психофизиологических особенностей [1].

Студенты обладают достаточно высокими способностями к адаптации к новым условиям, по сравнению со взрослыми, а также более быстрыми, по сравнению с детьми (за счет более высокой стрессоустойчивости). Так, по результатам одного из недавних исследований, студенты 1 курса вуза адаптируются к новому коллективу, чем студентов 1 курса колледжа. Аналогичные результаты были получены и для новых условий обучения, а также для оценки правильности выбора профессии (студенты вуза более положительно оценивают свою будущую профессию и учебное заведение, нежели студенты колледжей) [3].

Интересы и ценности студентов также исследуются в контексте их нравственного развития. Например, в последние несколько лет усиливается тенденция на повышение значимости карьеры и материального обеспечения, вместо таких ценностей как любовь, семья, дружба [2].

В соответствии с перечисленными особенностями студентов, становится важным исследование влияния ряда внешних факторов, способных негативно повлиять на психологическое состояние студентов. Самым основным таким фактором является стресс - учебный, бытовой, профессиональный.

Стресс, при его постоянном влиянии, может не только снизить уровень психоэмоционального состояния, но навредить психологическому здоровью студентов. Например, психологическое неблагополучие может повлиять на успеваемость, возможность раскрытия своего творческого потенциала, стать причиной замкнутости и необщительности (что не позволяет социализироваться), снизить самооценку, а также способность к саморегуляции и т.д.

Влияние просмотра фильмов ужасов на тревожность

Фильмы ужасов отличаются от других жанров эмоциями, которые они вызывают у зрителей. Основная эмоция - страх, которая возникает в ответ на опасность. Однако страх не всегда имеет одну и ту же силу проявления, поэтому при просмотре фильмов ужасов могут отмечаться также тревога, беспокойство, волнение, настороженность, боязнь, опасение, испуг, паника. Т.е. специальной задачей таких фильмов становится создание атмосферы, пугающей зрителя, провоцирующей чувство тревоги и страха, создающей ожидание чего-либо ужасного [7].

Просмотр фильмов ужасов дает возможность получить сильные негативные эмоции, оставаясь при этом в безопасности. Это дает своеобразное чувство защищенности.

Дополнительной причиной может стать желание повысить уровень своей безопасности - в фильмах с хорошей сюжетной линией поступки злодеев подробно объясняются, что позволяет зрителям «подготовить» себя к тому, чтобы не стать жертвой и избежать аналогичной ситуации.

Интерес к фильмам ужасов возникает у людей разного возраста и пола, однако наибольший интерес отмечается все же у подростков и молодых людей. Снижение интереса к фильмам ужасов с возрастом обусловлено изменением в восприятии образов страха, переоценкой вероятности возникновения угрожающих событий и общим накоплением жизненного опыта.

Студенты, как представители молодежи, также интересуются фильмами ужасов. Однако степень такого интереса различается по причине индивидуальных особенностей. Некоторые черты характера могут повышать вероятность возникновения тревожности, неуверенности или даже конфликтности. Фильмы ужасов могут использоваться такими студентами как способ снижения негативных эмоций, метод преодоления страхов и повышения стрессоустойчивости.

Описание методов и методик исследования

В нашем исследовании мы использовали такие методы, как теоретический анализ литературы – сбор информации по теме исследования из книг и электронных ресурсов, психодиагностическое тестирование, математико-статистическая обработка данных методом математико-статистической обработки (t-критерий Стьюдента).

Теоретический анализ литературы помог нам изучить определения понятия «тревожность» в научной литературе. А также мы произвели анализ научной литературы на предмет наличия исследований, целью которых являлось изучение влияние просмотра фильма ужасов на тревожность студентов.

Метод психодиагностического тестирования в нашем исследовании применялся для изучения уровня тревожности студентов.

Для достижения цели нашего исследования важным методом является эксперимент, который мы понимаем, как метод научного познания, при помощи которого исследуются явления реально-предметной действительности в определённых (заданных), воспроизводимых условиях путём их контролируемого изменения. В рамках данного метода мы реализовали входную психодиагностику тревожности у студентов КГПИ КемГУ, произвели влияние и осуществили выходную психодиагностику.

Методы математико-статистической обработки данных – качественная и количественная обработка полученных результатов исследования, предназначена для обработки полученных результатов, а именно t-критерий Стьюдента. Схема структурно-методологического анализа психологического эксперимента отображена в виде таблицы 1.

Таблица 1

Схема структурно-методологического анализа психологического эксперимента.

№	Элемент анализа	Характеристика эксперимента
1	Определение вида эксперимента	Исследовательский, основной, констатирующий, полунатурный, групповой.
2	Определение зависимой и независимой переменных	Зависимая переменная – тревожность. Независимая переменная – фильма ужасов "1408".
3	Формулирование экспериментальной гипотезы	Просмотр фильма ужасов "1408" снижает тревожность у студентов КГПИ КемГУ.
4	Определение типа гипотезы по содержанию	Каузальная гипотеза
5	Определение плана эксперимента по количеству групп	Межгрупповой
6	Определение плана эксперимента по особенностям контроля валидности, схематическое представление плана	Квазиэкспериментальный план: $O_1 X O_2$ $O_3 O_4$
7	Определение плана эксперимента по количеству независимых переменных	С одной независимой переменной
8	Определение основных методов измерения экспериментального эффекта	1. Шкала тревоги Спилбергера (в адаптации Ю.Л. Ханина). 2. Шкала проявлений тревоги Тейлора (в адаптации В.Г. Норакидзе). 3. Интегративный тест тревожности, ИТТ (А.П. Бизюк, Л.И. Вассерман, Б.В. Иовлев).
9	Описание основных способов контроля, которые используются в эксперименте	Нами был организован следующий контроль дополнительных переменных: 1. Постоянные внешние условия поддерживались на стабильном уровне в течение всего экспериментального цикла; 2. Было сделано исключение экспериментатора и его воздействия на испытуемого во время эксперимента. 3. Беседа со студентами о удобном дне и времени для всех.
10	Описание способов обработки результатов	Метод математико-статистической

	данного эксперимента	обработки данных (t-критерий Стьюдента)
--	----------------------	---

Для обработки полученных результатов эксперимента мы использовали метод математико-статистической обработки данных, а именно t-критерий Стьюдента. Выбранный метод предоставлял нам возможность найти вероятность того, что оба средних значения в выборке относятся к одной и той же совокупности. Сравнительный анализ Стьюдента мы реализовали с использованием MicrosoftExcel. В результате данных, полученных путем психодиагностических методик, программа MicrosoftExcel позволяет выявить влияние просмотра фильма ужасов "1408" на тревожность студентов КГПИ КемГУ.

Далее рассмотрим методики, выбранные для оценки тревожности.

1. Шкала тревоги Спилбергера, STAI (в адаптации Ю.Л. Ханина). Тест позволяет определить уровень тревожности в данный момент (реактивная) и фоновой (личностная). 40 утверждений, которые нужно оценить по степени соответствия, позволяют получить результаты по 2 шкалам. Каждое из этих утверждений содержит различные определения (синонимы) тревожности, что дает возможность участникам достаточно точно описать свое состояние.
2. Шкала проявлений тревоги Тейлора, TMAS (в адаптации В.Г. Норакидзе). В данной адаптации тест расширен на 10 дополнительных вопросов (всего 60). По результатам теста также получают данные для 2 шкал, однако только одна из них показывает уровень тревожности. Вторая же позволяет определить честность оценки своего состояния. Методика оценивает фоновую тревожность, как обычное состояние, и включает в себя некоторые физиологические (соматические) проявления тревожности.
3. Интегративный тест тревожности, ИГТ (Бизюк А.П., Вассерман Л.И., Иовлев Б.В.). Всего 30 утверждений, которые нужно оценить по шкале соответствия. Более подробная методика, результаты представлены по 2 основным шкалам (как и в тесте Спилбергера - личностная и ситуативная тревожность), а также 5 дополнительным шкалам:
 - эмоциональный дискомфорт (ЭД) отражает наличие эмоциональных расстройств, сниженный эмоциональный фон или общую неудовлетворенность жизненной ситуацией;
 - астенический компонент тревожности (АСТ) отражает физиологические проявления (усталость, расстройства сна, вялость, быструю утомляемость);
 - фобический компонент (ФОБ) отражает ощущения непонятной угрозы, неуверенности в себе, собственной бесполезности;
 - тревожная оценка перспективы (ОП) отражает проекцию страхов в перспективу, общую озабоченность будущим;
 - социальные реакции защиты (СЗ) отражает проявление тревожности в сфере социальных контактов или оценку социальной среды как основного источника тревожных напряжений и неуверенности в себе.

Таким образом, исследование влияния просмотра фильма ужасов "1408" на тревожность студентов КГПИ КемГУ осуществлялось по 9 этапам.

В нашем исследовании приняло участие 30 студентов КГПИ КемГУ, г. Новокузнецк, из которых 10 – участники экспериментальной группы и 20 – участники контрольной группы. Возраст испытуемых варьируется в пределах от 20 до 22 лет. Большинство всех респондентов составляют девушки.

Мы использовали такие методы, как теоретический анализ литературы – сбор информации по теме исследования из книг и электронных ресурсов, психодиагностическое тестирование, математико-статистическая обработка данных метод математико-статистической обработки (t-критерий Стьюдента).

Выявление влияния просмотра фильма ужасов "1408" на тревожность студентов

Для выявления влияния просмотра фильма ужасов "1408" на тревожность студентов КГПИ КемГУ мы использовали оценку достоверности отличий по t-критерию Стьюдента между изменениями (дельтами) показателей.

Результаты расчета оценки достоверности отличий по t-критерию Стьюдента между показателями средних изменений (дельта-значений) по ситуативной и личностной тревожности по шкале тревоги Спилбергера (в адаптации Ю.Л. Ханина) в контрольной и экспериментальной группах представлены ниже в таблице 2.

Согласно результатам, в дельта-показателях тревожности значимые отличия не обнаружены между обеими группами. Так как по шкале ситуативной тревожности $t_{эмп}=0,81$, $t_{крит}=2,06$ (при $p \leq 0,05$) и $t_{крит}=2,78$ (при $p \leq 0,01$). По шкале личностной тревожности $t_{эмп}=-1,37$, $t_{крит}=2,05$ (при $p \leq 0,05$) и $t_{крит}=2,76$ (при $p \leq 0,01$). Также были обнаружены выбивающиеся значения.

Таблица 2

Результаты расчета оценки достоверности отличий по t-критерию Стьюдента по шкале тревоги Спилбергера (в адаптации Ю.Л. Ханина) в контрольной и экспериментальной группах.

	ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ГРУППА						
	Сит. до	Лич. до	э	Сит. после	Лич. после	ΔC	ΔL
Сред. Ар.	45,8	44,6	к	49,8	43,7	4,0	-0,9
Сред. Кв.	9,68	2,37	с	8,42	3,62	4,14	2,18
$m 1 * m 1$	9,37	0,56	п	7,08	1,31	1,71	0,48
Наименьшее	-1,53	-1,10	е	-1,64	-1,57		
Наибольшее	1,57	1,44	р.	1,81	1,19		
	КОНТРОЛЬНАЯ ГРУППА						
Сред. Ар.	45,9	44,5		48,8	44,9	-2,6	0,4
Сред. Кв.	8,08	9,46		7,81	9,34	4,73	2,91
$m 2 * m 2$	3,63	4,47		3,39	4,36	1,24	0,42
Наименьшее	-1,84	-2,06		-1,64	-2,02	$n=18$	$n=20$
Наибольшее	1,75	1,96		2,08	2,16		
t-критерий Стьюдента	-0,02	0,07		0,32	-0,48	0,81	-1,37

Результаты расчета оценки достоверности отличий по t-критерию Стьюдента между показателями средних изменений (дельта-значений) по методике «Шкала проявлений тревоги Тейлора» (в адаптации В.Г. Норакидзе) в контрольной и экспериментальной группах представлены ниже в таблице 3.

Согласно результатам, в дельта-показателях тревожности значимые отличия не обнаружены между обеими группами. Так как $t_{эмп}=-0,36$, $t_{крит}=2,07$ (при $p \leq 0,05$) и $t_{крит}=2,81$ (при $p \leq 0,01$). Также были обнаружены выбивающиеся значения. В целом, по данным обеих методик не было выявлено каких-либо изменений.

Результат входной и выходной диагностики по методике «Интегративный тест тревожности» ИТТ (А.П. Бизюк, Л.И. Вассерман, Б.В. Иовлев) представлена рисунке 1 и 2.

Таблица 3

Результаты расчета оценки достоверности отличий по t-критерию Стьюдента между показателями средних изменений (дельта-значений) по методике «Шкала проявлений тревоги Тейлора» (в адаптации В.Г. Норакидзе) в контрольной и экспериментальной группах.

	Экспериментальная группа
--	--------------------------

	До	э	После	Δ после - до
Сред. Ар.	22,4	к	22,8	0,4
Сред. Кв.	2,32	с	2,57	2,32
<i>Контрольная группа</i>				
Сред. Ар.	22,9		23,1	0,1
Сред. Кв.	2,12		2,43	1,52
<i>t-критерий Стьюдента</i>	-0,58		-0,26	-0,36

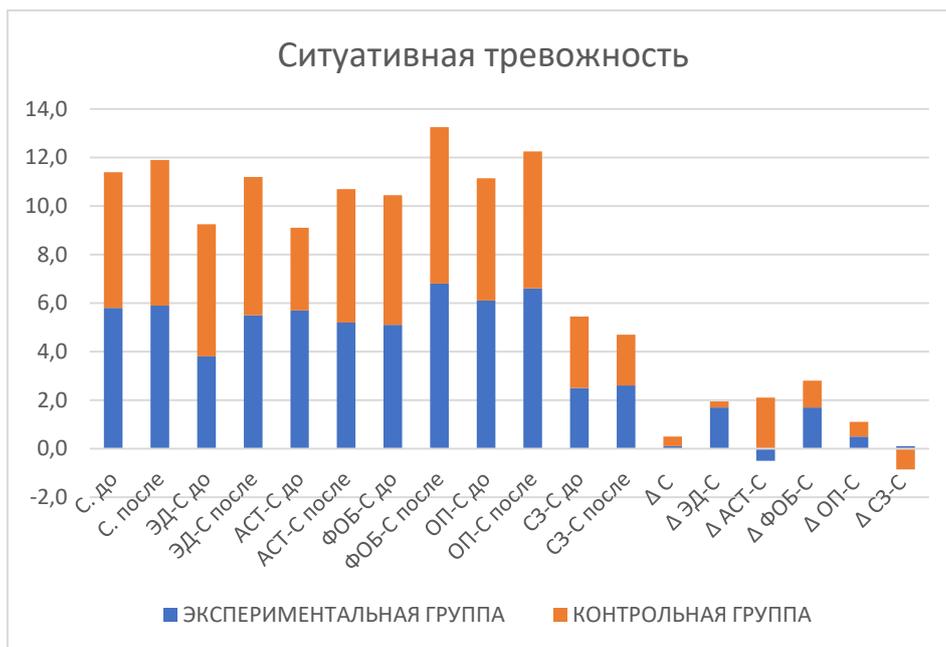


Рисунок 1. Результаты входной и выходной диагностики ситуативной тревожности по методики «Интегративный тест тревожности» ИТТ (А.П. Бизюк, Л.И. Вассерман, Б.В. Иовлев).

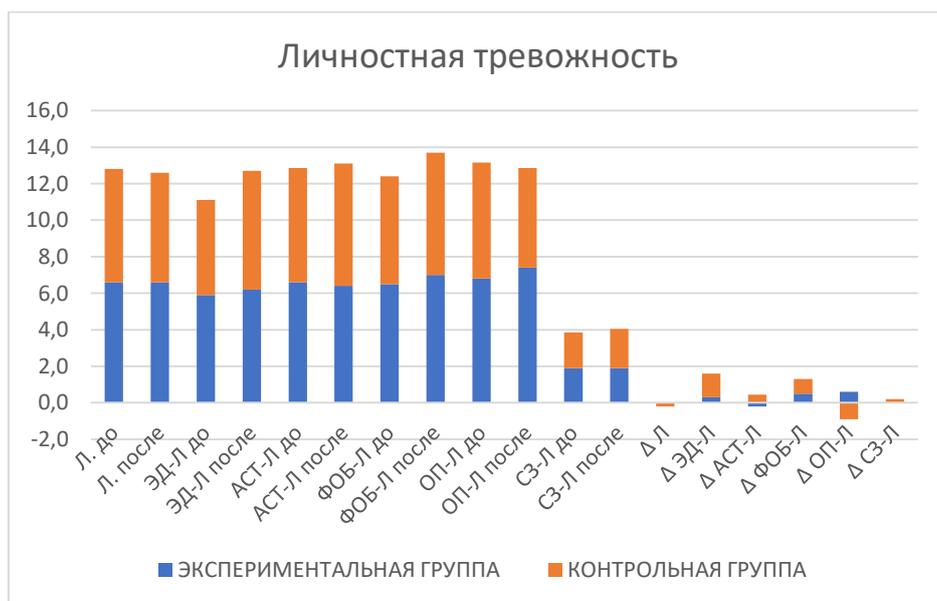


Рисунок 2. Результаты входной и выходной диагностики личностной тревожности по методики «Интегративный тест тревожности» ИТТ (А.П. Бизюк, Л.И. Вассерман, Б.В. Иовлев).

Мы обнаружили значимые отличия в дельта-показателях между двумя группами. Так как по шкалам «астенический компонент» в ситуативной тревожности и «тревожная оценка перспективы» в личностной тревожности (при $p \leq 0,05$, при $p \leq 0,01$), t -эмп=-3,5 по шкале «астенический компонент», t -эмп=-3,1 по шкале «тревожная оценка перспективы» при t -крит=2,05 (при $p \leq 0,05$) и t -крит= 2,76 (при $p \leq 0,01$). По остальным шкалам данной методике не выявлено значимых различий. Выбывающиеся значения не были обнаружены. Следовательно эксперимент не значительно повлиял на тревожность студентов. Возможно, это связано со сценами или темами, который затронул фильм.

Подводя итоги, мы можем сказать, что эксперимент влияния просмотра фильма ужасов "1408" на тревожность студентов КГПИ КемГУ действительно незначительно повлиял ситуативную тревожность повысив его уровень, изменения затронули лишь некоторые компоненты, а именно: астенический компонент и тревожная оценка перспективы. По остальным показателем не обнаружено значимых отличий. Следственно, наша гипотеза о том, что просмотр фильма ужасов "1408" снижает тревожность у студентов КГПИ КемГУ не подтвердилась.

Заключение

Целью нашего исследование являлось исследовать влияние просмотра фильма ужасов "1408" на тревожность студентов КГПИ КемГУ.

Использование математического метода обработки данных t -критерия Стьюдента не выявило значимые различия в дельта-значениях уровня тревожности между экспериментальной и контрольной группами.

При оценке для анализа экспериментального воздействия был проведен анализ валидности эксперимента.

Для соблюдения внешней валидности была составлена выборка из 30 студентов КГПИ КемГУ в возрасте от 20 до 22 лет. Для удовлетворения внешнему виду валидности в дальнейшем исследовании необходимо увеличить количество выборки.

Для удовлетворения внутренней валидности в нашем исследовании был проведен организационный этап, в рамках которого мы предусмотрели и учли возможные дополнительные переменные. На данном этапе производился контроль за соблюдением спокойного поведения, при прохождении методик и проведении эксперимента, а также за сохранением условий, эмоциональным и психофизическом состояниями студентов. Для удовлетворения внутренней валидности обозначили время проведения эксперимента, которое будет удобно большинству респондентов.

Операциональная валидность заключалась в проверке гипотезы о том, что просмотр фильма ужасов "1408" снижает тревожность у студентов КГПИ КемГУ, была удовлетворена за счет составления плана эксперимента и подбором методик.

Конструктивная валидность, выражающая адекватность метода интерпретации экспериментальных данных теории, была удовлетворена за счет проведения теоретического анализа понятий.

Таким образом, исходя из анализа результатов исследования, влияние просмотра фильма ужасов "1408" на тревожность студентов КГПИ КемГУ, было определено дальнейшее направление научного исследования, в котором будет реализована работа по удовлетворению внутренней и внешней валидности.

1. Жуматаева, М.С. Психологические и психофизиологические особенности студентов / М.С. Жуматаева, М.К. Бапаева, К.У. Шайжанова – Текст: непосредственный // Современные инновации. – 2016. - №5 (7). – С.76-78.
2. Комиссарова, Л.Г. Психологические особенности личности студента колледжа / Л.Г. Комиссарова, Т.Л. Миронова – Текст: непосредственный // Вестник Бурятского государственного университета. Образование. Личность. Общество. – 2011.- №5. – С.15-23.
3. Мещерякова, И.Н. Особенности психологической адаптации студентов-первокурсников / И.Н. Мещерякова, Е.Г. Демец – Текст: непосредственный // Проблемы современного педагогического образования. – 2019. - №62-4. – С.276-279.

4. Мясичев, В.Н. Личность и неврозы / В.Н. Мясичев. – Текст: непосредственный // Ленингр. ун-та, 2013. - 426 с.
5. Прихожан, А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст /А. М. Прихожан. - СПб.: Питер, 2007. - 192 с.
6. Сольнин, Н.Э. Психологические причины тревожности в подростковом возрасте / Н.Э. Сольнин, Е.П. Лебедева – Текст: непосредственный // Ярославский педагогический вестник. – 2016. - №6. – С.281-284.
7. Яковенко, И.В. Российское кино на пороге перемен: фильмы в жанре хоррор / И.В. Яковенко – Текст: непосредственный // Наука телевидения. – 2010. - №7. – С.253-261.

Дикова В.В., Брюхина П.А.

Психотип личности как фактор агрессивного поведения в подростковом возрасте

«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

(Россия, Нижний Тагил)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-84

Аннотация

Проблема агрессивного поведения, анализируемая в контексте социальных изменений, происходящих в обществе, обострения этнических, национальных конфликтов, а также ярко проявляющихся проблем одиночества и социального отчуждения, имеет значимую актуальность. Агрессия как черта личности и как особенность поведения начинает складываться достаточно рано, еще в дошкольном возрасте, однако пик ее проявления приходится на подростковый возраст. Разнообразные проявления агрессии в данном возрастном периоде могут иметь серьезные последствия для социальной адаптации, психологического благополучия в классе, выстраивания конструктивных отношений с окружающими. Также серьезную угрозу в подростковом периоде представляет возможный переход агрессии из социально приемлемых форм в девиации поведения асоциального и антисоциального характера.

В статье представлены результаты эмпирического исследования акцентуаций характера как фактора агрессивного поведения подростков в 9-м и 10-м классах. Исследование проводилось с применением метода тестирования с помощью методик, направленных на определение особенностей уровня агрессии школьников и типа акцентуации характера: определение психотипа личности «Чертова дюжина», А. А. Сиялова, А. С. Прутченкова; «Личностная агрессивность и конфликтность», Е. П. Ильина, П. А. Ковалева.

По результатам исследования было установлено, что обучающиеся с акцентуированным психотипом проявляют более выраженные черты агрессивности, такие как вспыльчивость, наступательность, обидчивость, подозрительность, и обладают более высоким уровнем конфликтности по сравнению с обучающимися чистого психотипа. У акцентуированных психотипов наблюдается повышенный уровень агрессии, что говорит о необходимости разработки специальных программ по работе с психотипами личности с целью снижения агрессивности и разрешения конфликтов.

Ключевые слова: агрессия, агрессивное поведение, подростки, психотип личности, акцентуации характера.

Abstract

The problem of aggressive behavior, analyzed in the context of social changes occurring in society, exacerbation of ethnic, national conflicts, as well as clearly manifested problems of loneliness and social exclusion, is of significant relevance. Aggression as a trait of personality and as a peculiarity of behavior begins to take shape quite early, even in preschool age, but its peak manifestation falls on adolescence. Various manifestations of aggression in this age period can have serious consequences for social adaptation, psychological well-being in the class, building constructive relations with others. Also, a serious threat in adolescence is the possible transition of aggression from socially acceptable forms in the deviation of asocial and antisocial behavior.

The article presents the results of an empirical study of character accentuations as a factor in aggressive behavior of adolescents in grades 9 and 10. The study was carried out using a testing method using methods aimed at determining the characteristics of the level of aggression of schoolchildren and the type of accentuation of character: determining the psychotype of the personality of «The Devil's Dozen», A. A. Siyalov, A. S. Prutchenkov; «Personal aggressiveness and conflict», E. P. Ilyina, P. A. Kovalev.

According to the results of the study, it was found that students with an accented psychotype show more pronounced features of aggressiveness, such as temper, offensive, touchy, suspicious, and have a higher level of conflict compared to students of a pure psychotype. Accentuated psychotypes have an increased level of aggression, which indicates the need to develop special programs for working with personality psychotypes in order to reduce aggressiveness and resolve conflicts.

Keywords: aggression, aggressive behavior, adolescents, personality psychotype, character accentuations.

В условиях современного общества проблема агрессивного поведения подростков остается крайне актуальной и вызывает серьезные опасения. Подростки, находясь в переходном периоде между детством и взрослостью, часто проявляют различные формы агрессии, которые могут иметь серьезные последствия для их социальной адаптации, психологического благополучия и отношений с окружающими.

По данным статистики, в среднем, в 55 % случаях ученики российских школ сталкиваются с проявлением агрессии в школе, это повреждается исследованиями компании «Михайлов и партнеры. Аналитика» 2019, 2021 годов [5], «Аktion Образование» 2023 года [2]. Помимо этого, актуальность проблемы подтверждается активными исследованиями ученых. Так, при поиске научных публикаций в научной электронной библиотеке Elibrary.ru за период 2019-2023 годов было выявлено около 1100 публикаций по запросу «Агрессивное поведение подростков». Данный факт свидетельствует о значимости проблемы агрессивного поведения подростков в современном обществе.

Согласно исследованиям последних пяти лет, психотип личности может оказывать влияние на склонность подростков к агрессивному поведению. Например, подростки с эпилептоидным, лабильным и шизоидным психотипами чаще проявляют агрессию. Эта зависимость подтверждается несколькими исследованиями, включая работу С. И. Тарасовой, Н. Б. Дрожжиной, О. О. Лимоновой в 2019 году [7, С. 56-60], а также исследование А. Ф. Фёдоровой в 2022 году подтверждает, что среди агрессивно настроенных подростков с психическими расстройствами чаще встречаются аффективно-застравающий и возбудимый типы акцентуаций характера [8, С. 154-157]. Однако, следует отметить дефицит исследований, направленных на изучение зависимости агрессивного поведения от психотипа личности, что указывает на актуальность проблемы и определяет перспективы будущих исследований.

Важно изучать агрессию подростков, поскольку она является распространенным и серьезным проблемным поведением среди молодежи. Согласно утверждению С. А. Бадмаева, понятие «агрессия» подразумевает любое поведение, наносящее ущерб другим или содержащее угрозу [1, С. 12].

В подростковом возрасте происходит формирование личности, эмансипация от взрослых, половое созревание и развитие интеллектуальной деятельности. Возрастной кризис в этом периоде характеризуется сложностью и продолжительностью, а также переживанием значимого перехода от детства к взрослой жизни. Основными признаками кризиса являются упрямство, строптивость и негативизм, а также беспокойство, депрессивные состояния и агрессивность.

Агрессивное поведение в подростковом возрасте обычно обусловлено двумя факторами: новообразованиями данного возрастного периода и деструктивным влиянием социума на активно формирующуюся личность подростка. Новообразованиями подросткового возраста включают в себя протестное взаимодействие с взрослыми, внутренний конфликт личности, критичное отношение к себе [3, С. 413-415].

Изучение агрессии подростков помогает раскрыть механизмы ее возникновения, а также способы ее предотвращения и преодоления. Следует отметить, что дальнейшие исследования в этой области необходимы для более глубокого понимания и эффективной борьбы с агрессивным поведением среди подростков.

Эмпирической базой исследования стало Муниципальное автономное общеобразовательное учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 76 имени Д. Е. Васильева» в г. Лесной. Выборочную совокупность исследования составили 45 подростков в возрасте 14-17, обучающихся в 9-10 классах (из них 28 девочек и 17 мальчиков).

Исследование проводилось с применением метода тестирования учащихся с помощью двух методик, направленных на определение особенностей уровня агрессии школьников и типа акцентуации характера:

1. Определение психотипа личности. «Чертова дюжина» (А. А. Сиялов, А. С. Прутченков) [6]. Данный тест акцентуации характера предназначен для определения личностных акцентуаций и ориентирован на подростковый возраст. Методика содержит 13 шкал, диагностирующих типы акцентуаций, выраженность характеров – психотипов.
2. «Личностная агрессивность и конфликтность» (Е. П. Ильин, П. А. Ковалев) [4, С. 179-185]. Данная методика направлена на диагностику позитивную агрессивность, негативную агрессивность, обобщенный показатель конфликтности. Опросник содержит 80 утверждений.

Гипотеза исследования строится на предположении о том, что у выявленных психотипов личности будет более высокий уровень агрессивного поведения.

По результатам диагностики акцентуаций характера по методике «Чертова дюжина» А. А. Сиялова, А. С. Прутченкова было выявлено, что в 9 классе всего 6 подростков из 25 (24%) имеют акцентуацию характера, а в 10 классе таких подростков 9 из 20 (45%). В исследовании мы выделили наиболее встречающиеся акцентуации среди опрошенных школьников (см. табл. 1.) Сравнительный анализ показал, что самые высокие показатели соответствуют акцентуации параноидального, эпилептоидного и циклоидного типов. Наименее выраженными стали такие типы акцентуации как истероидный тип, шизоидный тип, сензитивный тип, гипотимный тип. По результатам диагностики среди выявленных акцентуаций в 9 классе определены следующие типы: параноидальный, психастенический, сензитивный, эпилептоидный, циклоидный. Результаты диагностики акцентуаций характера в 10-м классе выявили такие типы как эпилептоидный, шизоидный, циклоидный, параноидальный, неустойчивый, лабильный и циклоидный.

Таблица 1

Результаты диагностики акцентуаций характера подростков по методике «Чертова дюжина» А. А. Сиялова, А. С. Прутченкова.

Тип акцентуации	Количество человек, 9 класс (%)				Тип акцентуации	Количество человек, 10 класс (%)			
	Не выражена	Низкая	Средняя	Высокая		Не выражена	Низкая	Средняя	Высокая
I	32	40	16	12	I	0	45	35	15
II	40	24	32	8	II	15	45	20	20
III	44	32	16	8	III	50	35	5	10
IV	64	20	12	4	IV	40	45	15	0
V	40	56	4	0	V	45	45	5	5
VI	44	36	8	12	VI	40	35	20	5
VII	48	44	4	4	VII	80	15	5	0

VIII	64	32	4	0	VIII	95	5	0	0
IX	48	32	16	4	IX	35	55	10	0
X	48	40	8	4	X	45	50	0	5
XI	64	32	4	0	XI	80	15	5	0
XII	36	32	24	12	XII	20	35	35	10
XIII	44	36	12	8	XIII	30	40	15	15

При сопоставлении двух переменных – уровня агрессии и акцентуации характера у девятиклассников было выявлено, что показатель средних значений конфликтности и многие другие средние показатели по методике личностной агрессивности и конфликтности (Е.П. Ильин, П. А. Ковалев) отличаются (см. рис.1).

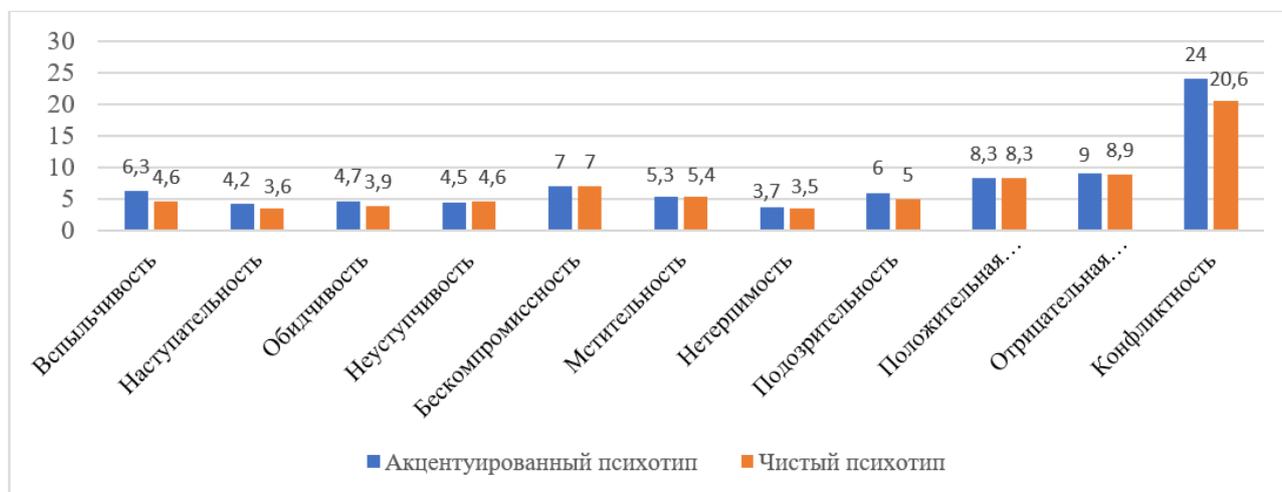


Рисунок 1. Сравнение средних значений особенностей агрессивности между акцентуированными психотипами и чистыми психотипами у обучающихся 9-го класса.

Сравнивая результаты диагностики по двум методикам в 9-м классе, можно выделить несколько ключевых отличий. В целом, у обучающихся в 9-го класса ярко выражен показатель положительной агрессии, который помогает личности добиваться желаемых целей, но при этом наносит незначительный дискомфорт другим. Этот показатель у двух групп незначительно отличается, а показатель бескомпромиссности у двух групп совпадает. Это может говорить о том, что у обучающихся в 9-м классе в целом есть высокий уровень мотивации и решительности в достижении своих целей. Однако, есть некоторые различия в двух группах.

У обучающихся с акцентуированным психотипом выше уровень вспыльчивости, наступательности, обидчивости, подозрительности и конфликтности по сравнению с чистым психотипом. Это может указывать на более интенсивные и быстрые реакции на раздражители, активное стремление к достижению целей, сильную эмоциональную реакцию на критику, склонность к подозрительности и недоверию, а также более высокую склонность к конфликтам у представителей акцентуированного психотипа.

Следует обратить внимание на более высокий уровень конфликтности у представителей акцентуированного психотипа (24 по сравнению с 20,6 у чистого психотипа), что может свидетельствовать о их более высокой склонности к конфликтам. Таким образом, обучающиеся с акцентуированным психотипом проявляют более выраженные черты агрессивности, такие как вспыльчивость, наступательность, обидчивость, подозрительность, и обладают более высоким уровнем конфликтности по сравнению с обучающимися чистого психотипа.

В 10-м классе также было проведено сравнение результатов диагностики агрессивного поведения среди акцентуированных психотипов и чистых психотипов. Так, средние значения

показателя конфликтности и некоторые средние показатели, связанные с агрессией у акцентуированных психотипов подростков выше, чем у чистых психотипов (см. рис. 2).



Рисунок 2. Сравнение средних значений особенностей агрессивности между акцентуированными психотипами и чистыми психотипами у обучающихся 10-го класса.

Сравнивая результаты диагностики между акцентуированным и чистым психотипами по показателям агрессивности и конфликтности, можно выделить несколько ключевых отличий. В целом, у обучающихся 10-го класса ярко выражен показатель бескомпромиссности. Данный факт, в целом, соответствует возрастным особенностям обучающихся. У обучающихся 10-го класса значительно выше показатель вспыльчивости, а также остальные показатели, кроме бескомпромиссности, мстительности и отрицательной агрессии. Значительно выше у акцентуированных психотипов класса показатель конфликтности. Мы видим, как на примере 10-го класса показатели агрессии выявляются намного ярче именно у акцентуированных обучающихся.

По результатам проведенной диагностики личности обучающихся были выявлены различные психотипы с их особенностями, и затем эти данные были сопоставлены с результатами методики, оценивающей уровень агрессивности и конфликтности. Гипотеза исследования, которая была сформулирована нами, строится на предположении о том, что у выявленных психотипов личности будет более высокий уровень агрессивного поведения – подтвердилась. У акцентуированных психотипов действительно наблюдается повышенный уровень агрессии, что говорит о необходимости разработки специальных программ по работе с психотипами личности с целью снижения агрессивности и разрешения конфликтов.

1. Бадмаев, С. А. Психологическая коррекция отклоняющегося поведения школьников: учебное пособие для студентов педвузов. М.: Магистр, 2014. 96с.
2. Больше половины российских школ сталкиваются с жестоким поведением подростков // Газета.ру [Электронный ресурс] URL: <https://www.gazeta.ru/social/news/2023/05/28/20543222.shtml?ysclid=lone665mz419312726> (Дата обращения: 15.10.2023)
3. Мурадова, В. И. Агрессивное поведение современных подростков // Молодой ученый. 2016. № 15 (119). С. 413-415.
4. Обозов, Н. Н. Психология работы с людьми: учеб. пособие. 6-е изд., стер. Киев: МАУП, 2004. 228 с.
5. Проект «МЫ СЧИТАЕМ». «Российские школьники о буллинге и патриотизме в новых реалиях» // МП АНАЛИТИКА [Электронный ресурс] URL: <https://m-p-a.ru/proekt-myi-schitaem.-%C2%ABrossijskie-shkolniki-o-bullinge-i-patriotizme-v-novyix-realiyah%C2%BB.html> (Дата обращения: 15.10.2023)
6. Прутченков, С. С., Сиялов, А. А. Эй ты, параноик!!! (О психотипах личности, о диагностике акцентуации характера детей и педагогической помощи им). М.: Новая школа, 1994. 64 с.
7. Тарасова, С. И., Дрожжина, Н. Б., Лимонова, О. О. Психологическое исследование агрессивного поведения подростков с различным психотипом личности // КПДЖ. 2019. №3 (134). С. 56-60
8. Федоров, А. Ф. Взаимосвязь типов акцентуаций характера с агрессивным поведением подростков с психическими расстройствами / А. Ф. Федоров // Научные труды ФКУ НИИ ФСИН России: научно-практическое ежеквартальное издание. Том Выпуск 1. Москва: Федеральное казенное учреждение «Научно-

исследовательский институт информационных технологий Федеральной службы исполнения наказаний», 2022. С. 154-157.

Дубков Р.В., Гусев П.М.

Психологическая подготовка спортсменов в одиночных и командных видах спорта

Казанский государственный энергетический университет
(Россия, Казань)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-85

Аннотация

Психологическая подготовка спортсменов нужна вследствие того, что спорт требует значительных психологических и физических усилий. Рассматриваются виды психологической подготовки, необходимость учета характеристик личности спортсменов, различие в подготовке одиночных и групповых видов спорта. Последние требуют большей оперативности принятия решений, прогнозирования ситуации на площадке, соотношения собственных действий с действиями других участников команды. Особое значение в психологической подготовке отводится тренерам. Приведены данные по длительности участия тренеров в подготовке участников соревнований в высших лигах чемпионатов.

Ключевые слова: психологическая подготовка, командные виды спорта, деятельность спортсменов, личностные черты.

Abstract

Psychological preparation of athletes is essential due to the fact that sports require significant psychological and physical efforts. The paper explores various types of psychological preparation, emphasizing the need to consider the individual characteristics of athletes and the differences in preparation between individual and team sports. The latter necessitate quicker decision-making, situational forecasting on the field, and the coordination of one's actions with those of other team members. Special attention is given to the role of coaches in psychological preparation. The study provides data on the duration of coaches' involvement in preparing participants for competitions in the top leagues of championships.

Keywords: psychological preparation, team sports, athlete performance, personal traits.

В эпоху научно-технического прогресса особенно важную роль играет физическая культура в поддержании и укреплении здоровья. Это объясняется тем, что физическая активность в производственной и бытовой сфере сократилась до минимума. Тем не менее, даже тем, кто решает включить спорт в свою жизнь, необходима определенная психологическая подготовка, учитывая физические и эмоциональные нагрузки, связанные с занятиями спортом.

Психология спорта определяется как система психолого-педагогических воздействий с целью формирования и совершенствования личностных качеств, психических состояний и навыков, необходимых для успешной тренировочной деятельности и выступления на соревнованиях. Подготовка спортсменов включает использование методов физической и сопряженной с ней психологической подготовки, причем подходы тренера зависят от вида спорта и индивидуальных особенностей спортсмена.

Психологическая подготовка направлена на создание психического настроя, способствующего раскрытию спортивных умений и уменьшению влияния негативных факторов, таких как стрессовые ситуации. Она является неотъемлемым условием достижения успеха в соревнованиях. Комплексная подготовка, включающая физические, тактические и психологические аспекты, различается в зависимости от вида спорта, будь то индивидуальные или командные виды. Эти различия составляют основу данного исследования.

Мотивы деятельности спортсменов

В подготовке спортсменов важно учитывать побудительные мотивы к занятию спортом. Для юных спортсменов, а также спортсменов, не претендующих на занятия

профессиональными видами спорта, чаще всего мотивами участия в спортивных состязаниях являются опосредованные стремления к здоровому образу жизни, вниманию со стороны окружающих, желание доказать самому себе, что можешь достичь определенного мастерства и т.п. Эти мотивы не устраняются и в дальнейшем, Но на первый план выходят моменты, связанные со спортивным ростом: достижение уровня мастера спорта, включение в состав команды (региональной или сборной), завоевание звания чемпиона.

Влияние условий деятельности спортсменов на формирование типа личности

Влияние условий спортивной деятельности на формирование личности можно разделить на два типа. По мнению психолога Ганса Бергера, спортсмены, чья деятельность направлена на противостояние соперникам, обычно проявляют доминирующие черты. В случае неудач они чаще винят других, чем себя, и могут проявлять агрессивность не только в спорте. Спортсмены, участвующие в неконтактных видах спорта, таких как теннис, обычно более уверены в себе, свободнее чувствуют себя в неопределенных ситуациях и легче адаптируются к изменениям. Следовательно, работа по психологической подготовке спортсменов к соревнованиям должна учитывать эти особенности их видов спорта.

Личность спортсмена

Эффективность психологической подготовки зависит от свойств личности как спортсмена, так и тренера. Психолог Б. Дж. Кретти отмечает, что нет типичных черт личности, характерных для спортсменов в целом. Вместо этого стоит рассматривать отдельные виды спорта. Например, участники футбола, выполняющие сходные функции, могут обладать характерным сочетанием черт личности. Однако в командных видах спорта, где функции игроков различаются, не наблюдается единообразия в личностных чертах.

Уолтер Кролл выделил группу схожих личностных черт у спортсменов, занимающихся индивидуальными и командными видами спорта с проявлениями физической агрессивности. Также выявлено, что спортсмены с высоким интеллектуальным уровнем чаще достигают лучших результатов, способствуя более детальному анализу процессов соревнования и подготовки.

Огромное значение имеет эмоциональная устойчивость, которая может быть связана с другими характеристиками личности. Например, спортсмены с твердым характером и стремлением к достижению лучших результатов проявляют большую уверенность в себе во время соревнований. Также, авторитарные черты личности могут облегчить принятие тренировочных указаний, но в случае неудач могут вызвать обвинения других.

Чувство уверенности в себе может быть связано с интеллектуальным уровнем и авторитарностью личности. Тренерам важно учитывать эмоциональную устойчивость и строить отношения с учетом индивидуальных черт спортсменов. Человеческий фактор играет решающую роль в развитии спорта, особенно при формировании интереса к физической активности с раннего детства. Наконец, занятия спортом влияют на спортсмена, формируя его личностные черты, однако влияние это неоднозначно и зависит от множества факторов, включая вид спорта и продолжительность тренировок.

Виды психологической подготовки спортсменов

Главной задачей общей психологической подготовки является воспитание воли. Волевые качества в спорте – это прежде всего целеустремленность, способность выбора методов самоподготовки, упорство в тренировочном процессе, инициативность и смелость в принятии решений. Отличие в психологической подготовке участников одиночных видов спорта заключается в большем полагании на собственную инициативность, собственное мастерство спортсмена. В то время, как командные виды спорта требуют развития способности быстрого анализа обстановки и выбора варианта действий: например, вести мяч самому или передать товарищу по команде. Естественное желание забить гол самому должно быть сознательно подавлено, если сложилась ситуация, в которой видно предпочтительное положение на площадке товарища по команде. Сами правила учета результатов соревнований стимулируют в этом отношении спортсмена, т.к. отдельно отмечается, например, с чьей подачи забит гол и т.п.

Воспитание волевых качеств спортсменов обеспечивается постановкой все более сложных задач, преодолемых, но требующих напряжения. Это достигается проведением тренировок на различных тренировочных площадках, в различных метеорологических условиях, при различной обстановке – наличии или отсутствии зрителей и т.д. При этом одобрения, критика, пояснения со стороны тренера не просто важны, но совершенно необходимы. Иначе не будет обеспечен процесс самовоспитания. Именно слова тренера должны побуждать спортсмена к упорному тренировочному процессу.

Специальная психологическая подготовка направлена на обеспечение готовности спортсменов к конкретным соревнованиям, изучение ими поведения и тактики соперников, выработку способов преодоления достижений соперника. Последнее особенно важно (и даже, часто является определяющим фактором победы) при подготовке к соревнованиям в командных видах спорта.

Специальные качества, которые являются общими для индивидуальных видов спорта – сенсорно-моторные качества. А для командных видов спорта – эвристические способности (включая оперативность реакции на изменяющуюся ситуацию, быстрое переключение внимания т.п.).

Роль тренеров в подготовке спортсменов

Согласно сказанному, становится ясна роль тренеров. В индивидуальных видах спорта это именно индивидуальная работа с каждым спортсменом, одобрение достижений на тренировках, снятие страха перед соревнованиями. В командных видах спорта – показ значимости командных действий, формирование способности к анализу ситуации на игровой площадке.

Почему так часто за небольшими взлетами следуют падения достижений в командных видах спорта. Это, на наш взгляд, связано не с недостатками методик подготовки спортсменов, а с частыми заменами тренерского состава. В России средняя длительность работы тренеров в высших лигах чемпионатов составляет всего 408 дней. Тренерам просто не хватает времени на формирование определенного командного стиля игры у тренируемой команды. Соответственно, это сказывается на результатах отборочных соревнований отрицательно и провоцирует падение настроения на победу. Вывод из этого один – не взирая на временные неудачи команды, тренера менять нельзя. Конечно, могут быть исключения, но они не являются правилом. Ведь психологическая подготовка в любом виде спорта будет обеспечена лишь тогда, когда для спортсмена тренер становится близким человеком, таким, с кем можно поделиться любыми сомнениями и заботами.

И категорически нельзя допускать ситуации, когда спортсмен может почувствовать себя винтиком, используемым для достижения заданных извне показателей, чему могут быть свидетелями и другие члены команды.

1. Акимова Л.Н. "Психология спорта". Одесса: Студия «Негоциант», 2004. - 127 с.
2. Кретти Б.Дж. "Психология в современном спорте". – М., 1978. – 224 с.
3. "Черты личности и их влияние на спортивную деятельность". Доступно по: studbooks.net/715247/turizm/cherty_lichnosti
4. "Когнитивная психология. Учебник для вузов." Под ред. В.Н. Дружинина, Д.В. Ушакова. - М.: ПЕР СЭ, 2002. - 480 с..

Егорова А.А.

Интернет-зависимость у подростков

Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (ф) федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет» (Россия, Нижний Тагил)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-86

Аннотация

В статье рассмотрена проблема интернет зависимости подростков, возрастные особенности подростков, исследования интернет зависимости.

Ключевые слова: интернет-зависимость, подростки, аддикция, зависимость.

Abstract

The article considers the problem of Internet addiction of adolescents, age characteristics of adolescents, research on Internet addiction.

Keywords: internet addiction, teenagers, addiction, addiction.

Современный мир неразрывно связан с интернетом, который стал неотъемлемой частью нашей жизни. Однако, помимо всех его преимуществ, мы сталкиваемся с возрастающей проблемой интернет-зависимости. Интернет-зависимость - это состояние, когда человек испытывает патологическую зависимость от интернета, вызванную желанием избежать негативных эмоций, связанных с травмирующими социальными ситуациями. Интернет-зависимость может проявляться различными способами. Некоторые люди страдают от постоянной необходимости быть онлайн и проверять свои социальные сети каждую минуту. Другие теряют контроль над временем, проведенным в интернете, и могут проводить часы, сидя перед экраном, играя в онлайн-игры или смотря видео. Еще другие испытывают необходимость постоянно искать новую информацию, читать новости или блоги, чтобы удовлетворить свою постоянную потребность в знаниях.

Для аргументации данных слов, приводится исследование проведенное И. А. Дегтяревой в 2023 году. «Респондентами являлись обучающиеся 9-11 классов общеобразовательной школы г. Барнаула. Из них - 51 девушка и 22 юноши. По результатам проведенного исследования стало ясно, что только один подросток в возрасте 14 лет не страдает от интернет-зависимости. Однако у 28% опрошенных были выявлены некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением интернетом, а у 66% девушек и 68% юношей были замечены явные признаки зависимости от интернета. Из всех полученных ответов на вопросы, особое внимание заслуживают следующие факты: 80% участников исследования проводят в интернете более трех часов в день; 69% подростков признают, что тратят в сети больше времени, чем планировали; 58% откладывают выход из интернета на потом; 50% пренебрегают сном, чтобы провести больше времени в онлайн; 42% замечают снижение производительности из-за чрезмерного использования интернета; 36% считают, что жизнь без интернета становится скучной и безрадостной, а 16 человек откровенно признались, что посещают порнографические сайты.

Однако, важно обратить внимание на вопрос соблюдения закона в онлайн-среде. Кроме того, помимо основного опроса К.Янг, были заданы дополнительные вопросы, результаты которых также интересны. Оказалось, что из общего числа опрошенных 49% проводят большую часть своего времени в социальных сетях, 41% тратят время в интернете на просмотр фильмов и игры, а только 10% используют его для учебы. Интересно отметить, что 54% респондентов доверяют информации, полученной из интернета, и у половины из них эта информация оказывает прямое влияние на их мысли и поступки. Также стоит отметить, что только 16% родителей стараются ограничить время, которое их дети проводят в интернете.

Результаты исследования говорят, что большое количество подростков подвержены интернет-зависимости. Данная зависимость влияет на восприятие информации, производительность и поведение подростков.»

По Д. Б. Эльконину подростковый возраст – это период бурных изменений и развития, который охватывает возраст от 11 до 15 лет. В это время происходит интенсивный физический рост, половое созревание и формируется новое психологическое состояние. Подростки испытывают сильные эмоции и часто испытывают трудности с их выражением. Они могут быть раздражительными, импульсивными и склонными к перепадам настроения. Также в этом возрасте усиливается потребность в общении со сверстниками, и подростки обычно проводят много времени с друзьями, обсуждая общие интересы и переживания. Школа часто перестает быть приоритетом для подростков, и они могут начать испытывать трудности с учебой. Это связано с тем, что их интересы смещаются в сторону социальных взаимодействий, и они могут

считать, что учеба мешает их общественной жизни. Для подростков характерно стремление к независимости и желание принимать собственные решения. Они могут начать оспаривать авторитет родителей и других взрослых, и могут возникать конфликты и разногласия в семье. В подростковом возрасте также происходит формирование чувства идентичности. Подростки начинают осознавать себя как уникальных личностей и начинают формировать свои собственные ценности и убеждения. В этом возрасте часто возникают вопросы о том, кто они, чего хотят от жизни и каково их место в мире. В целом, подростковый возраст является сложным и трудным периодом, но также и временем роста и развития.

Д. Б. Эльконин описал особенности подросткового периода и, основываясь на этих особенностях, можно сделать вывод, что подростки подвержены зависимостям. Также риск приобретения зависимости повышается у тех подростков, которые не умеют переживать стресс, неудачи и конфликты. А также большую роль в развитии интернет-зависимости играет “стайное чувство” или мода среди сверстников. И у подростков, как правило, больше свободного времени, которое они проводят по своему усмотрению.

Впервые тему “интернет-зависимость” начали изучать в США в 90-е годы XX века. Клинический психолог К. Янг провела исследование интернет-зависимости, в результате которого опубликовала статью под названием "Интернет-зависимость: появление нового расстройства" в 1996 году. Также Кимберли Янг разработала методику – “Тест интернет зависимости” и апробировала ее в 1995 году. Тест является инструментом самодиагностики, направленным на выявление пристрастия к интернету (вне зависимости от формы этого влечения). В. А. Лоскутова перевела и модифицировала тест К. Янг.

Термин “интернет-зависимость” был введен известным ньюйоркским психиатром И. Голдбергом в 1996 году для описания невыносимой тяги к использованию интернета. Он понимал интернет-зависимость, как расстройство поведения, которое возникает в результате использования компьютеров и интернета. Интернет может принести вред здоровью человека или его семье - он оказывает негативное влияние на различные сферы деятельности: учебную, социальную деятельность, что отражается отрицательно, влияя на психологическую сферу жизни.

Задача преодоления интернет-зависимости в отечественной науке стала актуальной только к концу XX века, так как именно тогда началась компьютеризация образования. Эту тему исследовали: А.Е. Войкунский, Т.С. Спиркина, Зарецкая О.В, Баранова Ю.М., Дубровина И.В.

Следует отметить, что не все специалисты согласны выделять интернет-зависимость как отдельные вид аддиктивного поведения. Например, английский психиатр Ф. Ленихэн критикует существующие подходы к интернет-зависимости, которые сосредоточены на негативных последствиях. Он подчеркивает, что интернет является лишь средством, с помощью которого можно пристраститься к азартным играм, многопользовательским компьютерным играм или порнографии. В таких случаях следует говорить о сформировавшейся зависимости от азартных игр или от порнографии, а не относить таких людей к общей категории зависимых от интернета. По мнению Ленихэна, интернет - не более чем механизм, посредством которого могут формироваться зависимости. Таким образом, противники использования терминов «интернет-зависимость» или «компьютерная зависимость» утверждают, что существующие у индивида зависимости от азартных игр, общения в социальных сетях, шоппинга в интернете или компьютерных игр реализуются посредством компьютера и интернета. Компьютер и интернет являются всего лишь средствами для реализации других аддикций.

В заключение можно сказать интернет-зависимость в подростковом возрасте является актуальной проблемой современного общества, которая требует целенаправленного внимания. В связи с развитием электронных коммуникаций ожидается устойчивая тенденция к

дальнейшему росту интернет-зависимости среди подростков. На современном этапе проблеме интернет-зависимости в подростковом возрасте уделяется мало внимания.

1. Н. С. Гилева К вопросу о профилактике интернет-зависимости у подростков // Наука о человеке: гуманитарные исследования. 2016. №4
2. И. В. Лысак Компьютерная и Интернет-зависимость: эволюция подходов к исследованию проблемы // МНКО. 2017. №4
3. М. А. Богомолова, Т. С. Бузина Интернет-зависимость: аспекты формирования и возможности психологической коррекции // Медицинская психология в России. 2018. №2
4. И. А. Дегтярева Интернет-зависимость у подростков. Проблема, о которой молчат // Scientist. 2023. №2
5. С. В. Коваленко, А. Д. Маковецкая, Г. Г. Тюстина Исследование интернет-зависимости подростков в условиях образовательной среды как фактора психологической безопасности личности” // Мир науки. Педагогика и психология 2022

Караванов А.А., Филоненко Л.В., Фурсова А.С.

**Основные аспекты становления воинской дисциплины в войсках Российской империи
(в трудах М.И. Драгомирова и А.И. Хатова)**

*Военная академия
(Россия, Воронеж)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-87

Аннотация

Статья посвящена становлению психолого-педагогической парадигмы воинской дисциплины, разработке концепции и методов ее достижения. Рассмотрено понятие воинской дисциплины, ее основные аспекты. Раскрыты требования к воинской дисциплине, пути ее укрепления, роль офицеров в воспитании солдат, приведены примеры дисциплинарной практики того времени.

Ключевые слова: воинская дисциплина, дисциплинарная практика, субординация.

Abstract

The article is devoted to the formation of the psychological and pedagogical paradigm of military discipline, the development of the concept and methods of its achievement. The concept of military discipline and its main aspects are considered. The requirements for military discipline, ways to strengthen it, the role of officers in the education of soldiers are revealed, examples of disciplinary practice of that time are given.

Keywords: military discipline, disciplinary practice, subordination.

Особая заслуга в становлении психолого-педагогической парадигмы воинской дисциплины, разработке стройной концепции и методов ее достижения принадлежит генералу от инфантерии, а в период с 1878 по 1889 гг. начальнику Николаевской академии Генерального штаба, Михаилу Ивановичу Драгомирову. В его трудах «Дисциплина, субординация, чиновничество», «Опыт руководства для подготовки частей к бою» и «Подготовка войск в мирное время» в наиболее полной форме раскрывались требования к воинской дисциплине, пути ее укрепления, роль офицеров в воспитании солдат.

М.И. Драгомиров рассматривал дисциплину как цементирующее начало, превращающее армию в единый организм, способное «...вызвать на свет божий все великое и святое, что таится в глубине души воина». Он полагал, что «...воинская дисциплина есть совокупность всех нравственных, умственных и физических навыков, нужных для того, чтобы офицеры и солдаты отвечали своему назначению» [1], считая ее существенными элементами подчинение начальнику, исполнительность, преданность начальнику, службе и Отечеству, субординацию и воинскую вежливость.

Развивая мысли А.В. Суворова, М.И. Драгомиров отмечал, что дисциплина «...укореняется непрерывною настойчивостью в раз поставленных требованиях, справедливостью, строгой законностью, заботливостью о солдате, честным отношением к его довольствию». В наставлениях офицерам разъяснялось «...если молодой солдат не исполняет чего-либо или исполняет дурно, то это происходит от непонимания требований; помочь этому можно только терпеливым и кротким объяснением того, что он должен делать, а не взысканиями; взыскания в подобных случаях могут только окончательно запугать и ошеломить его» [1].

Выражением дисциплины М.И. Драгомиров считал сознательное подчинение, основанное на доверии к начальнику, которое приобретает характер, знанием дела, заботливостью о солдате и, наконец, всяческой справедливостью, в том числе соразмерностью налагаемых взысканий» [1]. Он справедливо полагал необходимым приучение солдата к постоянной требовательности, ибо требовательность от случая к случаю расхолаживает, позволяет разделять обязанности на важные и второстепенные, что в конечном итоге приводит к различным нарушениям.

Предметом постоянной заботы М.И. Драгомирова были вопросы дисциплинарной практики. В ней он видел главное средство воспитания дисциплинированного воина, призывая рассматривать наказание не как самоцель начальника, а как средство укрепления дисциплины. По его мнению, требовательность и взыскательность должны разумно сочетаться со справедливым подходом, поскольку именно в этом случае взыскания, налагаемые командиром на подчиненного, будут восприниматься последним как следствие проступков, которых он больше не повторит. При этом М.И. Драгомиров предупреждал, что прежде чем прибегнуть к наказанию, необходимо выяснить, что послужило причиной нарушения дисциплины: нерадивость солдата или его незнание, поскольку «...незнание исправляется разъяснением, а не выговором, а неисполнительность, происходящая от нерадения, должна быть преследуема соразмерными взысканиями» [1].

Весьма примечателен тот факт, что именно М.И. Драгомиров инициировал предварительное изучение личности подчиненного на основе анализа его доармейской жизни. В этих целях он рекомендовал командирам переписываться с семьями военнослужащих. Данную форму индивидуально-воспитательной работы, которая и сегодня достаточно плодотворно используется в ВС РФ, успешно применяли многие русские офицеры. В качестве примера приведем письмо, датированное 28 ноября 1908 года:

«Уведомляю Вас, что сын Ваш Федор Смирнов зачислен на службу в 4-ю батарею Лейб-гвардии 1-й Артиллерийской бригады, прибыл благополучно 10 ноября 1908 года, здоров.

Милостью государя нашего служба теперь коротка, служить Вашему сыну полагается только 3 года, считая с января 1909 года, такой небольшой срок ему нетрудно будет соблюсти себя построже, – с любовью и старанием отнестись к царской службе, чтобы потом, вернувшись на родину, иметь чистую совесть солдата – честно исполнившего свой долг и присягу.

Во время службы Ваш сын будет находиться на полном казенном содержании. Пища полагается казенная: каждый день – обед из двух блюд с 1/2 фун. мяса и ужин с 1/4 фун. мяса, хлеба 3 фунта, горячий чай; каждый месяц выдается 1/8 фун. сахару и 1/2 фун. мыла. Жалованье получает 1 руб. в месяц.

О своем житии отпишет Вам сам, Вы же не забываете его и пишете, что-бы и он помнил, любил и почитал свою родную семью» [1].

Говоря о становлении воинской дисциплины в войсках Российской империи, необходимо остановиться на следующих ее основных аспектах, лаконично сформулированные в работе А.И. Хатова «О дисциплине». Воинская дисциплина – это, прежде всего, «чистота нравов; совершенное повиновение младшего чина старшему; бдительность начальников над исполнением всех военных узаконений; наказание преступившихся и награждение отличных». Любое воинское звание есть «...святилище и школа добрых нравов... подпора престола, блюститель общественного порядка и защита того народа, коего часть оно составляет». В

противном случае, армия имеет «...состав для государства тягостный, бесполезный, а не редко даже и опасный» [2].

Настоящий солдат должен иметь больше добродетелей и меньше пороков, нежели гражданский человек, поскольку «...роскошь, вино, сластолюбие – притупляют разум, изнуряют тело и ослабляют мужество», являясь «...главнейшим неприятелем воинской дисциплины» [2].

Придавая огромное значение силе православия, генерал А.И. Хатов, как и многие его предшественники и последователи, утверждает, что «...воинская дисциплина может сделать солдат храбрыми, стойкими, послушными, но не может внушить им осознания того, что они люди и граждане и должны иметь общественные добродетели», которые в состоянии воспитать только вера в Бога, поскольку она «...есть основание воинской дисциплины и один из важнейших предметов для полководца. Вера внушает святость присяги Государю и Знаменам» [2]. Фундаментом любой регулярной армии является принцип единоначалия: «...первое и главное правило воинской дисциплины – беспрекословное повиновение к повелениям начальства». Он «...заключается в наделении командира (начальника) всей полнотой распорядительной власти к подчиненным», основанной на послушании: «...неповиновение... является воинским преступлением» [2].

На протяжении длительного времени практически во всех армиях Европы процветали злоупотребления на почве знатности и происхождения, однако, по мнению А.И. Хатова, только в России они приобрели такой небывалый размах, что стали явной помехой существованию государства. В связи с этим он отмечает, что цель воинской дисциплины заключается в неотвратимости наказания за преступления любого военнослужащего, продвижении по служебной лестнице в соответствии с заслугами перед Отечеством и Государем, а не за происхождение и «голубую кровь».

В качестве средств воспитания дисциплинированности А.И. Хатов рассматривает страх и надежду: «Понятие дисциплины противоречит страстям и желаниям людей. Ее можно утвердить страхом и надеждой. Страхом для того, чтобы не нарушали запрещений, ею сделанных, а надеждой, чтобы охотно исполняли ее предписания» [2].

Не пренебрегает А.И. Хатов и иными инструментами воздействия на человеческую психику, к числу которых убежденно относит честь, соревнование и славу: «В мирное время воинская дисциплина насаждается страхом, а в военное время – надеждой... Люди совестливые или презирающие смерть скорее могут быть управляемы стыдом, нежели страхом. Надежда (на признание заслуг, тщеславие) есть главная побудительная причина всех человеческих деяний, а тем более, военных подвигов и карьеры» [2].

Прогрессивные идеи в деле формирования воинской дисциплины, наличествующие в трудах великих полководцев и военачальников XIX и начала XX вв. можно в целом охарактеризовать следующим постулатом А.И. Хатова: «...лучше начальствовать Армией необученною, но слепо повинующеюся, нежели совершенно выученною, но без повиновения. Многочисленность и храбрость войск не могут заменить дисциплины» [2].

Таким образом, наиболее существенными достижениями и направлениями совершенствования воинской дисциплины в российской армии дореволюционного периода следует считать: юридическое закрепление требований к дисциплине военнослужащих и их прав как граждан; ориентацию прогрессивных офицеров на принцип гуманизма при выстраивании отношений с подчиненными, умелый выбор методов и средств их дисциплинирования; активное использование в деле укрепления дисциплины общинной психологии, идей патриотизма и православия; учет национально-психологических особенностей русских солдат и матросов; участие в обсуждении проблем воинской дисциплины значительного числа военнослужащих различных категорий и статуса.

Наряду с этим, негативной тенденцией, характерной для рассматриваемого временного периода, было проявление некоторыми офицерами грубости и беззакония по отношению к подчиненным, унижение их человеческого достоинства, физическое оскорбление, что во

многим способствовало развалу царских армии и флота уже на начальном этапе революционных преобразований.

1. Стратегия духа: Основы воспитания войск по взглядам А.В. Суворова и М.И. Драгомирова / сост. А.Е. Савинкин, И.В. Домнин. – М.: Русский путь 2000. – 184 с.
2. Хатов, А.И. О воинской дисциплине / А.И. Хатов. – М.: РГБ. ОР. Ф. 68 (Генштаб). Оп. 1. № М 7399, 1819.

Королев И.А., Дворцова Е.В.

**Влияние психологического тренинга на эмоциональный интеллект психологов
служебной деятельности на стадии адепта**

*Кузбасский гуманитарно-педагогический институт
Кемеровского государственного университета
(Россия, Новокузнецк)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-88

Аннотация

В статье представлен сравнительный анализ влияния психологического тренинга на эмоциональный интеллект психологов служебной деятельности на стадии адепта. Рассмотрен вопрос толкования понятий: «эмоциональный интеллект», «психологический тренинг»

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, психологический тренинг, психолог служебной деятельности.

Abstract

The article presents a comparative analysis of the impact of psychological training on the emotional intelligence of psychologists of professional activity at the adept stage. The question of interpretation of the concepts: "emotional intelligence", "psychological training" is considered

Keywords: emotional intelligence, psychological training, the psychologist of official activity.

Понятие «эмоциональный интеллект» впервые было описано рядом зарубежных психологов приблизительно к концу XX века. Однако, сочетание понятий «эмоции» и «интеллект» вызывало дискуссии и споры в научном сообществе, т.к., во-первых, по мнению некоторых авторов, «интеллект» в данном случае является неуместной метафорой, которую стоит заменить термином «компетентность», а во-вторых, в представлении Д. Векслера, которое считается многими учеными классическим, «интеллект» понимается как способность действовать целеустремленно, мыслить рационально и эффективно общаться с окружением, но при этом никаких уникальных способностей связанных с эмоциями не существует [4].

Первая наиболее популярная концепция эмоционального интеллекта была разработана Питером Сэловеем и Джоном Мэйером, ими же был введен в психологию термин «эмоциональный интеллект», который они определяли, как способность отслеживать собственные и чужие чувства и эмоции, различать их и использовать эту информацию для направления мышления и действий [2].

В отечественной психологии исследованием эмоционального интеллекта активно занимался Д. В. Люсин. Дмитрий Владимирович предлагает собственную модель эмоционального интеллекта. Эмоциональный интеллект Д. В. Люсин рассматривает как способность к пониманию собственных и чужих эмоций, а также управлению ими. Способность к пониманию эмоций предполагает, что человек способен распознать эмоции как у себя, так и у другого человека. Данная способность предполагает умение идентифицировать эмоции, другими словами, устанавливать, какую именно эмоцию испытывает он сам или другой человек и как следствие, найти для нее некоторое словесное выражение.

Эмоциональный интеллект по мнению Д. В. Люсина включает в себя: когнитивные способности (скорость и точность обработки эмоциональной информации). Представление об

эмоциях как о ценности и как об источнике информации о себе и других людях. Особенности эмоциональности, как характеристики эмоциональной устойчивости, эмоциональной чувствительности [5].

Психологический тренинг понимается Л. А. Петровской как средство воздействия, направленное на развитие знаний, социальных установок, умений и опыта в области межличностных отношений, средство психологического воздействия и средство развития компетентности в общении [1].

В 1946 году впервые были проведены группы социально-психологического тренинга К. Левиным совместно с его коллегами и получили название Т-групп. Совместно с коллегами К. Левин заметил, что участники группы получают пользу от анализа собственных групповых переживаний. Т-группа определялась как собрание гетерогенных индивидов, встречающихся с целью исследовать межличностные отношения и групповую динамику, которые они порождают своим взаимодействием [3].

Для осуществления цели и задач исследования нам понадобились студенты Кузбасского гуманитарно-педагогического института «Кемеровский государственный университет», учащиеся на факультете психологии и педагогики по специальности 37.05.02 «Психология служебной деятельности».

Генеральная совокупность выборки 40 человек, в составе 4 (10%) юношей и 36 (90%) девушек.

Объем контрольной группы составил 25 человек, экспериментальной группы 15 человек. Сравнительный анализ групп свидетельствует о их эквивалентности.

Возрастное распределение репрезентативной выборки исследуемых студентов следующее: 17 лет – 2 человека (5%), 18 лет – 13 человек (32,5%), 19 лет – 1 человека (2,5%), 20 лет – 7 человек (17,5%), 21 год – 2 человека (5%), 22 года – 14 человека (35%), 23 года – 1 человек (2,5%).

В нашем исследовании были использованы следующие психодиагностические методики: Тест эмоционального интеллекта ЭИИ, Д. В. Люсин; Тест эмоционального интеллекта (Д. Гоулман); Тест эмоционального интеллекта МЭИ (М. А. Манайлова). А также метод профессиографического анализа деятельности.

Согласно методикам Д. В. Люсина, М. А. Манайловой и Д. Гоулмана, можно сделать вывод о среднем уровне эмоционального интеллекта. Это говорит о том, что психологи служебной деятельности на стадии адепта способны распознать эмоцию, т. е. установить сам факт наличия эмоционального переживания у себя или у другого человека, однако могут быть допущены ошибки в интерпретации этих чувств, способны идентифицировать эмоцию, т. е. установить, какую именно эмоцию испытывает он сам или другой человек, и найти для неё словесное выражение, могут столкнуться с непониманием причин, вызвавших данную эмоцию, и следствиями, к которым она приведёт. Кроме этого, психологи способны контролировать интенсивность эмоций, например, приглушать чрезмерно сильные эмоции; контроль внешнего выражения эмоций может быть успешным и неуспешным; при необходимости произвольно вызвать ту или иную эмоцию.

Мы предполагаем, что данные результаты обусловлены опытом профессиональной деятельности. Так как психологи служебной деятельности находятся на стадии адепта, следовательно, они ещё только развивают свои способности в эмпатии и понимании своих и чужих эмоций, а также умение управлять ими. В связи с этим, результаты диагностики свидетельствуют о том, что психологи служебной деятельности на стадии адепта имеют среднюю степень развития эмоционального интеллекта.

Для исследования влияния психологического тренинга на эмоциональный интеллект психологов служебной деятельности на стадии адепта мы использовали оценку достоверности отличий (t-критерий Стьюдента) дельта-показателей.

Согласно результатам анализ оценки достоверности отличий t-критерием Стьюдента, обнаружены значимые отличия в дельта-показателях эмоционального интеллекта по шкале «Внутриличностный эмоциональный интеллект» между обеими группами (при $p \leq 0,05$), так как

t -эмп=2,46, t -крит=1,96 по методике Д. В. Люсина «Тест эмоционального интеллекта, ЭМИн». Психологический тренинг повлиял на показатель эмоционального интеллекта, повысив его значение у испытуемых экспериментальной группы, а значит, что психологам служебной деятельности на стадии адепта будет проще определять свои собственные чувства и управлять ими.

Анализ эффективности влияния психологического тренинга на эмоциональный интеллект, продиагностированный по методике М. А. Манойловой «Тест эмоционального интеллекта, МЭИ» свидетельствует об обнаружении значимых отличий в дельта-показателях эмоционального интеллекта по шкалам «Интегральный показатель эмоционального интеллекта» и «Управление своими чувствами» между обеими группами (при $p \leq 0,05$ и $p \leq 0,001$ соответственно), так как t -эмп=2,13, t -крит=1,96 и t -эмп=4,62, t -крит=3,57 соответственно. Следовательно, психологический тренинг повлиял на показатель эмоционального интеллекта, повысив его значение у испытуемых экспериментальной группы.

Исходя из выше сказанного, можно сделать вывод о том, что согласно М. А. Манойловой, психологам служебной деятельности после проведенного тренинга проще определять переживаемые ими чувства и эмоции, управлять ими и контролировать.

Анализ эффективности влияния психологического тренинга на эмоциональный интеллект, продиагностированный по методике Д. Гоулмана «Тест эмоционального интеллекта», позволяет сделать заключение о том, что значимые отличия в дельта-показателях эмоционального интеллекта между обеими группами не были обнаружены (при $p \leq 0,05$). Однако, сравнив дельта-показатели уровня эмоционального интеллекта экспериментальной группы с уровнем эмоционального интеллекта контрольной группы, можно сделать вывод о тенденции роста уровня эмоционального интеллекта в экспериментальной группе и тенденции снижения уровня эмоционального интеллекта в контрольной группе.

Подводя итоги, мы можем сказать о том, что психологический тренинг действительно повлиял на эмоциональный интеллект психологов служебной деятельности, повысил их интегральный показатель эмоционального интеллекта и умение управлять своими чувствами. Следовательно, наша гипотеза о том, что психологический тренинг повышает эмоциональный интеллект психологов служебной деятельности на стадии адепта подтвердилась.

1. Битянова, М.Р. Работа психолога в начальной школе / М.Р. Битянова, Т.В. Азарова, Е.И. Афанасьева, Н.Л. Васильева. - М.: «Совершенство», 2018. - 352 с.
2. Верхотурова, Н. Ю. К проблеме изучения эмоционального интеллекта как феномена современной психологии // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». 2021. №18. С. 112-120.
3. Ильин, Г. Л. История психологии: учебник для вузов / Г. Л. Ильин. — Москва. Юрайт, 2023. — 389 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-15719-2. - URL: <https://urait.ru/bcode/510893> (дата обращения: 28.11.2023). Текст: электронный.
4. Конаш, О. В. Содержание понятия эмоционального интеллекта в психологической науке // Проблемы современного образования. – 2022. - № 5. – С. 31-38.
5. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том I. Введение в психологию: учебник и практикум для вузов // Москва. Юрайт, 2023. — 728 с.

Кузнецов Д.Е., Дворцова Е.В.

**Влияние сенсорного тренинга на психоэмоциональное состояние
у студентов-психологов**

*Кузбасский гуманитарно-педагогический институт
Кемеровского государственного университета
(Россия, Новокузнецк)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-89

Аннотация

В современном мире психологическое состояние студентов играет важную роль в их успехе и общем благополучии. Учеба, экзамены, социальные взаимодействия и стремление к достижению своих целей могут оказывать существенное влияние на психоэмоциональную

устойчивость студентов. Поэтому, разработка эффективных методов и техник, которые могут помочь им справиться с этими стрессовыми ситуациями, становится все более востребованной.

Одним из таких методов является сенсорный тренинг, который основывается на использовании различных сенсорных стимулов для активации и регуляции психоэмоционального состояния. Сенсорный тренинг – это метод обучения, который направлен на развитие чувствительности к собственным эмоциям и эмоциям других людей. Он позволяет лучше понимать себя и окружающих, что может привести к повышению качества работы субъекта.

Ключевые слова: психоэмоциональное состояние, настроение, активность, самочувствие, тревожность, тревога.

Abstract

In the modern world, the psychological state of students plays an important role in their success and overall well-being. Studying, exams, social interactions and striving to achieve one's goals can have a significant impact on students' psycho-emotional stability. Therefore, the development of effective methods and techniques that can help them cope with these stressful situations is becoming more and more in demand.

One of these methods is sensory training, which is based on the use of various sensory stimuli to activate and regulate the psycho-emotional state. Sensory training is a learning method that aims to develop sensitivity to one's own emotions and those of others. It allows you to better understand yourself and others, which can lead to an improvement in the quality of the subject's work.

Keywords: psychoemotional state, mood, activity, well-being, anxiety, anxiety.

Психоэмоциональное состояние – особая форма психических состояний человека с преобладанием эмоционального реагирования по типу доминанты (А. Г. Маклаков).

Эмоции – это реакции человека и животного на воздействие внутренних и внешних раздражителей, которые имеют ярко выраженную субъективную окраску и охватывают все виды чувственности и переживаний (А. А. Крылов).

По форме протекания все эмоциональные состояния делятся на чувственный тон, настроение, эмоции, аффект стресс, фрустрацию, страсть, высшие чувства (Л. А. Михайлов).

В. А. Доскин, Н. А. Лаврентьева, В. Б. Шарай, М. П. Мирошников, являющиеся разработчиками методики САН, дали такие определения самочувствия, активности и настроения:

- 1) Самочувствие – это комплекс субъективных ощущений, отражающих степень физиологической и психологической комфортности состояния человека, направление мыслей чувств и т.п.
- 2) Активность – всеобщая характеристика живых существ, их собственная динамика как источник преобразования или поддержания жизненно значимых связей с окружающей средой, имеющее свою иерархию: химическая, физическая нервная психическая активность, активность сознания, личности, группы, общества.
- 3) Настроение – сравнительно продолжительные, устойчивые состояния человека которое может быть представлено как эмоциональный фон (приподнятое, подавленное) т.е. являться эмоциональной реакцией не на непосредственные последствия конкретных событий, а на их значение для субъекта в контексте общих жизненных планов, интересов и ожиданий; четкое идентифицируемое состояние (скука, печаль, тоска, страх, увлеченность, радость, восторг и пр.).
Настроение в отличие от чувств всегда направлено на тот или иной объект.

Тревога также рассматривается как психоэмоциональное состояние. В психологической литературе тревожность трактуется как склонность к ожиданию неблагоприятия в различных видах деятельности и общения (А. М. Прихожан); как эмоциональное состояние и как устойчивое свойство, черта личности или темперамента (Р. С. Немов); эмоциональные

состояния, закономерно сменяющие друг друга по мере возрастания и нарастания тревоги с выделением шести уровней состояния тревоги (Ф. Б. Березин); переживание, в основе которого лежит неудовлетворенность ведущих потребностей человека (Л. И. Божович).

Также следует упомянуть, что, по мнению исследователей, в частности, А. М. Прихожан, определенный уровень тревожности не только присущ каждому человеку, но и необходим ему для «оптимального приспособления человека к действительности» [4]. Пребывания в состоянии тревоги, человек переживает различные негативные эмоции, которые влияют не только на его психическое и соматическое состояние, но и на социальные взаимоотношения, а также на мышление, поведение, внимание, речь.

Психологический тренинг – это форма группового обучения, сочетающая краткую теоретическую подготовку и формирование практических умений за короткий срок в определенной сфере жизни человека, обычно направленная на достижение разнообразных изменений психологических, социально-психологических и других характеристик человека, группы, организации, в идеале самого главного – личного благополучия и удовлетворенности [2].

Виды тренингов могут выделять по разным основаниям. Мы приведем следующие:

Психотерапевтический тренинг (правильнее психотерапевтическая группа) – направлен на изменение отношения к самому себе, своим особенностям, осознание и принятие их, поиск и формирование своих новых качеств, ресурсов и возможностей [3].

Социально-психологический тренинг (СПТ) занимает промежуточное положение, направлен на изменения и в сознании, и в формировании навыков. СПТ зачастую направлен на смену социальных установок и развитие умений и опыта в области межличностного общения.

Тренинг умений – направлен на формирование и отработку определенных умений и навыков, помогающих человеку лучше и эффективнее справляться с поставленными перед ним задачами как в собственной, так и в профессиональной жизни (например, тренинг эффективных переговоров, самопрезентации, постановки целей, эффективной саморегуляции, тайм-менеджмента и пр.) [1]. Сюда же можно отнести и сенсорный тренинг, который рассматривается в нашей работе.

Было проведено исследование, выборка которого составляла 32 человека студентов КГПИ КемГУ 4-5 курсов специальности «Психология служебной деятельности», из которых 10 – экспериментальная группа и 22 – контрольная, и поставлена гипотеза, что участие в сенсорном тренинге снижает показатели тревожности и повышает показатели самочувствия, активности и настроения у студентов-психологов.

Для диагностики использовались такие методики как опросник тревоги Спилбергера-Ханина, Интегративный тест тревожности и методика САН.

Для выявления влияния сенсорного тренинга на психоэмоциональное состояние у студентов-психологов была проведена математико-статистическая обработка данных с помощью t-критерия Стьюдента.

Описание эксперимента. За день до эксперимента была продиагностирована контрольная группа. На следующий день в аудиторию для лекционных занятий были приглашены студенты 4 курса Психологии служебной деятельности. Далее студенты прошли диагностику по методикам Опросник тревоги Спилбергера-Ханина, Интегративный тест тревожности и САН. В аудитории было достаточно светло, проветрено, электронная техника в тренинге не применялась. Также аудитория была закрыта, и на протяжении всего тренинга посторонние не заходили. Экспериментатор провел тренинг, после чего участники повторно прошли диагностику. На следующий день была продиагностирована контрольная группа.

Оценка достоверности отличий по критерию Стьюдента по методикам опросник Спилбергера-Ханина и Интегративный тест тревожности позволила выявить, что статистически значимых отличий по всем шкалам, кроме ситуационной, по методике ИТТ, не существует как при $p \leq 0,01$, так и при $p \leq 0,05$. По шкале ситуационной тревожности существуют значимые отличия в дельта-показателях между обеими группами ($t_{\text{эмп}}=2,439$; $t_{\text{крит}}=2,037$, при $p \leq 0,05$).

Следовательно, сенсорный тренинг повлиял на показатель ситуационной тревожности, понизив его значения у экспериментальной группы.

Оценка достоверности отличий по критерию Стьюдента по методике САН позволила выявить, что статистически значимых отличий по всем шкалам не существует как при $p \leq 0,01$, так и при $p \leq 0,05$. Однако, сравнив дельта-показатели уровней самочувствия, активности и настроения экспериментальной группы можно выявить небольшую тенденцию к повышению данных показателей. То есть сенсорный тренинг незначительно, но повлиял на психоэмоциональное состояние. Возможно, если бы программа тренинга была продолжительнее, а также самих участников было больше, то данная тенденция показала бы значимые отличия.

Таким образом, наша гипотеза: участие в сенсорном тренинге снижает показатели тревожности и повышает показатели самочувствия, активности и настроения у студентов-психологов, подтвердилась частично.

1. Амет-Уста, З. Р. История возникновения тренинга как формы интерактивной работы со взрослыми // Молодая наука. – Симферополь: Типография «Ариал», 2017. С. 233–235.
2. Китухина, О. А. Понятие «тренинг» и его структура / О. А. Китухина, Т. В. Сипович, М. М. Хахалева. - Казань: Молодой ученый. - 2021. - № 52 (394). - С. 382-383.
3. Куликова, Т. И. Психологические тренинги / Т.И. Куликова. – Тула: Имидж Принт, 2011. – 98 с.
4. Прихожан, А. М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. – №2. – 2008. – С. 11-17.

Кутыгин М.В.

**Переживание одиночества студентами и его влияние
на их мотивацию к обучению в вузе**

*Нижегородский государственный социально-педагогический институт
(Россия, Нижний Тагил)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-90

Аннотация

В рамках данной статьи рассматривается взаимосвязь между мотивацией студентов к обучению в вузе и переживанием ими такого эмоционального состояния как одиночество. Одиночество – распространенная проблема среди студентов, так как после перехода из школы в университет они оказываются в новой среде и сталкиваются с новыми социальными ситуациями. Современное общество ставит перед личностью достаточно высокие требования к успешности в самореализации, для которой прежде всего необходимо получить высшее образование. В работе предлагается провести анализ факторов, которые влияют на переживание одиночества студентами, исследовать связь между этим переживанием и мотивацией к обучению, а также выявить возможные стратегии поддержки студентов, которые могут помочь им преодолеть чувство одиночества и повысить мотивацию к учебной деятельности.

Ключевые слова: переживание одиночества, мотивация к достижению успеха, мотивация студентов, мотивация к обучению, зависимость от общения, позитивное одиночество, рекомендации по преодолению одиночества, эмоциональное состояние.

Abstract

This article examines the relationship between students' motivation to study at a university and their experience of such an emotional state as loneliness. Loneliness is a common problem among students, as after moving from school to university they find themselves in a new environment and face new social situations. Modern society places rather high demands on the individual for success in self-realization, for which, first of all, it is necessary to obtain higher education. The paper proposes to analyze the factors that influence students' experience of loneliness, explore the relationship between

this experience and motivation to study, and identify possible strategies for supporting students that can help them overcome feelings of loneliness and increase motivation for learning activities.

Keywords: experiencing loneliness, motivation to achieve success, motivation of students, motivation to study, dependence on communication, positive loneliness, recommendations for overcoming loneliness, emotional state.

Переживание одиночества занимает одну из актуальных позиций в ряде современных проблем психологии. Всем иногда нужно побыть наедине с собой, однако порой состояние одиночества переходит границы необходимости и начинает перерастать в долгосрочный период. Любые негативные эмоции и переживания оказывают прямое воздействие на социализацию человека в обществе, а также на его силы заниматься любого рода деятельностью. Особенно это затрагивает учебную деятельность, которая особо подвергается влиянию внутренних переживаний человека. Через одиночество студенты стараются оградить себя барьером от внешнего мира, что сказывается на их стремлении вкладывать свои силы и время в процесс обучения. Из-за чего данный вопрос приобретает особую значимость.

Характеризуя проблему переживания одиночества среди студентов, следует учесть, что данная тема уже была анализирована и обработана многими научными исследователями в различных научных статьях, монографиях и пособиях. В своих работах к этому обращались такие авторы, как: С. Г. Корчагина, Г. М. Тихонов, Л. И. Габдулина, А. А. Любякин, Т. В. Белых, Г. Р. Шагивалеева, Н. А. Бердяев.

Цель статьи – на основе обзора существующих исследований о переживании одиночества студентами и их мотивацией обосновать связь этих двух аспектов друг с другом, проанализировать причины возникновения одиночества у студентов и привести возможные рекомендации по преодолению чувства одиночества.

Несмотря на то, что проблема одиночества среди студентов известна, влияние этого эмоционального состояния на мотивацию к обучению всё ещё не полностью раскрыто. Научная новизна данной статьи заключается именно в том, что в ней представлена взаимосвязь этих двух аспектов, основанная на анализе различных факторов, которые влияют на переживание одиночества, на раскрытии понятий «одиночество», «мотивация». Также в данной работе представлены возможные стратегии поддержки студентов, которые помогут им преодолеть ощущение одиночества и повысить мотивацию к учебной деятельности.

Одним из исследований, посвященных переживанию одиночества, занимались А. А. Любякин и А. Ю. Ершова. Своё исследование они проводили на выборке студентов, состоящей из 70 человек с использованием таких методик, как: «Дифференциальный опросник переживания одиночества» Е. Н. Осина и Д. А. Леонтьева (ДОПО-3); а также методики «Диагностики мотивации достижений» А. Мехрабиана в модификации М. Ш. Магомед-Эминова. На основании их диагностики, выявлялась взаимосвязь между уровнем субъективного ощущения одиночества и мотивацией студентов.

Результаты корреляционного анализа показали существование умеренной положительной связи между общим уровнем переживания одиночества и такой шкалой, как «Страх отвержения» и напротив, умеренную отрицательную связь между общим переживанием одиночества и «Стремлением к принятию».

То есть, студенты, испытывающие одиночество, также испытывают и страх быть отвергнутыми. Они склонны отступать от поставленных целей и не проявляют сильной активности в учебе. Такие студенты ощущают себя изолированными и не проявляют учебной и социальной активности. Это подтверждает выявленная положительная связь между мотивацией достижений и страхом отвержения.

При этом, исследование также показало, что у части студентов, переживающих позитивное одиночество, прослеживается положительная связь с уровнем их мотивации. Такие студенты, имеют больше возможностей для активного участия в студенческой жизни, учебе и других социальных активностях.

Переживание одиночества студентами может быть обусловлено различными причинами, такими как: отсутствие близких друзей из-за обучения в незнакомом ещё месте; неразвитые социальные навыки; низкая самооценка; разлука с семьёй и родными людьми у иногородних студентов; стресс; недостаток времени.

Вообще, на основании данного исследования понятно, что проблема одиночества достаточно противоречива, так как его переживание характеризуется субъективными представлениями человека. Оно может оказывать как положительный, так и отрицательный эффект в зависимости от того, как оно переживается человеком. Также понятие «одиночество» само по себе трактуется по-разному. Не верно считать, что одиночество — это только отсутствие у человека физического или социального контакта. Понятие одиночества гораздо шире и затрагивает не только ближайшую для нас бытовую сферу жизнедеятельности.

Так как термин «одиночества» обусловлен своей универсальностью и сложностью, для полного его понимания рассмотрим несколько его значений от разных авторов:

Так, отечественный исследователь С. Г. Корчагина утверждает одиночество, как психическое состояние человека, отражающее переживание своей отдельности, субъективной невозможности или нежелания чувствовать адекватный отклик, принятие и признание себя другими людьми [5].

Т. В. Белых в своих исследованиях придерживается трактовки Е.Н. Заворотных, которая выделяла одиночество как субъективное переживание, вызывающее различные позитивные или негативные чувства и эмоции, а также выдвинула предположение о том, что наиболее важным является субъективная оценка человеком собственного одиночества, на основе имеющегося личного опыта [1].

В работах А. А. Любякина одиночество рассматривается, как субъективное состояние эмоциональной отчужденности от мира, социума, восприятие сложившихся взаимоотношений как неудовлетворительных и поверхностных, возникающее при осознании несоответствия между желаемым уровнем контактов и реально достигнутым уровнем социального взаимодействия [6].

На основании этого можно конкретизировать содержание понятия одиночества, понимая его как субъективное состояние психики человека, характеризующее его восприятие сложившихся межличностных отношений, способных вызывать как положительный, так и отрицательный эмоциональный отклик.

Важно учитывать, что обращение к себе, своим ценностям, целям не всегда возможно при постоянном взаимодействии с другими людьми, из-за чего для осмысления всех своих переживаний иногда человеку необходима рефлексия, к которой он может обратиться лишь, оставшись наедине с собой.

Данный факт воспринимается скептически по причине возникающего противоречия между позицией того, что для развития личности необходимо познание себя в социуме, с противоположной точкой зрения, когда изучение собственного «Я» невозможно без определенного времени, выделенного под осознание себя самого. Об этом, ещё в 1994 году упоминалось Н. А. Бердяевым, который писал, что в момент переживания одиночества происходит рождение личности и её самосознание [2].

Получается, что переживание одиночества является одним из факторов, влияющих на мотивацию к достижению успеха в обучении у студентов. Однако, прежде чем рассмотреть взаимосвязь этих двух аспектов, обратимся к тому, что представляет из себя понятие «мотивации», и чем оно отличается от понятия «мотивация достижений».

В рамках современной психологии «мотивация» рассматривается с точки зрения двух основных подходов: как фактор, определяющий поведение человека; как процесс активизации его интенсивной деятельности.

Таким образом, Р. С. Немов в своём словаре выделял мотивацию, как совокупность факторов, влияющих на психологическую составляющую поведения человека, определяющих его активность и целенаправленность [9].

А. М. Ш. Магомед-Эминов и И. А. Васильев рассматривали мотивацию уже в качестве сложного процесса в единой системе аффективных и когнитивных составляющих, включающих в себя побудительные и регулятивные компоненты, которые выступают в виде мотивов [7].

В отличие от мотивации, термин «мотивация достижения» включает в себя две не упомянутых ранее тенденции, совокупных с деятельностью, направленной на осуществление успеха, таких как стремление к успеху – то есть ряд амбиций ради достижения поставленной цели, и стремление к избеганию неудач, заключающееся в страхе совершить ошибку, в особенности, когда результат деятельности человека будет оценён другим лицом.

Так, данный теоретический обзор позволяет детализировать вопрос о том, что мотивация к достижению успеха в области образования неразрывно связана с переживанием одиночества и выступает в взаимосвязи совокупности факторов и процесса стимуляции активности человека.

Несомненно, между мотивацией достижения успеха и учебной деятельностью студентов прослеживается определенная взаимосвязь. Данный вопрос глубоко рассматривал Е. П. Ильин.

Студенты, у которых высокий уровень мотивации достижения успеха, часто проявляют стремление к выполнению заданий на высоком уровне и достижению высоких результатов. Они имеют ясные цели и амбиции, которые мотивируют их к активному участию в учебных процессах.

Такая мотивация может способствовать активному участию студентов в проявлении большого интереса к предметам и предметной области, связанной с их обучением, что способствует углубленному пониманию и лучшему усвоению материала.

С другой стороны, низкая мотивация достижения успеха негативно сказывается на учебной деятельности студентов. Они могут испытывать отсутствие интереса к учебе, не ощущать потребности в достижении результатов, что соответственно может отрицательно сказываться на уровне их успеваемости. Из чего следует, что мотивация достижения успеха может быть ключевым фактором в представлении студентами лучших результатов в учебе.

Подводя итог, стоит отметить, что переживание одиночества студентами может неоднозначно влиять на их мотивацию к обучению и иметь различный эффект. При этом стоит учитывать, что одиночество не является единственным фактором, влияющим на мотивацию. Важно обращать внимание и на другие аспекты жизнедеятельности студентов. Для того, чтобы действительно помочь в достижении учебных успехов студентам, столкнувшимся с переживанием одиночества, можно обратиться к ряду рекомендаций: создание поддерживающей атмосферы через проведение занятий в интерактивной форме; организация внеучебных мероприятий, в том числе командных; поддержка саморазвития и самооценки через признание достижений студентов, их прогресса в обучении; поддержка индивидуального общения, консультирования; оказание поддержки при переезде для снижения страха перед изменениями.

1. Бельх Т. В., Харланова А. О. Психологический анализ переживания одиночества у студентов вуза // Гуманизация образования. 2018. – С. 71-80.
2. Бердяев Н. А. Я и мир объектов (Опыт философии и общения) / Н. А. Бердяев // Философия свободного духа. – М.: Республика, 1994. – 480 с.
3. Габдулина Л. И. Взаимосвязь между субъективным одиночеством студентов и их мотивацией аффилиации / Л. И. Габдулина // Психологическое здоровье личности: теория и практика: Сборник статей Международной научно-практической конференции, Ставрополь, 10–11 ноября 2021 года / Под редакцией И.В. Белашевой, А.С. Лукьянова. – Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2021. – С. 368-371.
4. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. — СПб.: Питер, 2002 — 512 С.
5. Корчагина С. Г. Психология одиночества / С. Г. Корчагина. – М.: МПСИ, 2008. – 228 с.
6. Любякин А. А. Оконечникова Л. В. Исследование одиночества у студентов // Педагогическое образование в России. 2016. №2.
7. Магомед-Эминов М. Ш., Васильев И. А. Анализ когнитивного подхода в зарубежных теориях мотивации / М. Ш. Магомед-Эминов, И. А. Васильев // Вопросы психологии. – 1986. – №5. – С. 161-168.

8. Немов Р.С. Психологический словарь /— М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2007. — 560 с.
9. Социокультурные факторы формирования одиночества у студентов: монография. – Ижевск: Изд-во ИжГТУ имени Калашникова, 2020. – 104 с.
10. Фазлиева Э. Р., Тюльпина А. О., Кузьмина А. Д., Краснова О. А. Проблема одиночества среди студентов // Актуальные проблемы науки и образования в условиях современных вызовов: Сборник материалов XVIII Международной научно-практической конференции, Москва, 07 февраля 2023 года. – Москва: Печатный цех, 2023. – С. 168-173.

Кучина П.А.

Активизация лидерского потенциала студентов ВУЗа в процессе внеучебной деятельности

Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (ф) федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет» (Россия, Нижний Тагил)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-91

Аннотация

Студенческий возраст — важный этап становления личности. Активизация лидерского потенциала студентов в процессе внеучебной деятельности представляется актуальной проблемой, так как развитие лидерских качеств у будущих специалистов способствует их успешной профессиональной и социальной адаптации. Являясь студентом, индивид активно приобретает знания, практические профессиональные умения, что требует реализации внутренних психологических ресурсов личности. Студент, который выбрал одно направление развития, может также реализоваться и в других. Лидерство существует везде – в крупных и малых организациях, бизнесе, религиях, профсоюзах, компаниях и институтах. Лидерство — это атрибут номер один любой организации, при всех ее намерениях и целях. Сегодня обществу нужны эрудированные и активные специалисты, которые способны самостоятельно принимать решения и нести ответственность за их реализацию, четко определять цели работы, прогнозировать варианты ее достижения, анализировать прогресс и результаты, преодолевать трудности, правильно выстраивать отношения с другими людьми, работать в команде. Проще говоря, — проявлять лидерские качества. В данной статье рассматриваются различные методы и подходы к активизации лидерского потенциала в рамках внеучебной работы со студентами вузов.

Ключевые слова: лидерство, лидерский потенциал, лидерские качества, формирование лидерских качеств, студенческое самоуправление.

Abstract

Student age is an important stage in the formation of a personality. The activation of students' leadership potential in the process of extracurricular activities is an urgent problem, since the development of leadership qualities in future specialists contributes to their successful professional and social adaptation. Becoming a student, a person actively acquires knowledge, practical professional skills, which requires the implementation of internal psychological resources of the individual. A student who chooses one direction of development can be realized in others. Leadership exists everywhere — in large and small organizations, businesses, religions, trade unions, companies and institutions. Leadership is the number one attribute of any organization, for all its intentions and goals. Society needs competent and active specialists who are able to make decisions independently and are ready to be responsible for their implementation, clearly define the goals of activities, predict options for achieving it, analyze progress and results, overcome difficulties, build relationships with other people correctly, work in teams. That is, he shows leadership qualities. This article discusses various methods and approaches to activating leadership potential in the framework of extracurricular work with university students.

Keywords: leadership, leadership potential, leadership qualities, formation of leadership qualities, student self-government.

Вопросы формирования лидерских качеств у студентов в период обучения в ВУЗе, являются всё более актуальными, поскольку от этого зависит формирование их личности, а также активной жизненной позиции в будущем.

Из-за конкуренции на рынке труда к молодым специалистам предъявляют такие требования, как постоянная готовность к развитию и совершенствованию своих потенциальных возможностей. Сегодняшнему обществу нужны деятельные личности, которые полны решимости независимо принимать решения, брать на себя ответственность, ставить задачи и достигать их.

Различные аспекты формирования лидерских качеств, представили в своих трудах Дулалаева, Л. П. [2], Фурсова, П. В. [10], Н. М. Александрова, А. А. [1], Фазлеева, Л. Р. [8], Федосова, Т. В. [9] и др. Различные исследования показывают, что лидерские качества необходимы для благополучной карьеры и достижения целей, как в профессиональной, так и в обычной жизни [9].

Развитие лидерских качеств у студентов является одним из основных направлений деятельности в ВУЗе. Это может быть отражено в работе над коммуникативными навыками, а также в обучении навыкам управления проектами или разрешения конфликтов.

Вопросами лидерства в юношеском возрасте занимались такие отечественные и зарубежные исследователи как: Н. П. Беляцкий, А. А. Злотников, Л. В. Карташова, Т. В. Никонова, Т. О. Соломанидина, Т. Дж. Нэфф, Дж. М. Ситрин, А. Лоутон, Э. Роуз.

Формирование лидерских качеств у студентов вуза — это целевой ориентир федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.

- Командная работа и лидерство - УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде;
- Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение) УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни; УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Феномен лидерства рассматривается в философии, социологии, социальной психологии, педагогике и других науках. В отечественной психологии лидерство объясняется как фактор взаимодействия людей (А. В. Петровский, Б. Д. Парыгин и др.), в образовании — в контексте влияния коллективных образовательных способностей на развитие индивидуальных лидерских качеств (А. В. Мудрик, В. А. Сухомлинский и др.) [5].

В своем исследовании Л. Р. Дулалаева отметила, что формирование лидерских качеств у студентов является важной задачей для университетов, поскольку работодателям нужны сотрудники с очевидными лидерскими качествами. Кроме того, по мнению автора, лидерство является ключом к карьерному росту [2].

Термин «лидер» имеет различные объяснения в научных исследованиях, но можно выделить общую черту: лидер — это человек, который знает, как руководить командой, и является определенным авторитетом, стимулирующим других людей к действию [10].

Развитие лидерства, по мнению Федосовой Т.В, предполагает единство 3 этапов:

- Первый этап называется этапом «понимания проблемы». Наша задача на данном этапе — это, прежде всего, серия информационных и образовательных заданий, направленных на ознакомление с природой проблемы, основными теориями и современными методами решения вопросов качества лидерства.

- Второй этап направлен на углубление понимания процесса формирования лидерства, а также на проверку знаний, умений, способности к сотрудничеству и готовности участников управлять приобретенными навыками.
- Третий уровень — практический, на котором учащиеся проверяют на практике накопленные знания, навыки и умения [9].

На сегодняшний день нет конкретных данных о том, кем и когда было определено понятие лидерского потенциала, так в своём исследовании утверждает В.М. Евлашкина, но мы постараемся дать ему определение [3].

В работе С. И. Ожегова [4], к примеру, потенциал определяется как набор средств, необходимых для чего-либо. Лидер — это человек, который пользуется авторитетом и влиянием в определенной команде. Соответственно, если соединить два этих определения, то, лидерский потенциал — это совокупность личностных качеств и навыков, позволяющие человеку быть лидером в собственной сфере деятельности, а также эффективно управлять командой или организацией.

Кроме того, по словам С. О. Пожарского, качества и ресурсы, которые могут подчеркнуть потенциал лидерства, такие как:

- 1) личностные и профессиональные качества — обновляемость, самоуправление, работа в рамках социального и личного взаимодействия, надежность, настойчивость, независимость;
- 2) лидерские способности — способность влиять на людей, желание превзойти, способность снимать межличностное напряжение, мотивация мотивировать людей и индивидуальное внимание;
- 3) интеллектуальные качества — высокий интеллект, способность эффективно решать проблемы, психологическая гибкость, рациональность, оптимистичное мышление;
- 4) социально ориентированные качества — экстраверсия-интроверсия, общительность, адаптивность, восприимчивость, эмпатия, коммуникабельность, способность адаптироваться к различным ситуациям, желание сотрудничать с другими, желание проявлять инициативу в социальных ситуациях, следовать моральным ценностям;
- 5) волевые качества — желание брать на себя ответственность и выполнять поставленные задачи, решительность и настойчивость, ответственность, смелость, уверенность в себе, готовность отвечать за последствия собственных решений и действий, устойчивость к неудачам;
- 6) креативные качества — творческая направленность профессиональных интересов; способность стимулировать творческую деятельность человека, спрос на инновационную деятельность и склонность к инновациям, отсутствие консерватизма, оригинальность решения проблем и оригинальность мышления;
- 7) эмоциональная зрелость — эмоциональная стабильность, стрессоустойчивость и способность управлять собственным состоянием [7].

У современной молодежи по данным исследования Федосовой Т. В. существует несколько факторов, способные оказать влияние на формирование лидерских качеств студентов. Первый фактор — технологический, связан с изменением ценностной направленности общества, идет быстрое появление разных инновационных технологий и навыков, по словам автора, это требует, чтобы их быстро замечали и в полной мере реагировали на обновления и изменения. Следующий фактор — креативность, а это означает, что многие проблемы требуют новых творческих методов для их решения. Последний фактор — моральный. Он характеризуется тем, что в современном обществе отношения между людьми нуждаются в выполнении обязательств перед кем-либо [9].

Говоря о проблеме создания условий для активизации качества студенческого лидерства, по словам Печеркиной Е. А., следует подчеркнуть особую роль студенческой автономии, которая может положительно повлиять на развитие лидерских качеств. Автор опирается на «Диагностику лидерства» (Е. Жариков, Е. Крушельницкий) и методы выявления саморегулирующегося стиля деятельности (Г. С. Прыгин) и другие технологии. Был сделан вывод, что среди студентов, участвующих в работе органов студенческого самоуправления, никто из них не отличается волевыми качествами, стрессоустойчивостью, общительностью, критичностью и гибкостью мышления, высокой адаптивностью к новым условиям и достаточно высокой самооценкой [5].

Та же самая методика «Диагностика лидерских способностей» (Е. Жариков, Е. Крушельницкий), была представлена и в исследовании Романовой Л. Л., по ней был сделан вывод о том, что необходимо применять специфические методы и создавать условия для развития лидерских качеств у студентов, что стает актуальной задачей современного образования. По словам автора, одним из условий развития лидерских качеств — это реализация молодежной политики ВУЗа, которая включает значительный блок мероприятий и образовательных процессов [6].

Описание результатов по проведенным методикам Печеркиной Е. А. и Романовой Л. Л. послужило основой для теоретического осмысления значимости внедрения внеучебной деятельности, ведь она способствует активизации лидерского потенциала.

Внеучебная деятельность предоставляет широкие возможности для развития лидерских качеств студентов. Во-первых, это участие в различных студенческих объединениях, клубах и кружках, где студенты могут проявить свою активность и инициативу, научиться работать в команде и принимать участие в решении групповых задач. Во-вторых, это организация и проведение различных мероприятий, таких как конференции, семинары, конкурсы и соревнования, способствующих развитию лидерских навыков и умений. Например, в Нижнетагильском государственном социально-педагогическом институте (филиала) федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет» (г. Нижний Тагил), проходит мероприятие «Школа лидера», оно напрямую связано с активизацией лидерских качеств, направлено оно в первую очередь на первокурсников, это помогает им завести новые знакомства, научиться выходить из зоны комфорта и почувствовать в себе задатки лидера.

Успешное развитие лидерских навыков требуют использования различных методов обучения, таких как личное консультирование, тренинги по развитию коммуникативных и лидерских навыков. Также можно проводить мастер-классы с опытными спикерами из разных областей.

Одним из главных требований развития лидерства является создание определенной среды для развития лидеров. Поэтому нам необходимо создать комфортную среду, где студенты смогут выражать свое мнение и идеи, участвовать в проектах и исследованиях.

Таким образом, следует отметить, что активизация лидерского потенциала студентов является комплексной задачей, требующей совместной работы преподавателей, администрации вуза и самих студентов. Успешная реализация данной задачи способствует формированию конкурентоспособных специалистов, способных к эффективной профессиональной деятельности и успешному карьерному росту.

1. Александрова, А.А. Формирование лидерских навыков студента в среде вуза / А. А. Александрова, А. Н. Комарова, С. М. Мальцева // International Journal of Advanced Studies in Education and Sociology. – 2022. – №1. – С. 67-71.
2. Дулалаева, Л.П. Развитие лидерских качеств студентов в процессе реализации молодежной политики в вузе // Глобальный научный потенциал. – 2022. – № 11(140). – С. 148-151.
3. Евлашкина В.М. Лидерский потенциал и инструменты его оценки // Вестник образования и развития науки Российской академии естественных наук, 2020, 24(1): 46–49

4. Ожегов С.И. Толковый словарь русского языка: Ок. 100 000 слов, терминов и фразеологических выражений / под ред. проф. Л.И. Скворцова. 26-е изд., испр. и доп. М.: Оникс – Мир и Образование, 2009. 1360 с.
5. Печеркина, Е. А. Развитие лидерских качеств у студентов педагогического вуза посредством студенческого самоуправления / Е. А. Печеркина, И. В. Мешкова // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 76-3. – С. 313-315. – EDN ATMFTA.
6. Романова, Л. Л. формирование лидерских качеств у студентов вуза / Л. Л. Романова // Вестник Амурского государственного университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2023. – № 102. – С. 70-73. – DOI 10.22250/20730284_2023_102_70. – EDN YUKBMB.
7. С. О. Пожарский Лидерский потенциал руководителей коммерческих структур: сущность и оценка // Менеджмент социальных и экономических систем. 2016. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/liderskiy-potentsial-rukovoditeley-kommercheskih-struktur-suschnost-i-otsenka> (дата обращения: 25.11.2023).
8. Фазлеева, Л.Р. Социальный проект как технология развития лидерских качеств современного студента // Высшее образование в России. – 2020. – Т. 29, №5. – С. 136-143.
9. Федосова, Т.В. Развитие лидерских качеств у студентов педагогических вузов // Научный потенциал. -2023. - №1-1(40). - С. 63-67.
10. Фурсова, П.В. Развитие лидерских качеств средствами социально-культурной деятельности // Экономика, прикладная информатика, гуманитарные науки: современные тренды и перспективы развития. Сборник научных статей и материалов Международной научно-практической конференции, Москва, 14 апреля 2021 г. – М.: Академия труда и социальных отношений, 2021. – С. 379-383.

Лобаева И.С.

Приемы формирования учебной мотивации младших школьников в условиях инклюзивного образования

*Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (ф)
Российский государственный профессионально-педагогический университет
(Россия, Нижний Тагил)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-92

Научный руководитель: Темникова Е.Ю.

Аннотация

Ведущим видом деятельности младшего школьника является учение. Оно существенно изменяет мотивы его поведения. У младших школьников с ограниченными возможностями здоровья отмечается слабость мотивации к обучению. Поэтому изучение особенностей развития мотивации учебной деятельности младших школьников с ОВЗ нам является актуальным как для более глубокого понимания психологии детей этой категории, так и для совершенствования методов диагностики, обучения и воспитания этих детей.

Ключевые слова: мотивация, учебная деятельность, начальная школа, социальные мотивы, познавательные мотивы, дети с ОВЗ.

Abstract

The leading activity of a junior student is teaching. It significantly changes the motives of his behavior. Younger students with disabilities have a weak motivation to learn. Therefore, the study of the peculiarities of the development of motivation for educational activities of younger schoolchildren with disabilities is relevant to us both for a deeper understanding of the psychology of children in this category, and for improving the methods of diagnosis, education and upbringing of these children.

Keywords: motivation, educational activity, primary school, social motives, cognitive motives, children with disabilities.

Учебная деятельность рассматривается как особая деятельность школьника, которая направлена на достижение целей обучения. Особенность данной деятельности связана с тем, что ее результатом выступает изменение учащегося, а содержание заключается в овладении действий в области научных понятий.

Важной задачей учителей начальных классов при работе с детьми с ОВЗ является формирование потребности и способности к самоизменению в первые годы обучения. Учителю

необходимо поддерживать желание детей развиваться, а также помогать им в преодолении страхов перед неизвестным. Не менее важным компонентом является создание ситуации успеха, так как у них наблюдается тревожность, неуверенность в себе выше, чем у их сверстников.

Выделяют компоненты учебной деятельности: учебно-познавательный мотив, учебная задача, учебные действия, действия контроля и действия оценки.

В основе деятельности лежит потребности. Потребности же основываются на мотивах. У каждого свои определенные мотивы, которые связаны между собой и образуют мотивационное поле, то есть мотивацию.

Мотивация – это психологическая характеристика личности, которая выражается во внешних проявлениях, а также в отношении человека к миру и различным видам деятельности.

Выделяют 2 основных типа мотивов: социальные (внешние, которые не зависят от содержания); познавательные (внутренние, которые связаны с содержанием учебной деятельности). Дополнительно добавляют отрицательные мотивы, которые проявляются избеганием неприятностей со стороны одноклассников, учителей и родителей.

Исследования показывают, что у младших школьников преобладают социальные мотивы над познавательными.

В свою очередь деятельность учителя должна быть направлена на проявление у учащихся потребности в получении новых знаний, в саморазвитии и самосовершенствовании. Ведь только через это будет формироваться четкой учебно-познавательный интерес не только к усваиваемым знаниям, но и к способам формирования мотивов собственного роста. Вся деятельность педагога нацелена на осознание школьником того, ради чего его побуждают к учению.

В свою очередь, одной из главных задач, которая решается в начальной школе выступает создание условий для формирования положительной учебной мотивации и последующего его развития. развитие учебной мотивации – это процесс, который требует длительной, кропотливой и целенаправленной работы. Важно организовывать сам процесс так, чтобы он мог повлиять на мотивацию школьника. То есть необходимо использовать разнообразные формы и методы работы на уроке, которые будут побуждать учащихся на активную мыслительную и практическую деятельность.

Важно формировать доброжелательное отношение к обучению. Исход из этого необходимо использовать следующие направления работы:

- забота о создании общей положительной атмосферы на уроке. Благодаря снижению тревожности детей и страхом ошибиться, забыть, неверно ответить. Достигается за счет исключения всех оттенков отрицательного подкрепления, то есть упреков, выговоров, насмешек, угроз и прочего;
- создание ситуации успеха в учебной деятельности, которая формирует уверенность и радость, а также высокую самооценку;
- опора на игру, так как она является ведущей деятельностью детей с ОВЗ;
- целенаправленное эмоциональное стимулирование детей

Важно для: предупреждения опасных чувств скуки, серости и монотонности; возбуждения интеллектуальных эмоций удивления, новизны и достижения; формирования внутреннего положительного настроения на достижение и преодоление трудностей.

- стимулирование познавательного интереса с помощью технологий обучения, которые включают многообразные приемы занимательности (иллюстрации, игра, кроссворды, шутки, занимательные задачи и т.д), а также использование проблемно-поисковых методов обучения, самостоятельных, творческих и практических работ.

Для формирования мотивации необходимо использовать следующие приемы:

- создание ситуации успеха (позволит ребенку почувствовать себя свободно на уроке, поверить в себя, преодолеть свои страхи перед новым);
- использование разнообразных игр и игровых элементов (естественная среда для развития творческих и других способностей ребенка);
- придумывание яркой сюжетной линии на уроках (позволит заинтересовать детей, способствует включению в процесс);
- использование заданий-ловушек (поможет преодолеть безоговорочное доверчивое отношение к словам учителя, а также способствует привлечению внимания);
- создание посильных проблемных ситуаций (возможность свободно высказывать свою точку зрения, предложить решение задачи, проявить творческий потенциал);
- создание предметно-практической деятельности (основа для развития мышления);
- формирование навыков целеполагания и осознания причинно-следственных связей между полученными знаниями, умениями и навыками и их применение в жизни;
- осознание учеником себя социально-значимой личностью;
- формирование позитивных межличностных отношений в системе «ученик — учитель — воспитатель» и «ученик — ученик»;
- привлечение родителей к учебному процессу.

Адаптация к школе у детей с ОВЗ происходит медленнее, чем у сверстников нормы. Таким детям сложнее переключаться с ведущей игровой деятельности на учебную. Сложнее взаимодействовать с окружающими и подстраиваться под новый режим жизни.

Таким образом, работа по формированию мотивации учащихся начальных классов в условиях инклюзивного образования должно проходить комплексно и системно.

1. Зимняя И. А. Педагогическая психология: учебник для вузов. — 3-е издание, пересмотренное. — Москва: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2010. — 448 с.
2. Максимова Л. А., Андросова М. И. Формирование учебной мотивации у младших школьников // Научно-методический электронный журнал «Концепт». — 2019. — Т. 26. — С. 1–5.
3. Орешкина, А. В. Особенности учебной мотивации у младших школьников с ограниченными возможностями здоровья / А. В. Орешкина. —// Молодой ученый. — 2019. — № 37 (275). — С. 152-155.

Маглатюк Т.В., Войнова А.А.
Психологическая подготовка в большом теннисе

ЮРИУ РАНХиГС
(Россия, Ростов-на-Дону)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-93

Аннотация

В данной статье автор детально раскрывает сущность вопроса по психологической подготовке, стоящего перед юными теннисистами. Для этого будет приведен ряд советов по подготовке, как к начинающим спортсменам, так и профессиональным.

Ключевые слова: большой теннис, спортсмены, психологическая подготовка.

Abstract

In this article, the author reveals in detail the essence of the issue of psychological preparation facing young tennis players. To do this, a number of training tips will be provided, both for novice athletes and professional ones.

Keywords: tennis, athletes, psychological training.

Психологическая поддержка играет важную роль в жизни спортсменов. Эмоциональная стабильность, уверенность в себе, мотивация, концентрация внимания — все эти аспекты влияют на спортивные достижения.

Психологическая подготовка также является неотъемлемой частью тренировок и подготовки к соревнованиям. Она помогает спортсменам преодолевать стресс, развивать психологическую устойчивость и находить внутренние ресурсы для победы. Благодаря ей теннисисты могут раскрыть свой максимальный потенциал. Также игрокам необходимо ставить перед собой цели, которые они хотят достичь, что поможет им сосредоточиться и направить свои силы в нужном направлении.

Для любого спортсмена худший противник – это его собственные страхи перед поражением. Страх провала и неудачи может оказать сильное влияние на игрока, не позволяя проявить свой максимум на корте.

Любое волнение вызывает негативные эмоции, в результате которых снижается концентрация человека. Более того, страх перед поражением может подавлять способность игрока проявить свои навыки и потенциал из-за боязни допустить ошибку.

Психологическая подготовка может значительно помочь спортсмену преодолеть свои страхи перед поражением. Спортивный психолог в такой ситуации – лучший друг любого спортсмена, он может помочь разобраться в источниках его страхов и разработать стратегии для их преодоления. Это может включать в себя техники релаксации, позитивное мышление, визуализацию успеха и практику управления эмоциями.

Благодаря экспериментальной программе психологической подготовки, спортсмены могут контролировать свои эмоции и оставаться в оптимальном состоянии на протяжении всей игры. Применение метода визуализации, в частности раздела "Зачистка ошибок после матчей", способствовало повышению сосредоточенности и уверенности в себе у молодых теннисистов, позволяя им выходить на корт в полной готовности к соревнованиям. Специально разработанные методики послематчевого поведения позволили спортсменам анализировать свое психологическое состояние как перед, так и после соревнований, оценить свои успехи и неудачи, а также составить индивидуальные портреты соперника, выявив его слабые и сильные стороны.

В чем же состоит психологическая подготовка?

Во-первых, настроить себя на позитивный результат поможет, как ничто иное, успокаивающие слова. Чтобы достичь состояния полного спокойствия необходимо вооружиться собственной поддержкой в виде уместных и плавных фраз и правильно подобрать слова.

Для полной релаксации необходимо сосредоточиться на таких словах как «расслабленный» или «спокойный». Ведь именно визуализация правильного выполнения задания способна помочь сосредоточиться на поставленной цели. И главное помнить, что ключ к успеху в победе любого вида спорта – спокойствие и уверенность в своих силах.

Во-вторых, фокус на своих ключевых сильных качествах помогает сосредоточиться по максимуму, чтобы ничего не смогло отвлекать от поставленных задач. Данный метод подразумевает выстраивание игры вокруг своих сильных сторон.

В-третьих, настроить себя на положительные результаты матча помогает борьба с волнением незадолго перед началом. Не секрет, что волнение может стать серьезной проблемой для игроков. За 30 минут до начала игры необходимо уделить себе время в тишине, чтобы успокоиться и расслабиться. Работа с дыханием – лучший помощник в данный момент.

Необходимо делать глубокие равномерные вдохи, чтобы стабилизировать свои эмоции и направить их в нужное русло.

В процессе тренировок и соревнований спортсмены часто сталкиваются с различными психологическими проблемами. Это могут быть стресс, тревога, низкая самооценка, перфекционизм, страх неудачи или травмы, снижение мотивации и концентрации, а также проблемы взаимоотношений с тренерами и командой. Поэтому необходимо составить для себя небольшую памятку, в которой будут собраны оптимальные методы для борьбы с волнением:

1 правило.

Доверьтесь своим чувствам. Ваш мозг проецирует перед вами задачи «сдаться» или «бороться» и только ваши намерения помогут выбрать правильный исход.

2 правило.

Сосредоточьтесь на одном розыгрыше, пока не ощутите, что играете свободно. Как только получается работать в одном темпе, необходимо сохранять спокойствие и идти только на обдуманные риски.

3 правило.

Работы с помехами. Не всегда помехи идут во вред самому игроку. Нужно помнить, что на них можно и нужно воздействовать для более комфортной игры.

Для достижения успеха в карьере теннисиста нужно учесть множество важных факторов. К ним относятся отличное мастерство, хорошая физическая подготовка, настойчивая желанная побеждать, упорный труд. Для того чтобы стать успешным теннисистом, необходимо пройти через множество испытаний, которые требуют выдержки и трудолюбия. Соревновательный стресс и усталость от интенсивных тренировок требуют развитых волевых качеств, крепкой психики и умения расслабляться.

Помимо стандартной тренировочной программы рекомендуется изучение техник визуализации и других методов самоотработки. Это поможет обеспечить психологическую стойкость и закрепить в памяти мышц усвоенную технику.

Когда дело касается выбора психолога для спортсмена, важно учитывать не только профессиональные навыки специалиста, но и его опыт работы с атлетами. Подходящий психолог должен иметь опыт работы со спортсменами и понимать специфику их психологических потребностей. Любому человеку работа с психологом пойдет только на пользу. И обращаться к специалисту стоит с самого момента формирования личности игрока.

У всех людей есть определенные общие психологические знания и навыки, так как психология входит в стандартную учебную программу любого высшего учебного заведения. Однако, когда речь идет о потребности в профессиональной помощи – не стыдно обратиться к специалисту. Важно понимать, что работая с психологом можно добиться значимых результатов в спорте.

Спортивный психолог с помощью своих знаний и инструментов работает с психикой спортсмена, помогая ему стать еще более сильным и стрессоустойчивым. Он способен тренировать психические процессы и развивать навыки самоконтроля. Однако, самое значимое, психолог активизирует неиспользованные ресурсы в процессе подготовки спортсмена.

1. Т. В. Огородова «Психология спорта» – Учебное пособие с. 24-27
2. Бекембетова, Р. А. Роль тренера и основные положения планирования подготовки юных теннисистов / Р. А. Бекембетова. – 2019. – 165 с.
3. Стопани, А. И. Большой теннис : учебное пособие / А. И. Стопани. 2015. – 49 с

Манолий К.Ю., Дворцова Е.В.

Влияние тренинга релаксационных упражнений на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД

*Кузбасский гуманитарно-педагогический институт
Кемеровский государственный университет
(Россия, Новокузнецк)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-94

Аннотация

Тренинг релаксационных упражнений способствует обучению методам нервно-мышечной релаксации, приемам расслабления, формированию умения управлять своим психофизическим состоянием. Релаксационные упражнения, такие как дыхательные практики, медитация, йога и прогрессивная мускульная релаксация, способствуют снижению уровня тревоги, напряжения и физической нагрузки. Они помогают сотрудникам осознавать свое состояние, улучшают концентрацию, способствуют расслаблению мышц и снятию напряжения. Так как работа в органах правопорядка часто связана с повышенным стрессом, травматичными ситуациями и эмоциональной нагрузкой, в этой связи, использование тренинга релаксации может помочь улучшить физическое и психическое благополучие сотрудников МВД.

Таким образом, учитывая актуальность данной проблемы, тема нашего исследования «Влияние тренинга релаксационных упражнений на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД».

Ключевые слова: психоэмоциональное состояние, воздействие тренировки, сотрудники полиции, эксперимент.

Abstract

The article examines how the training of relaxation exercises affects the psycho-emotional state of employees of the Ministry of Internal Affairs, taking into account their specific professional activities.

Keywords: psychoemotional state, the impact of training, police officers, experiment.

Объект: профессиональная деятельность сотрудников МВД.

Предмет: влияние тренинга релаксационных упражнений на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД.

Гипотеза: тренинг релаксационных упражнений влияет на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД, а именно: повышает показатели самочувствия, активности, настроения, эмоционального тонуса.

Цель работы: исследование влияния тренинга релаксационных упражнений на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД.

Задачи:

1. Провести психологический анализ профессиональной деятельности сотрудников МВД;
2. Проанализировать в научной литературе разработанность проблемы влияния тренинга релаксационных упражнений на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД;
3. Охарактеризовать выборку и этапы исследования, обосновать методы и методики исследования;
4. Исследовать посредством первичной диагностики психоэмоциональное состояние сотрудников МВД в контрольной и экспериментальной группах;
5. После проведения тренинга релаксационных упражнений провести вторичную диагностику психоэмоционального состояния у сотрудников МВД в экспериментальной и контрольной группах;

6. Выявить влияние тренинга релаксационных упражнений на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД.

Методы: теоретический анализ литературы, профессиографический анализ деятельности, психодиагностическое тестирование, эксперимент, метод математико-статистической обработки (t-критерий Стьюдента).

Методики:

1. Методика «Актуальное состояние», Л. В. Куликов;
2. Методика оценки психической активации, эмоционального тонуса, Н. А. Курганский, Т. А. Немчин;
3. Тест «Самочувствие, активность, настроение», В. А. Доскин, Н. А. Лаврентьева, В. Б. Шарай, М. П. Мирошников.

Выборка: 26 сотрудников МВД г. Осинники.

Выявление влияния тренинга релаксационных упражнений на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД

Для выявления влияния тренинга релаксационных упражнений на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД рассмотрим разницу между показателями дельт входной и выходной диагностики контрольной и экспериментальной групп.

Результаты диагностики психоэмоционального состояния до и после проведения тренинга релаксационных упражнений по методике актуальное состояние (Л. В. Куликов) представлены на рисунке 10.

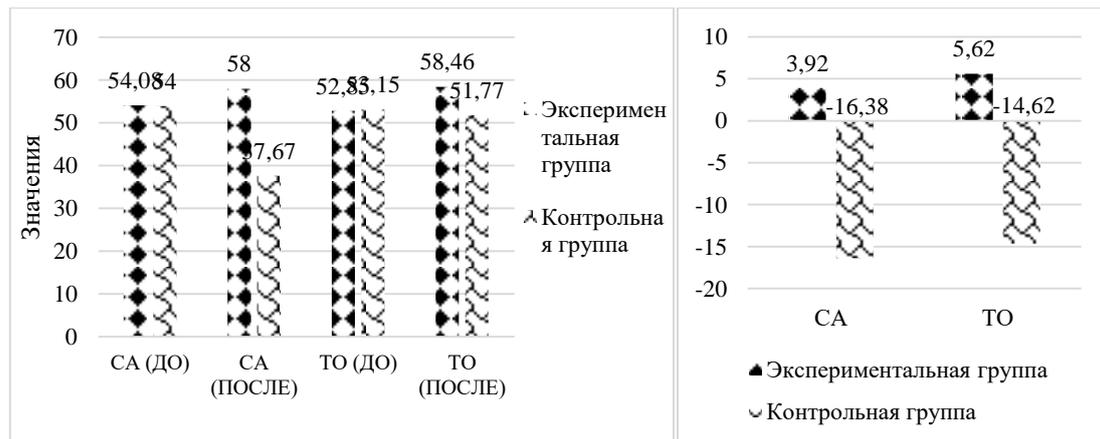


Рисунок 10. Результаты выходной диагностики психоэмоционального состояния экспериментальной и контрольной групп по методике Л. В. Куликова.

Представленные на рисунке 10 результаты свидетельствуют о том, что в экспериментальной группе после проведения тренинга релаксационных упражнений произошли значительные изменения. После проведения тренинга релаксационных упражнений мы можем наблюдать тенденцию к увеличению таких показателей, как самочувствие (СА) и тонус (ТО).

Результаты диагностики психоэмоционального состояния до и после проведения тренинга релаксационных упражнений по методике оценки психической активации, эмоционального тонуса (Н. А. Курганский, Т. А. Немчин) представлены на рисунке 11.

Из представленных на рисунке 11 данных мы заключаем, что проведение тренинга релаксационных упражнений воздействовало на уровень психоэмоционального состояния сотрудников МВД, а именно повысились такие показатели, как психическая активация (ПА) и эмоциональный тонус (ЭТ).

Результаты диагностики психоэмоционального состояния до и после проведения тренинга релаксационных упражнений по тесту самочувствие, активность, настроение

(В. А. Доскин, Н. А. Лаврентьева, В. Б. Шарай, М. П. Мирошников) изображены на рисунке 12.

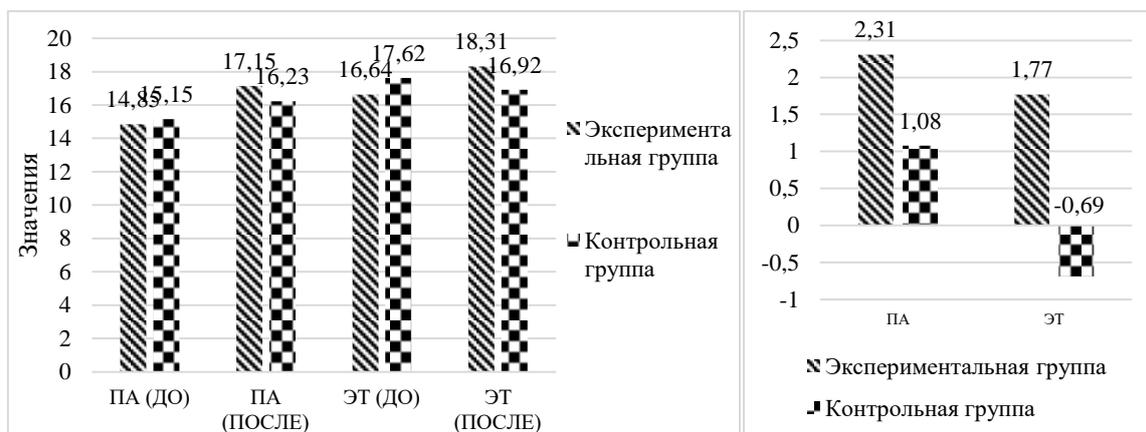


Рисунок 11. Результаты выходной диагностики психоэмоционального состояния экспериментальной и контрольной групп по методике Н.А. Курганского.

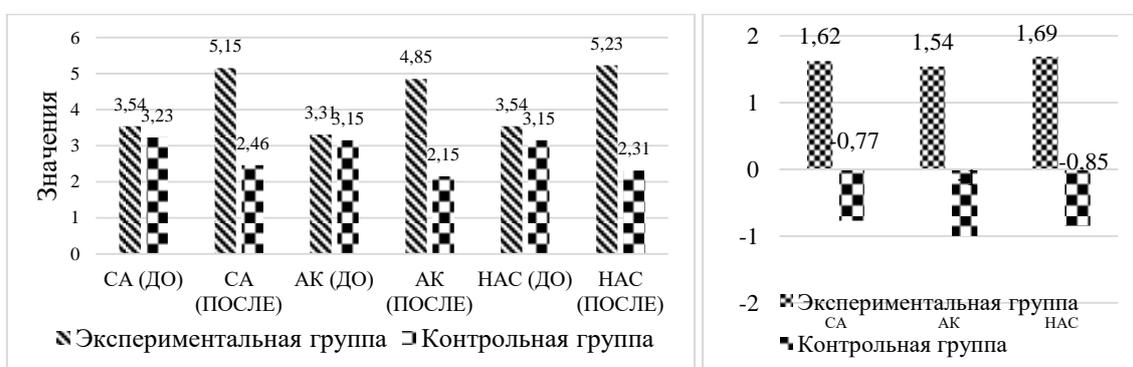


Рисунок 12. Результаты выходной диагностики психоэмоционального состояния экспериментальной и контрольной групп.

Представленные на рисунке 12 результаты свидетельствуют о том, что в экспериментальной группе после проведения тренинга релаксационных упражнений произошли значительные изменения. После проведения тренинга релаксационных упражнений мы можем наблюдать тенденцию к увеличению таких показателей, как самочувствие (СА), активность (АК) и настроение (НАС).

Для выявления влияния тренинга релаксационных упражнений на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД была использована оценка достоверности отличий по t-критерию Стьюдента между дельтами показателей входной и выходной диагностики контрольной и экспериментальной групп.

Таким образом, мы заключаем, что тренинг релаксационных упражнений оказывает влияние на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД экспериментальной группы по сравнению с контрольной группой.

Полученные результаты свидетельствуют о подтверждении гипотезы о том, что тренинг релаксационных упражнений влияет на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД, а именно: повышает показатели самочувствия, активности, настроения, эмоционального тонуса.

Выводы

В ходе исследования влияния тренинга релаксационных упражнений на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД нами были поставлены и выполнены теоретические и практические задачи:

1. Произведя психологический анализ деятельности сотрудников полиции, мы узнали, что их деятельность характеризуется стрессогенностью, умственной

и эмоциональной напряженностью, физическими нагрузками. Данная деятельность требует наличия таких профессионально-важных качеств, как высокая профессиональная подготовка, умение дать объективную оценку действиям других людей, критичность мышления, способность брать инициативу в свои руки, а также быстро принимать решения, избирательность, наблюдательность, стойкость и самообладание.

2. Проведен анализ разработанности в научной литературе проблемы влияния тренинга релаксационных упражнений на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД. В психологической науке по теме данного исследования не имеется научных трудов, что в свою очередь детерминирует нашу актуальность, однако, имеется ряд трудов, посвящённых исследованиям релаксации на психику и здоровье человека.
3. Исследование влияния тренинга релаксационных упражнений на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД осуществлялось по 9 этапам. В нашем исследовании приняло участие 26 сотрудников МВД России по г. Осинники, из которых 13 составили экспериментальную группу и 13 вошли в контрольную. Возраст испытуемых варьируется в пределах от 24 до 50 лет. Большинство респондентов составляют мужчины. Для достижения целей и проверки гипотезы нашего исследования мы использовали следующие методы: анализ теоретического материала, психодиагностическое тестирование, эксперимент, метод математико-статистической обработки (t-критерий Стьюдента). Для получения эмпирических данных о психоэмоциональном состоянии сотрудников мы применяли такие психодиагностические методики, как методика актуальное состояние (Л. В. Куликов); методика оценки психической активации, эмоционального тонуса (Н. А. Курганский, Т. А. Немчин); тест самочувствие, активность, настроение (В. А. Доскин, Н. А. Лаврентьева, В. Б. Шарай, М. П. Мирошников).
4. По результатам входного психодиагностического тестирования можно сделать вывод, что общий уровень психоэмоционального состояния по всей выборке находится на среднем уровне.
5. По результатам психодиагностики психоэмоционального состояния экспериментальной группы до и после проведения тренинга релаксационных упражнений, мы делаем вывод, что реализация тренинга релаксационных упражнений воздействовало на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД, а именно повысило самочувствие, активность, настроение и эмоциональный тонус.
6. Полученные данные при рассмотрении разницы между показателями дельт входной и выходной диагностики контрольной и экспериментальной групп свидетельствуют о том, что тренинг релаксационных упражнений повлиял на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД, а именно повысил показатели самочувствия, активности, настроения, эмоционального тонуса. В работе сотрудников правоохранительных органов часто возникают стрессовые ситуации, которые могут оказывать негативное воздействие на психоэмоциональное состояние сотрудников, что, в свою очередь, может сказаться на их работоспособности и общем здоровье. Мы считаем, что тренинг релаксационных упражнений помогает сотрудникам научиться

справляться с стрессом и напряжением, а также повышает их общее чувство благополучия.

7. Выдвинутая в начале исследования гипотеза о том, что тренинг релаксационных упражнений влияет на психоэмоциональное состояние сотрудников МВД, а именно: повышает показатели самочувствия, активности, настроения, эмоционального тонуса, подтвердилась.

1. Березина Т.Н. Эмоциональная безопасность образовательной среды и подлинные эмоции // Вестник Московского государственного областного университета. Серия Психологические науки. №3 2013.С. 16-22
2. Бухалков, М. И. Организация и нормирование труда : учебник для вузов / М. И. Бухалков. – Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2019. – 380 с. – 978-5-16-006001-9. – Текст : непосредственный.
3. Дудин, Н. П. Становление и развитие правоохранительной системы Российской Федерации / Н. П. Дудин. – Текст : электронный // Общество и право. – 2016. – № 2. – С. 289-294. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/stanovlenie-i-razvitie-pravoohranitelnoy-sistemy-rossiyskoy-federatsii> (дата обращения: 20.09.2023).
4. Егоршин, А. П. Организация труда персонала : учебник / А. П. Егоршин, А. К. Зайцев. – Москва : ИНФРА-М, 2018. – 320 с. – ISBN 978-5-16-003178-1. – Текст : URL: <https://znanium.com/catalog/product/397468> (дата обращения: 21.09.2023).
5. Зиналиева, Н.К., Тайсаева С.Б. Релаксационные упражнения как условие снижения тревожности у студентов-психологов / Н.К. Зиналиева., С.Б. Тайсаева. //Проблемы и инновации современного общества III Международная научно-практическая конференция. – г. Астрахань, 2011.
6. Зиналиева, Н. К. Профессиональная подготовка будущих психологов и ее роль в развитии межличностной коммуникации / Н. К. Зиналиева. // Вестник Астраханского государственного технического университета., 2007. № 5. С. 147-151.

Масягутова Л.М.¹, Музафарова А.Р.¹, Галлямова С.А.¹, Вагапова Д.М.¹, Шарипова Э.И.² Формирование и методы коррекции психической дезадаптации у медицинских работников

¹Уфимский научно-исследовательский институт медицины труда и экологии человека

²Государственное бюджетное учреждение Республики Башкортостан городская клиническая больница №5
(Россия, Уфа)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-95

Аннотация

На современном этапе развития общества все большую значимость приобретают вопросы профилактики синдрома психоэмоционального выгорания. Изучена взаимосвязь эмоционального выгорания и коммуникативного контроля у врачей-педиатров с использованием психологических тестов. Установлены высокие показатели коммуникативного контроля у 53,5% врачей соматических отделений. Основными симптомами СЭВ у врачей являются неадекватное избирательное эмоциональное реагирование и редукции профессиональных обязанностей. Также у специалистов наблюдается повышенная психическая истощаемость и аффективная лабильность, ощущение «пресыщенности» работой, снижение степени удовлетворенности медицинского работника собой как личностью и как профессионалом. Высокий уровень коммуникативного контроля снижает уровень стресса в межличностных коммуникациях, тем самым отдаляя момент развития синдрома эмоционального выгорания.

Ключевые слова: синдром эмоционального выгорания, медицинские работники, коммуникативный контроль.

Abstract

At the present stage of development of society, the issues of preventing psycho-emotional burnout syndrome are becoming increasingly important. The relationship between emotional burnout

and communicative control in pediatricians was studied using psychological tests. High rates of communication control were found in 53.5% of doctors in somatic departments. The main symptoms of SES in doctors are inadequate selective emotional response and reduction of professional duties. Also, specialists experience increased mental exhaustion and affective lability, a feeling of "satiety" with work, and a decrease in the degree of satisfaction of the medical worker with himself as an individual and as a professional. A high level of communicative control reduces the level of stress in interpersonal communications, thereby delaying the development of burnout syndrome.

Keywords: emotional burnout syndrome, medical workers, communication control.

В современном мире профессия врача требует как физического здоровья, так и психоэмоциональной устойчивости. Даже в условиях штатной работы здравоохранения, большинство специалистов при проведении опросов отмечают напряженность в процессе выполнения профессиональных обязанностей, превышение своих физических и психических возможностей, и наряду с низкой оплатой труда является одной из основных причин тревоги, нервозности или стресса на работе. Во всей соответствующей литературе существует консенсус в отношении того, что медицинские работники подвергаются повышенному риску высокого уровня стресса, тревоги, депрессии, эмоционального выгорания, зависимости и посттравматического стрессового расстройства, что может иметь долгосрочные психологические последствия. Уровень же регистрируемой профессиональной заболеваемости не отражает фактического профессионального риска для здоровья врачей, и практика учета синдрома профессионального выгорания врача в качестве профессионального заболевания на сегодняшний день отсутствует [1,2,3].

Актуальность изучаемой проблемы подтверждает необходимость ранней диагностики в целях проведения своевременных профилактических мероприятий синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) у медицинских работников.

Цель работы: изучить взаимосвязь эмоционального выгорания и коммуникативного контроля среди врачей соматического отделения.

Материалы и методы. Исследование проведено в крупном многопрофильном стационаре среди 46 врачей соматических отделений с различной узконаправленной специальностью (гастроэнтерология, аллергология, иммунология, хирургия, пульмонология и др.). Выборку составили специалисты в возрасте от 25 до 45 лет (средний возраст $32,4 \pm 1,2$ лет, средний стаж $9,8 \pm 1,5$ лет). В исследовании использованы следующие методики: «Методика диагностики самоконтроля при общении М. Снайдера»; "Методика диагностики уровня эмоционального выгорания" В.В. Бойко; "Опросник выгорания (перегорания) Маслач"; Методика определения психического «выгорания» А. А. Рукавишникова.

Для анализа взаимосвязь коммуникативного контроля и отдельных симптомов СЭВ был использован коэффициент корреляции г-Пирсона. **Результаты.** При анализе уровня коммуникативного контроля установлено, что у врачей лечебного учреждения коммуникативный самоконтроль находится на высоком (53,5%) и среднем уровне (41,9%), лишь 4,6% составили низкий уровень. Результаты свидетельствуют об устойчивости врачей соматических отделений в своих эмоциональных проявлениях и умению гибко реагировать на изменение ситуации. Высокие показатели коммуникативного контроля свидетельствуют об определенной гибкости в общении, процессе создания новых и поддержания старых взаимоотношений [4].

При изучении уровня эмоционального выгорания выявлена выраженность отдельных фаз эмоционального выгорания у врачей. У большинства (54,3%) выражена фаза резистентности, которая характеризуется стремлением человека избегать действия эмоциональных факторов с помощью ограничения эмоционального реагирования; присутствием у данных работников сформированных эмоциональных защит, элементов противодействия. Фаза напряжения менее выражена среди испытуемых, ее формирование служит предвестником развития и запускающим механизмом формирования синдрома профессионального выгорания. Выраженность фазы истощения составляет 17,5% среди

испытуемых врачей, состояние которых характеризуется падением общего энергетического тонуса и ослаблением нервной системы. Это группа высокого риска, которая находится на первом месте по профилактике и терапии СЭВ (таблица 1).

Таблица 1

Уровень сформированности симптомов эмоционального выгорания по В.В. Бойко.

Фазы	Симптомы	Не сформирована, %	Формируется, %	Сформирована, %
Напряжения	1	18	25*	57*
	2	82	14*	3
	3	72	11	18*
	4	50	29*	21*
Резистентности	5	14	29*	57*
	6	32	39*	29*
	7	46	21*	33
	8	25	28	46*
Истощения	9	43	28*	29*
	10	50	21*	29*
	11	46	25*	29*
	12	61	18*	21*

Примечание: * - достоверная взаимосвязь симптома СЭВ с коммуникативным контролем по коэффициенту корреляции r -Пирсона; 1 - переживание психотравмирующих обстоятельств; 2 - неудовлетворённость собой; 3 - чувство безысходности; 4 - тревога и депрессия; 5 - неадекватного избирательного эмоционального реагирования; 6 - эмоционально-нравственная дезориентация; 7 - расширения сферы экономики эмоций; 8 - редукции профессиональных обязанностей; 9 - эмоциональный дефицит; 10 - эмоциональная отстранённость; 11 - личностная отстранённость (деперсонализация); 12 - психосоматические и вегетативные проявления.

Набольшие показатели в фазе сформированности за симптомами - переживание психотравмирующих обстоятельств (57,0%), неадекватного избирательного эмоционального реагирования (57,0%), редукции профессиональных обязанностей (46,0%).

Определение степени выраженности и распространенности СЭВ позволило установить, что ведущими шкалами среди врачей стали эмоциональное истощения и редукция профессиональных достижений, которые имеют высокие значения как на высоком (43,6 и 54,5% соответственно), так и на среднем (45,6 и 36,9% соответственно) уровне выгорания. Следует предположить, что у специалистов наблюдается повышенная психическая истощаемость и аффективная лабильность, ощущение «пресыщенности» работой, снижение степени удовлетворенности медицинского работника собой как личностью и как профессионалом.

Таким образом, проблема СЭВ весьма актуальна среди медицинских работников и среди врачей в частности. Выбранные нами методики показывают, что большая часть врачебного персонала в ходе своей лечебной деятельности ощущает психоэмоциональное напряжение, что способствует развитию и формированию синдрома эмоционального выгорания. Имеется ряд специалистов, среди которых симптомы находятся уже в фазе сформированности, именно эти доктора в первую очередь нуждаются в психологической поддержке для предотвращения ухудшения их психоэмоционального состояния.

Заключение. В ходе исследования видно, что большая часть врачей ощущают в ходе своей рабочей деятельности психоэмоциональное напряжение, которое способствует процессу развития признаков эмоционального выгорания. При этом высокий уровень коммуникативного контроля снижает уровень стресса в межличностных коммуникациях, тем

самым отдаленным моментом развития синдрома эмоционального выгорания. Зачастую для наиболее эффективного лечения и восстановления пациентов важно психоэмоциональное состояние медицинских работников, поэтому так значимо при проведении реабилитационных мероприятий учитывать меры поддержки медицинских работников, включающие развитие психологической устойчивости, защиту от переутомления, профессионального выгорания, депрессивных и тревожных расстройств.

1. Кайбышев В.Т., Кондрова Н.С., Симонова Н.И. Проблемы анализа и оценки профессионального риска врачей. Бюллетень Научного совета "Медико-экологические проблемы работающих". 2006. № 4. С. 35-39.
2. Симонова Н.И., Кайбышев В.Т., Галимов А.Р., Кайбышева Э.В. Труд в структуре социально-психологических факторов врача. Медицина труда и промышленная экология. 2005. № 7. С. 25-30
3. Петриков С.С., Холмогорова А.Б., Суроегина А.Ю., Микита О.Ю., Рой А.П., Рахманина А.А. Профессиональное выгорание, симптомы эмоционального неблагополучия и дистресса у медицинских работников во время эпидемии COVID-19. Консультативная психология и психотерапия. 2020; 2: 8-45. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2020280202>
4. Баранов А.А., Жученко О.А. Стрессоустойчивость и самооценка академических достижений / Психологический журнал, 2015, том 36, №4, с. 16-22

Музычук Е.С., Дворцова Е.В.

«Влияние компьютерной игры Dota 2 на агрессивность юношей»

*Кузбасский гуманитарный педагогический институт
(Россия, Новокузнецк)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-96

Аннотация

Компьютерные игры быстро вошли в нашу жизнь. И вместе с появлением компьютеров появились компьютерные игры, которые сразу привлекли к себе немало внимания. Игры с начала 80-х годов становятся частью индустрии развлечений, захватывающих большое количество людей. На данный момент невозможно представить современную жизнь без компьютера.

Актуальность выбора данной игры заключается в том, что игра Dota 2 охватывает огромную аудиторию и является одной из самых популярных игр по онлайну в мире. Из-за жанра игры можно будет проследить, влияет ли она на агрессивность. Новизна нашего исследования заключается в том, что мы выявим влияние конкретной игры на агрессивность юношей.

Таким образом, учитывая актуальность данной проблемы, тема нашего исследования «Влияние компьютерной игры Dota 2 на агрессивность юношей».

Ключевые слова: агрессивность, компьютерная игра, Dota 2.

Abstract

Computer games quickly entered our lives. And along with the advent of computers, computer games appeared, which immediately attracted a lot of attention. Since the early 80s, games have become part of the entertainment industry, captivating a large number of people. At the moment it is impossible to imagine modern life without a computer.

The relevance of choosing this game lies in the fact that the Dota 2 game reaches a huge audience and is one of the most popular online games in the world. Due to the genre of the game, it will be possible to trace whether it affects aggressiveness. The novelty of our research lies in the fact that we will identify the influence of a specific game on the aggressiveness of young men.

Thus, given the relevance of this problem, the topic of our research is “The influence of the computer game Dota 2 on the aggressiveness of young men.”

Keywords: aggression, computer game, Dota 2.

Объект: агрессивность человека.

Предмет: влияние компьютерной игры Dota 2 на агрессивность юношей.

Гипотеза: компьютерная игра Dota 2 повышает агрессивность у юношей.

Цель: исследование влияния компьютерной игры Dota 2 на агрессивность юношей.

Методики:

1. Опросник агрессивности А. Басса, А. Дарки.
2. Методика «Оценка агрессивности в отношениях» А. Ассингера.
3. Методика «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина, П. А. Ковалев.

Выборка: 30 юношей, из них 15 юношей в экспериментальной группе и 15 в контрольной.

Проблема агрессивности постоянно находится в поле зрения зарубежной психологической литературе многих ученых и практиков, таких как А. Бандура, А. Басс, Ф. Алан, Р. Бэрон, О. Ф. Кернберг, Г. Паренс, Ф. Перлз, С. Фешбах, З. Фрейд, Э. Фромм и другие.

Агрессивность необходимо рассматривать как готовность, предрасположенность к агрессивному поведению, которая выделяется деструктивными тенденциями и подвержена изменениям под воздействием социума. Агрессивность выступает компонентом более сложной структуры психических свойств человека.

Рассмотрим несколько подходов, изучающих агрессивность.

Инстинктивные теории, такие авторы как З. Фрейд, К. Лоренц, У. МакДауголл, рассматривают агрессивность как врожденное свойство, как инстинкт смерти или сохранение жизни. З. Фрейд связывает возникновение и становление агрессивности со стадиями детского развития. Также ученый отмечал, что фиксация на оральной стадии может привести к формированию агрессивных черт характера, а на анальной к формированию упрямства, склонность к гневу и мстительность. К. Лоренц отмечал, что агрессивная энергия постоянно накапливается, восполняясь в организме в постоянном темпе.

Фрустрационная теория, предложенная Д. Доллардом, Д. Миллером, С. Розенцвейгом, рассматривает агрессивность как ситуативный, а не эволюционный процесс. Фрустрация всегда приводит к агрессии любой формы, следовательно агрессия результат фрустрации. Накопление фрустрации способна вызвать агрессивную реакцию большей силы.

Бихевиористский подход, представлен А. Бассом и А. Бандурой. В данной концепции агрессивность определяется как приобретенное социальное поведение. А. Бандура рассматривает агрессию как специфическое социальное поведение, которое усваивается и поддерживается, равно также как другие формы социального поведения.

Юность – определенный период созревания и развития человека, который соответствует переходу от подросткового возраста к самостоятельной взрослой жизни. В возрастной психологии юность определяется как стадия развития, характеризующаяся половым созреванием и наступлением взрослости.

Советский психолог С. Л. Рубенштейн отмечает зависимость психических процессов от личности, то есть любое внешнее воздействие на внутренние условия, которые сформировались ранее.

Хронологические границы юности в психологии определяют по-разному.

Западные ученые Д. Биррен, Д. Бромель, выделяют границами юношеского возраста – от 16 до 21 года.

Границы юношеского возраста устанавливаются, исходя из физиологического развития и полового созревания человека. Специалистами по проблематике возрастной физиологии юношеского возраста был определен юношеский возраст для юношей 17-21 год.

В период юности, считает В. С. Мухина, активно развиваются нравственные и эстетические чувства, формируется характер, постижение совокупности социальных ролей зрелой личности.

Для эксперимента были подобраны юноша 18-20 лет, с помощью рандомизации. Обе группы прошли входную диагностику на агрессивность. Экспериментальной группе было предложено поиграть в компьютерную игру Dota 2, контрольная группа продолжила заниматься своими обычными делами.

Главная цель в игре – уничтожить вражеский трон – огромное здание на базе врага в ее центре, напоминающее магическую цитадель, попутно защищаясь от попыток вражеской команды сделать то же самое. Вы уничтожите трон раньше противоположной команды – вы победите. Но этой цели можно достигнуть только, играя слаженно со своей командой, поскольку выиграть эту игру в «соло» практически невозможно. Игру можно сравнить с шахматами, где главными фигурами являются игроки.

Эксперимент проходил в кибер клубе «Cyberarena» с большим количеством компьютеров, шумоподавляющими наушниками, удобными креслами, комфортным освещением. Просторное помещение с мини баром и хорошей вентиляцией. Перед тем, как начать играть в Dota 2, испытуемые прошли методики на диагностику агрессивности. После было отведено время час на игру. Экспериментатор сидел в этом же помещении и во время игры не контактировал с испытуемыми. После игры был проведен еще один замер агрессивности.

Для нашего исследования мы составили выборку из 15 юношей в экспериментальной группе и 15 юношей в контрольной, возраста от 18 до 21 лет. Все испытуемые мужского пола.

Для выявления влияния компьютерной игры на агрессивность юношей была проведена математико-статистическая обработка (оценка достоверности отличий по критерию Стьюдента): осуществлено сравнение средних значений изменений (дельта-значений), произошедших в контрольной и экспериментальной группах по всем продиагностированным показателям агрессивности.

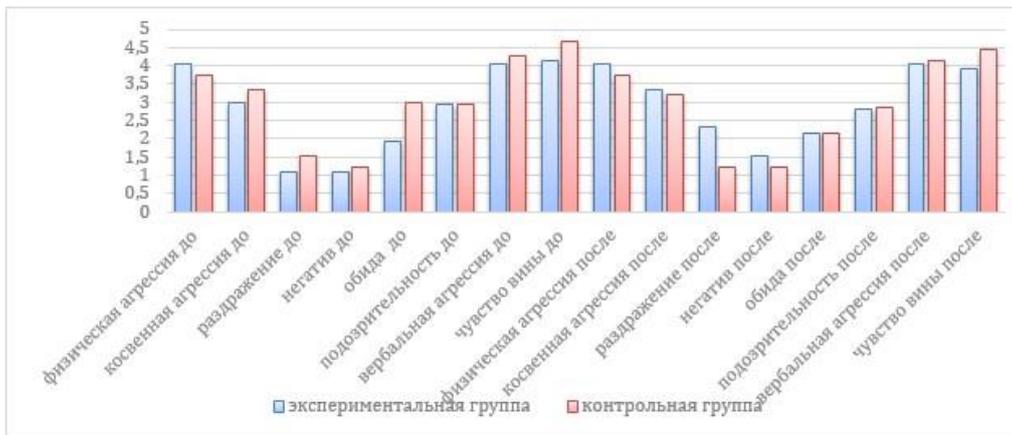


Рисунок 1. Результаты сравнения изменений агрессивности по опроснику агрессивности А. Басса, А. Дарки в контрольной и экспериментальной группе.

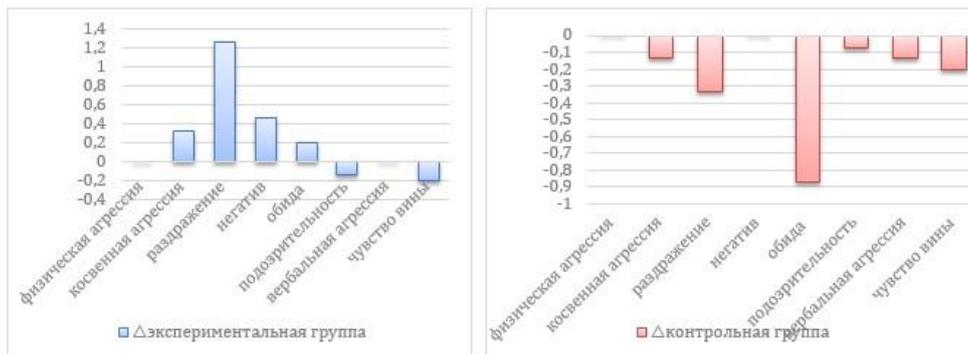


Рисунок 2. Результаты сравнения изменений (дельта-значений) агрессивности по опроснику агрессивности А. Басса, А. Дарки в контрольной и экспериментальной группе.

Согласно результатам, мы обнаружили значимые отличия в дельта-показателях агрессивности между обеими группами в шкалах «Раздражение» и «Обида» (при $p \leq 0,05$, при $p \leq 0,01$), так как $t\text{-эмп}=3,33$ по шкале «Раздражение» и $t\text{-эмп}=3,16$ по шкале «Обида», $t\text{-крит}=2,05$ при $p \leq 0,05$ и $t\text{-крит}=2,76$ при $p \leq 0,01$. По шкалам «Физическая агрессия», «Косвенная агрессия», «Негативизм», «Подозрительность», «Вербальная агрессия» и «Чувство вины» по данной методике выявлено значимых различий не было. Выбывающиеся значения не были обнаружены.

Следовательно, эксперимент влияния компьютерной игры Dota 2 на агрессивность юношей повлиял на испытуемых, увеличив значение в экспериментальной группе.



Рисунок 3. Результаты сравнения изменений агрессивности по методике «Оценка агрессивности в отношениях» А. Ассингера.

Согласно результатам, мы не обнаружили значимые отличия в дельта-показателях агрессивности между обеими группами (при $p \leq 0,05$, при $p \leq 0,01$), так как $t\text{-эмп}= -0,51$, $t\text{-крит}=2,05$ при $p \leq 0,05$ и $t\text{-крит}=2,76$ при $p \leq 0,01$.

Следовательно, эксперимент влияния компьютерной игры Dota 2 на агрессивность юношей не значительно повлиял на испытуемых, увеличив значение в экспериментальной группе по данной методике.

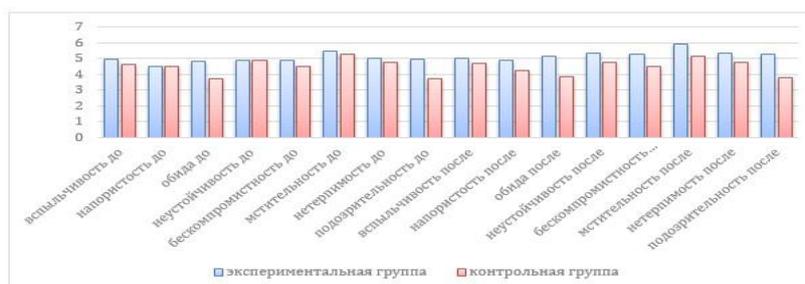


Рисунок 4. Результаты сравнения изменений агрессивности по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина, П. А. Ковалев в контрольной и экспериментальной группе.

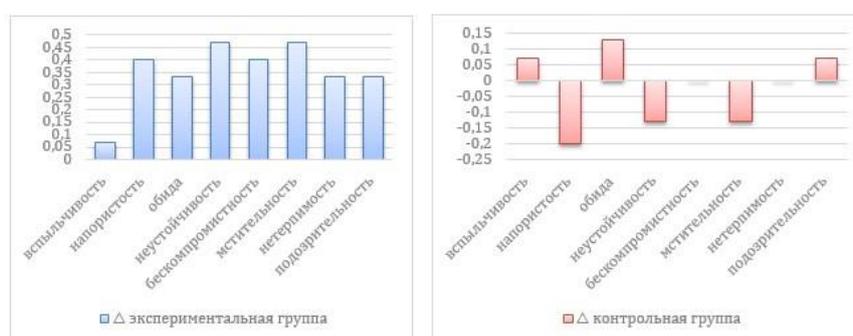


Рисунок 5. Результаты сравнения изменений (дельта-значений) агрессивности по методике «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина, П. А. Ковалев в контрольной и экспериментальной группе.

Согласно результатам, обнаружены значимые отличия агрессивности между обеими группами по шкалам «Напористость», «Неустойчивость» и «Мстительность» (при $p \leq 0,05$, при $p \leq 0,01$), t -эмп=2,70 по шкале «Напористость», t -эмп=2,33 по шкале «Неустойчивость», t -эмп=2,33 по шкале «Мстительность», t -крит= 2,05 при $p \leq 0,05$. По шкалам «Вспыльчивость», «Обида», «Бескомпромиссность», «Нетерпимость» и «Подозрительность» данной методике выявлено значимых различий не было. Выбывающиеся значения не были обнаружены.

Следовательно, под влиянием эксперимента произошло изменение, увеличив значения агрессивности у испытуемых.

Мы предполагаем, что эксперимент влияния компьютерной игры Dota 2 на агрессивность юношей воздействовал на испытуемых, увеличив некоторые показатели агрессивности. Что позволяло достигать своих целей в игре и давать выход своим негативным эмоциям. Вероятно, результаты эксперимента позволят в дальнейшем раскрыть слабые места испытуемых и покажет над чем нужно работать и развить больший контроль над негативными эмоциями. Выбывающиеся значения не были обнаружены.

Выдвинутая в начале исследования гипотеза о том, что компьютерная игра Dota 2 повышает агрессивность у юношей, частично подтвердилась.

1. Абдиева, Г. И. Некоторые психологические особенности юношеского возраста / Г. И. Абдиева // Chronos. – 2021. – Т. 6. – № 11(61). – С. 41-43. – EDN AOMUBL – Текст: непосредственный.
2. Барашкова, В. В., Михалева А. Б. Агрессивность в юношеском возрасте / В. В. Барашкова, А. Б. Михалева – Текст: непосредственный // Международный студенческий научный вестник. – 2016. – № 5.
3. Буркова, В. Н. Насильственные компьютерные игры и проблемы агрессивного поведения детей и подростков / В. Н. Буркова, М. Л. Бутовская – Текст: непосредственный // Вопросы психологии, 2012. № 1. – 186с.
4. Грибунова, Н. Н. Особенности построения личностных границ в межличностных отношениях в юношеском возрасте / Н. Н. Грибунова // Психологическая студия: Сборник статей студентов, магистрантов, аспирантов, молодых исследователей кафедры прикладной психологии ВГУ имени П.М. Машерова / 2019. – С. 46-48. – EDN MRYAXM – Текст: непосредственный.
5. Липатникова, В. А. Влияние компьютерных игр на подростка / В. А. Липатникова, Т. А. Сороканюк. – Текст: непосредственный // Юный ученый. – 2020. – № 4 (34). – С. 130-131. – URL: <https://moluch.ru/young/archive/34/2017/> (дата обращения: 25.10.2023).
6. Попов, В. А. Влияние компьютерных игр на уровень агрессивности подростков / В. А. Попов, Л. С. Валькова. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2014. – № 7 (66). – С. 279-281. – URL: <https://moluch.ru/archive/66/11076/> (дата обращения: 20.11.2023).
7. Шестакова, Е. Г., Дорфман Л. Я. Агрессивное поведение и агрессивность личности / Е. Г. Шестакова, Л. Я. Дорфман – Текст: непосредственный // Образование и Наука – 2010. № 7. – С. 51-56.

Оленева А.Д.

Прокрастинация в учебной деятельности у студентов

«Российский Государственный Профессионально-Педагогический Университет»
(Россия, Нижний Тагил)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-97

Аннотация

Данная статья посвящена изучению явления прокрастинации в контексте учебной деятельности у студентов. Термин «прокрастинация» обозначает склонность человека откладывать важные дела «на потом». В работе рассматриваются различные аспекты прокрастинации, такие как причины возникновения, последствия для академической успеваемости и эмоционального состояния студентов, а также возможные стратегии преодоления этого явления.

Ключевые слова: прокрастинация, саморегуляция, поведение, личностные характеристики, студенты, деятельность.

Abstract

This article is devoted to the study of the phenomenon of procrastination in the context of educational activities among students. The term procrastination refers to a person's tendency to put off important things. The work examines various aspects of procrastination, such as the causes of its occurrence, consequences for academic performance and the emotional state of students, as well as possible strategies for overcoming this phenomenon.

Keywords: procrastination, self-regulation, behavior, personality characteristics, students, activities.

В настоящее время исследователями педагогической психологии все чаще и чаще поднимается проблема учебной мотивации, которая по праву считается одним из главных факторов, определяющих результативность учебного процесса.

Таким образом, проблемой, выбранной для исследования в данной статье, является влияние прокрастинации на учебные достижения и психологическое здоровье студентов.

Актуальность темы исследования объясняется массовым распространением прокрастинации среди молодежи, в частности, среди студентов, и, как следствие, ее диспозитивным влиянием не только на качество обучения, но и на общее психологическое состояние учащихся. Данное исследование будет полезно при разработке новых методов борьбы с прокрастинацией, которые будут способствовать повышению качества жизни студентов.

Объект исследования: прокрастинация.

Предмет исследования: учебная деятельность.

Целью исследования является выявление причин прокрастинации у студентов и описание их влияния на результаты учебной деятельности, уровень мотивации и ментальное здоровье молодых людей.

Современные реалии требуют от студентов высокой мобильности, гибкости в принятии решений, высокого уровня самоорганизации, адаптивности быстрого реагирования и умения эффективно управлять своим временем. Помимо этого, исследователи отмечают значительное влияние информационных технологий на распространение и выраженность явления прокрастинции у студентов средних и высших учебных заведений.

На начальных стадиях прокрастинация проявляется как обычное явление, присущее всем людям без исключения. Исследователи предлагают следующее определение прокрастинации: «запланированное промедление при выполнении дел, несмотря на ожидаемые негативные результаты». При этом утверждается, что действия прокрастинатора являются полностью осознанными, он понимает, что его бездействие не вписывается в одобряемую обществом модель поведения, однако не может ничего с этим сделать.

Несмотря на обилие существующих исследований о прокрастинации, не существует четко описанного разграничения между прокрастинацией и ленью. Анализ научной литературы показал, что некоторые исследователи, такие как Я. И. Варваричева [1, С.35] и С. Т. Посоховой [2, С.20] видят прямую взаимосвязь между ленью и прокрастинацией, утверждая, что главное отличие между этими феноменами заключается в том, что при прокрастинации присутствуют переживания по поводу откладывания дел «на потом». Различие заключается также и в том, что при лени происходит простая задержка в действии, а прокрастинация характеризуется длительным откладыванием дел «на потом» [3, 43]. Это означает, что лень, как правило, проявляется при отсутствии заранее подготовленного плана действий, а прокрастинация может возникнуть даже тогда, когда этот план есть.

Известный американский социальный психолог Н. Милгрэм [4, С. 56], являясь основоположником одной из наиболее популярных классификаций прокрастинации, описывает 5 ее типов:

- Прокрастинация при принятии решений, когда человек боится сделать неверный выбор, и поэтому затягивает с принятием решений даже по

малозначительным вопросам. Возникает, как правило, из-за перфекционизма.

- Бытовая или ежедневная прокрастинация, заключающаяся в постоянном откладывании бытовых дел на потом.
- Невротическая прокрастинация, при которой человек откладывает на потом элементарные действия, так как боится того, что произойдет что-то плохое.
- Компulsive прокрастинация, при которой человек, постоянно отвлекаясь на мелкие и неважные дела, откладывает все действия и решения, которые имеют хоть какое-либо значение для него.
- Академическая прокрастинация – откладывание учебных обязанностей.

Как показывают исследования, проблема прокрастинации особенно актуальна для студентов. Есть мнения, что сам учебный процесс обладает характеристиками, способствующими развитию прокрастинации. Статистические данные говорят о том, что данный феномен распространен среди 70–95% [5, С. 6] иностранных и 80% [6, С.22] русских студентов.

Отмечается также тот факт, что прокрастинация более распространена среди студентов младших курсов, чем среди старших. Помимо этого, оценивается также и влияние гендерных различий на уровень прокрастинации. Так, молодые люди больше подвержены прокрастинации, нежели девушки [7, С. 45]. Однако, ряд исследователей и вовсе отрицает влияние пола на различие в уровне подверженности прокрастинации [8, С. 4]. Ученые также спорят о том, влияет ли профиль обучения на развитие прокрастинации среди студентов. Исследование М.В. Романовой показало, что студенты гуманитарных специальностей больше склонны к прокрастинации, нежели студенты технической направленности [9, С. 31].

В заключение можно сделать вывод о том, что прокрастинация – это распространенное явление среди студентов. Ее обуславливают как черты характера, так и отсутствие самодисциплины студентов. Признание данной проблемы студенческой общественностью является весомым аргументом для создания эффективных методик по борьбе с прокрастинацией, а также проведения коррекционных и профилактических тренингов.

1. Варваричева Я. И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования // Вопросы психологии. 2010. № 3. С.121 - 130.
2. Гаранян Н.Г., Андрусенко Д.А., Хломов И.Д. Перфекционизм как фактор студенческой дезадаптации // Психологическая наука и образование. 2009. Том 14. № 1. С. 72 - 81.
3. Микляева А. В., Реброва Д. С., Савинская А. С. Академическая прокрастинация в студенческой среде: результаты эмпирического исследования // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология, 2017. Т. 19. С. 59 - 66.
4. Посохова, С.Т. Лень: психологическое содержание и проявления // Вестник Санкт-Петербургского университета. 2011. Сер. 12. Вып. 2. С. 159 - 166.
5. Романова М.В. Связь перфекционизма и прокрастинации у студентов различных направлений подготовки // Russian Journal of Education and Psychology. 2018. № 7. С. 189 - 200.
6. Milgram N.A., Gehrman T., Keinan G. Procrastination and emotional upset: A typological model // Personality and Individual Difference. 1992. Vol. 13. pp. 1307 - 1313.
7. Klassen R.M., Krawchuk L.L., Rajani Sukaina Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination // Contemporary Educational Psychology. 2008. Vol. 33. № 4. pp. 915 - 931.
8. Brando-Garrido C., Montes-Hidalgo J., Limonero J.T., JoséGómez-Romero M., Tomás-Sábado J. Relationship of academic procrastination with perceived competence, coping, self-esteem and self-efficacy in Nursing students // Enfermería Clínica. 2020. Vol. 30. 6. P. 398 - 403. DOI: 10.1016/j.enfcle.2019.07.013
9. Klassen R.M., Krawchuk L.L., Rajani Sukaina Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination // Contemporary Educational Psychology. 2008. Vol. 33. № 4. pp. 915 - 931.

Преснухина Е.А.

Динамика представлений о выбранной профессии у студентов педагогического ВУЗа

Российский Государственный Профессионально-Педагогический Университет
(Россия, Нижний Тагил)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-98

Аннотация

Обращая внимание на динамику представлений студентов педагогических вузов о своей будущей профессии, статья исследует факторы, оказывающие влияние на их интерес. Авторы рассматривают влияние таких аспектов, как личные предпочтения, образовательная среда и опыт работы на процесс формирования и изменения представлений студентов о педагогической профессии. Статья подчеркивает особую роль самопознания, приобретения профессиональных навыков, опыта работы и социального восприятия профессии в формировании интереса студентов к выбранной специальности.

Ключевые слова: представления, динамика, профессия, педагог-психолог, студент, образование, профессиональное развитие, перспективы.

Abstract

Paying attention to the dynamics of the ideas of students of pedagogical universities about their future profession, the article explores the factors that influence their interest. The authors consider the influence of such aspects as personal preferences, educational environment and work experience on the process of forming and changing students' ideas about the teaching profession. The article emphasizes the special role of self-knowledge, acquisition of professional skills, work experience and social perception of the profession in shaping students' interest in their chosen specialty.

Keywords: representations, dynamics, profession, educational psychologist, student, education, professional development, prospects.

В настоящее время проблема выбора профессии бывшими школьниками является одним из самых актуальных вопросов. Однако, также остро стоит проблема того, что представления о профессии, сложившиеся в школьные годы, могут со временем меняться, что не всегда благотворно сказывается на мотивации студентов к обучению. В связи с этим, мы поставили цель изучить динамику профессиональных представлений студентов-психологов.

Еще несколько лет назад профессия педагога-психолога была неактуальной и не привлекала внимания абитуриентов. Однако сегодня, психология, особенно детская, является одной из самых востребованных специальностей. К сожалению, профессиональная деятельность в области психологии не может быть построена исключительно на отдельных умениях, знаниях и навыках. Она требует правильного понимания целей и возможностей, а также ограничений и принципов, на которых она основана.

Как мы знаем, представления о профессии, которые возникают в период самоопределения, влияют на его профессиональный выбор. Профессия педагога-психолога окружена мифами и заблуждениями, в связи с чем, из-за неверных представлений и нереалистичных ожиданий, многие люди меняют вектор деятельности и не только уходят из профессии, но и отказываются от завершения обучения по выбранной ими ранее специальности.

Исходя из вышеизложенного, мы предлагаем гипотезу о том, что реалистичные представления о профессии педагога-психолога являются важным фактором успеха в профессиональной деятельности. Они способствуют развитию ее субъектов и оказывают положительное влияние на их профессиональную идентичность. Взгляды, которые студенты, обучающиеся на дипломированных педагогов-психологов, имеют на их будущую работу и карьеру, заслуживают особого внимания. Таким образом, в ходе данного исследования были

выявлены основные факторы, влияющие на изменение представлений студентов о своей будущей профессии, а также проведено сравнение начальных и конечных уровней этих представлений.

В различных областях науки проводились исследования, посвященные профессиональному самоопределению. Авторы, такие как А.И. Донцов [3] и Г.М. Белокрылова, изучали представления о профессиональной деятельности психолога, в то время как Г.Ю. Любимова [5] сфокусировалась на проблемах профессиональной деятельности педагога-психолога и адаптации студентов к университетской системе образования.

Таким образом, анализ литературы показал, что в общей психологии термин «представление» трактуется как «процесс воссоздания предметов или событий на основе предыдущего опыта в момент, когда они не воспринимаются непосредственно» [4]. Представления похожи на образы восприятия, но обычно менее яркие и детальные. Французский социальный психолог С. Московичи разработал теорию социальных представлений в начале 1960-х годов [6]. Он считал, что социальные представления представляют собой «знания, убеждения и верования, которые формируются в повседневной жизни и являются особым видом обыденного коллективного знания, усваиваемого отдельным индивидом». Из этого следует, что субъективный образ на самом деле естественно связан с собственным опытом человека.

Наконец, Е.Ю. Артемьева устанавливает профессиональные представления как «совокупность образов, обладающих отражающей, регулирующей, мотивирующей, оценочной, прогностической функциями и обеспечивающих успешность выполнения профессиональной деятельности» [2].

Как известно, выбор профессии – это очень важный и ответственный шаг, особенно для учащихся, которые стремятся посвятить свою жизнь работе с детьми. Однако, с течением времени представления об этой работе могут измениться из-за воздействия разных факторов. Так какие факторы могут повлиять на изменение представлений о выбранной профессии у студентов педагогических ВУЗов?

Одним из главнейших факторов являются личные интересы и склонности индивида. Многие студенты, желающие работать с детьми, мечтают об этом с раннего детства. Личные интересы формируют у них первоначальное представление о том, какой вид деятельности будет связан с выбранным образовательным направлением. По ходу обучения студенты узнают о трудностях, которые их ожидают, что, безусловно, влияет на представления студентов о профессии педагога-психолога.

Следующим фактором является наблюдение за практической деятельностью действующих специалистов или собственный опыт работы. В ходе вышеуказанных мероприятий студент обычно сталкивается с обратной стороной работы: сложными, проблемными детьми и их родителями, которые препятствуют оказанию помощи их ребенку, обилием «бумажной» работы, необходимостью работать даже тогда, когда рабочий день, казалось бы, окончен. Многие студенты оказываются не готовы к такому количеству ответственности, так как это идет врознь с их представлениями о профессии педагога-психолога, сложившимися в школьные годы.

Помимо этого, большую роль в изменении представлений играет семья и окружение. Так, например, если окружение создает позитивные установки, помогающие студенту справиться со стрессом в процессе овладения необходимыми навыками для работы, показывает пример на собственном опыте, то, вероятнее всего, представления студента о выбранной профессии будут меняться в лучшую сторону, так как они начнут понимать, что их труд не просто важен, а необходим обществу. В случае, когда окружение задает негативные установки, студент и сам со временем изменит свое представление о выбранной профессии и пожелает как можно скорее ее сменить.

Наконец, большое влияние имеет СМИ и масс-медиа. В настоящее время, с одной стороны, в социальных сетях активно пропагандируется важность психологического

здоровья, что может влиять на изменение представлений студентов о работе педагога-психолога в лучшую сторону. С другой стороны, все чаще и чаще можно услышать мнение о том, что работать нужно на себя, а не идти в гос. учреждения, такие как школы и детские сады. Это создает неверные представления у студентов, ведь, студенты начинают думать, что, работая в школе, они тратят свое время впустую, не реализуют свой потенциал, хотя это мнение в корне неверно. Чем качественнее работа педагога-психолога в учреждении, тем больше шансов помочь учащимся с отклонениями на ранних стадиях [1].

Изменение представлений о выбранной профессии является естественным процессом, который происходит у студентов педагогического вуза во время их обучения. В ходе учебы они получают новые знания, опыт и практические навыки, которые существенно влияют на их представления о будущей профессии.

Первоначальные представления о выбранной профессии часто основаны на стереотипах и общепринятых представлениях о работе педагога. Молодые люди могут видеть свою будущую профессию как нечто романтическое или прекрасное – возможность работать с детьми, влиять на их развитие и формирование личности. Они могут быть уверены в своих способностях и готовности к этой работе.

Однако по мере изучения предметов, связанных с педагогикой, студенты сталкиваются с новой реальностью. Они узнают о сложностях работы педагога-психолога, таких как подготовка программ и тренингов, проведение занятий с различными категориями учеников и проблемы взаимодействия с родителями. Это может вызвать разочарование и изменение представлений о выбранной профессии.

Некоторые студенты могут начать сомневаться в своих способностях и соответствии своих личностных черт требованиям педагогической работы. Они могут осознать, что работа с детьми требует не только любви к ним, но и терпения, стрессоустойчивости и коммуникативных навыков. Возможно, студентам придется поменять свои представления о выбранной профессии и адаптироваться к новой реальности.

Однако такие изменения представлений не всегда являются отрицательными, а, напротив, могут открыть студентам новые аспекты работы педагога, о которых они ранее не знали. Например, они могут узнать о возможностях заниматься научно-исследовательской деятельностью или разрабатывать инновационные методики психологической помощи детям. Все это может пробудить у студентов интерес и энтузиазм, а также влиять на формирование новых представлений о выбранной профессии.

Важную роль в изменении представлений о профессии играет практическая работа студентов в учебных заведениях. Во время педагогической практики они сталкиваются с реальными проблемами, с которыми ежедневно сталкиваются педагоги-психологи. Они видят, как работает школа или детский сад изнутри и получают ценный опыт работы с учениками. Благодаря этому опыту студенты могут изменить свои представления о значении и сути педагогической профессии, а также помочь им определить свои интересы и цели в данной сфере.

Изменение представлений о выбранной профессии является естественным процессом у студентов педагогических вузов. Оно может вызывать как разочарование, так и интерес, однако это всегда способствует более глубокому и осознанному восприятию будущей профессии.

Для подтверждения результатов нашего исследования нами было проведено анкетирование на тему: «Динамика представлений о выбранной профессии у студентов педагогического вуза». Целью данного анкетирования было выяснить, как меняется отношение студентов педагогического ВУЗа к выбранной профессии с течением времени и какие факторы на это повлияли.

В анкетировании приняло участие 38 человек, среди которых 12 студентов второго курса (31,6%), 10 студентов третьего курса (26,3%) и 16 студентов четвертого курса (42,1%).

Анализ результатов проведенного исследования позволил нам сделать ряд выводов. При ответе на вопрос: «Изменилось ли ваше представление о выбранной профессии после

поступления в Институт?» большинство опрошенных выбрало ответ «да» (89,5%). Вариант «не особо» выбрало 7,9% опрошенных, а представления не изменились у 2,6% опрошенных. Мы предполагаем, что это связано с тем, что студенты начинают лучше осознавать перспективы для профессионального развития, которые предоставляет выбранная ими профессия, благодаря информации и опыту, полученным в учебном заведении.

В результате ответа на вопрос: «Как Вы оцениваете изменение вашего представления о выбранной профессии сравнительно с началом обучения на первом курсе?» мы получили следующие данные: изменилось положительно -50%, изменилось отрицательно – 39,5%, не изменилось – 10,5%. Полученные результаты объясняются тем, что студенты могут встречать различные ситуации в процессе обучения, которые могут повлиять на их представления о выбранной профессии. Некоторые из них могут быть стимулирующими, а другие могут вызвать негативные эмоции.

Одним из главных вопросов анкеты был вопрос о том, какие именно аспекты профессии вызвали изменения в представлениях студентов. Проанализируем полученные результаты: для большинства студентов основными факторами изменения представлений о выбранной профессии стали возможности профессионального роста (28,9%) и практический опыт в учебе (23,7%). Это говорит о том, что студенты хотят развиваться в своей профессии, и им важно получать практические навыки, которые помогут им успешно применять свои знания в будущей работе. При этом, в зависимости от того, был ли опыт удачным или нет, меняются представления студентов о профессии в целом. Актуальность профессии (15,8%) и личные интересы и склонности (18,4%) также являются значимыми факторами изменения представлений о выбранной профессии. Это означает, что студенты учитывают актуальность выбранной ими профессии на рынке труда и стараются выбрать такую профессию, которая соответствует их личным интересам и склонностям. Однако, нельзя забывать о том, что актуальность педагогических специальностей, несмотря на высокую важность в настоящее время, через несколько лет может снизиться. Помимо этого, интересы людей могут меняться, что доказывают результаты исследования. 18,4% студентов изменили свое отношение к выбранной специальности из-за изменившихся личных интересов. Наконец, мы пришли к выводу, что влияние на общество и будущее (5,3%) и уровень заинтересованности преподавателей (7,9%) не являются основополагающими факторами при изменении представлений о профессии для большинства студентов. Это объясняется тем, что студенты больше ориентируются на собственные интересы и возможности развития, а не на внешние факторы (рис.1).



Рисунок 1. Результаты ответа на вопрос: «Какие именно аспекты профессии вызвали изменения в ваших представлениях?».

Последние два вопроса в анкете позволили нам отследить динамику изменения представлений о профессии у студентов педагогических вузов. При ответе на вопрос:

«Каким вы видели ваше будущее в выбранной профессии при поступлении на выбранную специальность?» результаты оказались следующими: оптимистичным – 86,8%; нейтральным – 7,9%; негативным – 5,3%. При ответе на вопрос «Каким вы видите сейчас ваше будущее в выбранной профессии?» студенты дали кардинально другие ответы: оптимистичным – 36,8%; нейтральным – 42,1%; негативным – 21,1% (рис.2).

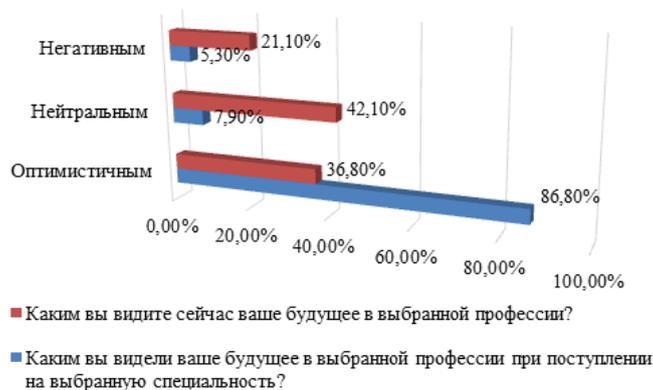


Рисунок 2. Результаты ответов на вопросы: «Каким вы видели ваше будущее в выбранной профессии при поступлении на выбранную специальность?» и «Каким вы видите сейчас ваше будущее в выбранной профессии?».

Таким образом, студенты, по мере приобретения опыта и знаний, меняют свое восприятие выбранной профессии. Вначале, при поступлении на выбранную специальность, они могут быть полным энтузиазма и видеть свое будущее в оптимистичном свете. Они могут быть мотивированы привлекательными аспектами профессии, такими как возможность влиять на жизнь других людей, помогать им в образовании и развитии.

Однако, по мере того как студенты приобретают опыт в учебе и стажировках, они начинают видеть и реальные трудности, и вызовы, связанные с профессией. Они могут столкнуться с проблемами взаимодействия с учениками или коллегами, высокой нагрузкой, низким вознаграждением и др.

В результате, студенты могут стать более реалистичными и нейтральными в своих представлениях о будущем в выбранной профессии. Они могут осознать, что профессия имеет свои плюсы и минусы, и быть готовыми к трудностям, которые могут возникнуть на их пути. Некоторые студенты могут стать более пессимистичными и видеть свое будущее в выбранной профессии негативным, возможно, из-за отрицательного опыта или отсутствия поддержки.

Это изменение представлений о будущем в выбранной профессии может быть результатом реальных жизненных обстоятельств и опыта, и может потребовать дополнительной поддержки и ресурсов для того, чтобы студенты могли продолжать свою профессиональную деятельность с оптимизмом и эффективностью.

1. Абульханова К. А. Социальное мышление личности / К. А. Абульханова // Современная психология: состояние и перспективы исследований. Часть 3. Социальные представления и мышление личности. – М., 2002. – С. 88-103.
2. Артемьева Е. Ю. Профессиональная составляющая образа мира / Е. Ю. Артемьева, Ю. К. Стрелков // Мышление и общение: активное взаимодействие с миром: Сб. науч. трудов. – Ярославль, 1988. – 157 с.
3. Донцов А. И. Профессиональные представления студентов-психологов / А. И. Донцов, Г. М. Белокрылова // Вопросы психологии. – 1999. – №2. – С. 43-49. и психотерапии. 560 с.
4. Казанцева Т. А. Взаимосвязь личностного развития и профессионального становления студентов-психологов / Т. А. Казанцева, Ю. Н. Олейник // Психологический журнал. – 2002. – Том 23. – № 6. – С. 51-59.
5. Любимова Г. Ю. Представления психологов-старшекурсников о своей будущей профессиональной деятельности / Г. Ю. Любимова // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. – 2002. – № 2. – С. 64-72.
6. Московичи, С. Машина, творящая богов. М.: Центр психологии – 1998.

Пудеева Е.А.

Методы и приемы, применяемые в обучении психологов профконсультированию

ГБУ ДПО ЧИППКРО
(Россия, Челябинск)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-99

Аннотация

Статья посвящена проблеме обучения психологов профконсультированию. Представлены методы и методики психодиагностики, ряд активизирующих методик, которые помогут психологам расширить свой инструментарий и эффективнее работать с клиентами.

Ключевые слова: обучение, психологи, профконсультирование, методы и методики психодиагностики, активизирующие, инструментарий, клиенты.

Abstract

The article is devoted to the problem of teaching psychologists professional counseling. The methods and techniques of psychodiagnostics, a number of activating techniques that will help psychologists expand their tools and work more effectively with clients are presented.

Keywords: training, psychologists, professional counseling, methods and techniques of psychodiagnostics, activating, tools, clients.

Актуальность. Для достижения профессионального роста важно активно включаться в практическую деятельность, систематически повышать уровень профессиональных компетенций, обучаясь в Вузах или в учреждениях дополнительного профессионального образования. Это относится как к начинающему специалисту, так и к опытному консультанту.

Профконсультирование является одним из направлений деятельности психолога. В последние годы профконсультирование получило большую поддержку и признание, как в академическом сообществе, так и в бизнесе и государственных структурах. Все больше компаний и организаций стремятся предоставить своим сотрудникам доступ к квалифицированным профессионалам в этой области.

Профконсультация – это взаимодействие психолога и клиента, результатом которого является определение проблем планирования профессиональной деятельности клиента и поиск путей их решения.

Виды профконсультаций: первичная, справочная, коррекционно-развивающая, поддерживающая, диагностическая [2, с. 53].

В ходе первичной профконсультации психолог выявляет степень готовности личности к профессиональному самоопределению, о чем свидетельствует наличие и степень проработанности профессионального плана, а также трудности, связанные с профессиональным выбором.

Основной акцент в справочной консультации делается на информировании клиента о профессии, ее характеристике, содержании труда, перечне профессионально важных качеств (ПВК), медицинских противопоказаниях и т.д.

Наиболее трудоемкой (требует большего количества консультативных сессий) является коррекционно-развивающая профконсультация, цель которой сформировать личностную готовность клиента к профессиональному самоопределению, оказать психологическую помощь в конкретном выборе и принятии решения.

Цель поддерживающей профконсультации – морально-эмоциональная поддержка клиента, который испытывает растерянность, страх, беспомощность, гнев, стыд или вину – непереносимое психологическое состояние, вызванное сложившейся ситуацией.

Диагностическая профконсультация проводится в целях формирования у клиента более полных и объективных представлений о себе и своих возможностях (направленность, ПВК личности и др.) и требует от психолога знаний возрастной динамики и факторов, определяющих развитие человека, грамотного подбора психодиагностических методик, а также

умений поставить психологический диагноз и прогнозировать успешность профессиональной деятельности клиента.

Комплекс методик подбирается в соответствии с запросом клиента и чаще всего касается направленности и способностей личности.

Методики психодиагностики, способствующие получению объемной и непротиворечивой картины личности клиента (взрослого) в приложении к профессиональной деятельности: тест «Якоря карьеры» (Л.М. Овсяник), методика диагностики индивидуально-типологических свойств личности (Л.Н. Собчик), методика интегральной диагностики и коррекции профессионального стресса (ИДИКС) (А.Б. Леонова), методика рисуночных метафор "Жизненный путь" (И.Л. Соломин) и др.

Следует отметить, что оценить эффективность качественных показателей профконсультации сложно. По мнению Е.А. Климова, «профконсультация по сути своей устремлена в будущее», и «в ней обсуждается то, чего еще нет», поэтому основными отсроченными по времени показателями эффективности являются: 1) реальный выбор; 2) успешность, реалистичность данного выбора; 3) «психофизиологическая цена» за такую успешность; 4) удовлетворенность человеком совершенным выбором [4, с.35].

Кроме того, в качестве показателей эффективности профконсультирования выступают:

- получение клиентом знаний о профессиях на рынке труда и обучения, а также о своих профессиональных возможностях и интересах;
- принятие клиентом решения о выборе наиболее целесообразной сферы профессионального развития и составление плана своей профессиональной карьеры;
- развитие у клиента навыка решения проблем, связанных с реализацией профессиональной карьеры, в том числе, умения преодолевать стрессовые состояния, анализировать информацию и осуществлять деловое общение;
- готовность клиента к активному и самостоятельному решению своих профессиональных проблем;
- чувство удовлетворенности полученной консультацией.

В отношении самих специалистов (психологов) также рекомендуется проводить психодиагностику в начале и в конце обучения с целью оценки уровня сформированности компетенций профессионального консультирования и проверки эффективности реализации программного обеспечения.

Поскольку консультационный процесс включает применение специалистом психологических теорий и коммуникативных навыков для решения личных проблем, трудностей и стремлений клиента рекомендуется применять следующие методики: методика «Коммуникативные и организаторские способности» (В.В. Синявский, Б. А. Федоришин), методика «Диагностика социально-коммуникативной компетентности» (М.В. Латинская), методика определения уровня рефлексивности (А.В. Карпов, В.В. Пономарева), опросник по оценке навыков консультирования и контрольные листы (Ф.Бурнард) [1, с.82].

В рамках обучения психологов знакомят с активизирующими профконсультированными методиками: активизирующие профориентационные опросники, бланковые игры, психологические упражнения и игры, «Схема анализа профессий» Н.С. Пряжникова, карточные информационно-поисковые системы, метафорические ассоциативные карты.

Метафорические ассоциативные карты стали привычным инструментом психологов в профконсультировании («Роботы» Т. Ушаковой, «Дороги. Я и мой путь» О. Зингман, «Река» Г. Салпетер и др.)

Очень хорошо зарекомендовала себя карточная информационно-поисковая система «Професьянс» Н.С. Пряжникова на основе идей о формуле профессий Е.А. Климова. Может быть использована психологами для проведения индивидуальных и групповых

профконсультаций как с подростками, так и со взрослыми. Результат работы в виде молекулы профессии – некий образ профессионального будущего клиента.

Наряду с активизирующими методиками применяют сказкотерапию – метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, расширения сознания и укрепления психологического здоровья [3, с. 24].

В профконсультировании можно предложить клиенту придумать сказку к молекуле профессий, которая может быть похожа на какое-нибудь животное, растение и т.д. В работе с клиентом сказка превращается в метафору его проблемной ситуации и способов ее разрешения, его жизненного пути.

Обучение психологов психологическому анализу сказок способствует пониманию черт клиента, его основных потребностей, мотивов, жизненных стратегий. В профконсультировании сказкотерапия применяется для сбора психологического анамнеза клиента.

Таким образом, все больше людей признают важность профконсультирования для личного и профессионального развития. В сфере образования продолжается работа над улучшением образовательных программ и курсов для студентов и практикующих психологов.

Продвижение научных исследований в области профконсультирования является еще одним приоритетом, что позволяет развивать теоретическую базу профконсультирования и создавать эффективные методы и техники работы с клиентами.

1. Бурнард Ф. Тренинг навыков консультирования: проведение и оценка мастер-кл: как стать эффективным консультантом: 80 упражнений для развития навыков консультирования[Текст] / Филип Бурнард. – СПб.: Питер, 2002. – 253 с.
2. Гудкова Е.В. Основы профориентации и профессионального консультирования: Учебное пособие[Текст]/ Под ред. Е.Л. Солдатовой. – Челябинск: ЮУрГУ, 2004. – 125 с.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Сказкотерапия здоровья[Текст] / Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева. - СПб.: Речь, 2020. - 112 с.
4. Климов Е.А. Психолого-педагогические проблемы профессиональной консультации[Текст] / Е.А. Климов. - М.: Знание, сер. «Педаг. и психол.», 1983. – 81с.

Семенихина В.А., Дворцова Е.В.

Влияние прослушивания музыкального творчества Инстасамки на самооценку студентов-психологов

*«Кемеровский государственный университет»
(Россия, Новокузнецк)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-100

Аннотация

В данной статье рассмотрены основные понятия самооценки. Представлены результаты математико-статистического анализа влияния музыкального творчества Инстасамки на самооценку студентов-психологов, на основании эмпирических данных, полученных в процессе проведения собственного диагностического исследования.

Ключевые слова: самооценка, Инстасамка, учебно-профессиональная деятельность, студенты-психологи, музыкальное творчество Инстасамки.

Abstract

This article discusses the basic concepts of self-esteem. The results of a mathematical and statistical analysis of the influence of Instasamka's musical creativity on the self-esteem of psychology students are presented, based on empirical data obtained in the process of conducting their own diagnostic research.

Keywords: self-assessment, Instasamka, educational and professional activities, psychology students, musical creativity Instasamka.

Период обучения в университете и то, как обучающийся справляется с проблемами, возникающими в этом процессе, очень важны для протекания его дальнейшей жизни. Успешность оказания психологического воздействия и поддержки клиентов напрямую связана с индивидуально-личностными и профессиональными качествами психолога, среди которых адекватная самооценка имеет важное значение. Современные студенты не живут одной учёбой, они всегда находятся в течении новых культурных «трендов», поэтому их не обошёл стороной проект Инстасамка. Новая скандальная реп-исполнительница, которая приобрела свою популярность в последний год. Многие слушатели отмечают, что её музыка – новый глоток свежего воздуха в современном обществе, потому что она своими треками вселяет уверенность в себе, показывает то, что женщины тоже могут зарабатывать реальные деньги, быть уверенными в себе, выбирать партнёра и то, что мужчина для женщины, это не единственный «спасательный круг», а равный партнёр.

Исследование самооценки в качестве личностного образования является наиболее традиционным для психологии. Так, У. Джемс относил самооценку к эмоциональной сфере личности. Он также связывал между собой самоотношение субъекта, мотивационную сферу личности (уровень притязаний) и успех в достижении планируемых результатов (успешность деятельности). Т. Шибутани высказал мнение о самооценке так: «Если личность – это организация ценностей, то ядром такого функционального единства является самооценка» [2, 3].

Так, С. Куперсмит, понимая под самооценкой постепенно формирующееся и приобретающее привычный характер отношение индивидуума к себе, отмечает, что самооценка выступает в качестве ощущения принятия или непринятия себя. Причем сила и выраженность этого ощущения зависит от того, насколько человек уверен в ценности себя и в собственной значимости [1].

В своих песнях Инстасамка воспевает богатство и образ – «bad b*tch», переводящееся с английского языка как «плохая девушка». В современном контексте стало обозначать стиль жизни и имидж, который включает в себя высокую самооценку, сексуальную привлекательность, уверенность в себе и социальную активность.

Основные черты «плохой девушки» — это отсутствие комплексов, яркая внешность, модный стиль, умение производить впечатление и вести себя с уверенностью. Эта концепция подразумевает, что каждая девушка может стать «плохой девушкой», независимо от ее физических характеристик и внешности.

Данный образ, освещаемый в музыкальном творчестве Инстасамки, может вдохновить молодых людей на развитие собственной самооценки и уверенности. Молодые девушки могут видеть в «бэд бич» символ освобождения от стереотипов и ограничений, что помогает им себя проявлять и преодолевать социальные барьеры.

Исследуемую выборку составили студенты, в возрасте 20-25 лет. Все участники исследования - учащиеся специальности «Психология служебной деятельности». Общая выборка исследования составила 30 человек (15 человек с экспериментальной, 15 человек в контрольной группе).

В нашем исследовании влияния музыки Инстасамки на самооценку испытуемых мы использовали экспериментальный метод, благодаря которому мы спланировали и оказали психологическое воздействие независимой переменной, в виде музыкального творчества Инстасамки, на экспериментальную группу. Наш эксперимент строился следующим образом: для исследования влияния музыкального творчества Инстасамки на самооценку студентов-психологов, мы сформировали две группы студентов на базе ПСД, которые были продиагностированы методиками: Тест для исследования самооценки (Модификация Л. П. Пономаренко); Изучение общей самооценки (Г. Н. Казанцевой); Опросник самооценки (Б. Уайнхолд). Одна группа студентов ежедневно в перерыве между занятиями в течение 2

недель прослушивала 3-4 песни Инстасамки, сидя в аудитории Вуза, и также дальше продолжала обучаться. Пока это происходило, вторая (контрольная группа) покидала кабинет и не подвергалась воздействию. Спустя 2 недели была проведена выходная диагностика в обеих группах теми же методиками.

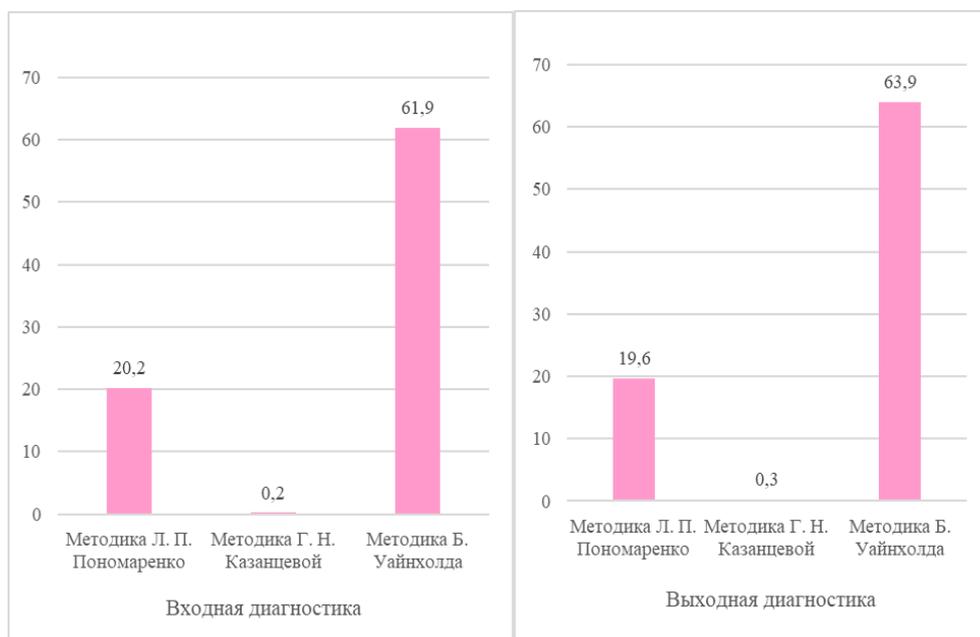


Рисунок 1. Сравнение средних значений входной и выходной диагностики уровня самооценки экспериментальной группы испытуемых.

Полученные нами t-эмпирические по всем трём методикам оказались меньше критических значений при уровне значимости $p \leq 0,05$, поэтому можем констатировать, что показатели самооценки студентов до и после экспериментального воздействия музыкой Инстасамки не изменились. А это значит, что прослушивание треков исполнителя, пропагандирующего образ богатой независимой девушки, никак не сказывается на уровне самооценки студентов. Мы предполагаем, что такой экспериментальный эффект мог возникнуть по причине отсутствия контроля внутренних дополнительных переменных в виде половой принадлежности респондентов. В своих песнях исполнительница освещает темы, касающиеся в основном женских жизненных сфер, поэтому респонденты мужского пола, ввиду непонимания и невозможности распространить на себя образ, пропагандирующийся в песнях Инстасамки, могли быть не заинтересованы в данной музыке.

Таким образом расчет оценки достоверности отличий по результатам психодиагностических методик продемонстрировал наличие незначимых различий показателей самооценки входного и выходного тестирования экспериментальной группы студентов-психологов, что свидетельствует об отсутствии влияния музыки Инстасамки на их самооценку.

1. Бранден, Н. Шесть столпов самооценки: the definitive work on self-esteem by the leading pioneer in the field / Н. Бранден; перевод с английского Ольги Поборцевой. — Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2018. — 348 с. — ISBN 978-5-00117-617-6. — Текст: непосредственный.
2. Капустин, С. А. Вклад У. Джемса в представления о личности как психологической реальности / С. А. Капустин. - Текст : непосредственный // Национальный психологический журнал. — 2017. - № 1 (25). — С. 64-71.
3. Шибутани, Т. Я. Я – концепция и чувство собственного достоинства: Самосознание и защитные механизмы личности / Т. Я. Шибутани. — Самара: «Бахрах», 2000. — 231 с. — ISBN 5-89570-015-2. — Текст: непосредственный.

Сергеев В.Д., Дворцова Е.В.

Влияние просмотра фильма «Движение вверх» на мотивацию студентов-психологов

*Кузбасский гуманитарно-педагогический институт
Кемеровский государственный университет
(Россия, Новокузнецк)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-101

Аннотация

Обучение в ВУЗе – это тяжёлый труд, и зачастую, студентам не хватает мотивации во время учебной деятельности, что может негативно сказываться на их успеваемости. Мотивация у студентов во время учебной деятельности во многом зависит как от удовлетворённости выбранной ими профессии, личностных особенностей студентов, так и от их результатов, а также от самого процесса обучения.

Если студент замотивирован, у него формируются личностные качества, которые помогают ему в достижении поставленных целей, например, самостоятельность, терпеливость, сила воли, и многие другие. Мотивация играет свою роль не только в учебной сфере, но и многих других сферах жизнедеятельности.

Именно мотивация является движущим фактором человека, помогающим ему в личностном развитии, обучении, в преодолении жизненных трудностей, в поиске путей нахождения решения проблем, а также, в удовлетворении себя и своих потребностей.

Ключевые слова: мотив, мотивация.

Abstract

Studying at a university is hard work, and often students lack motivation during their academic activities, which can negatively affect their academic performance. The motivation of students during their academic activities largely depends on both the satisfaction of their chosen profession, the personal characteristics of students, and their results, as well as on the learning process itself.

If a student is motivated, he develops personal qualities that help him achieve his goals, for example, independence, patience, willpower, and many others. Motivation plays a role not only in the educational field, but also in many other areas of life.

It is motivation that is the driving factor of a person, helping him in personal development, training, in overcoming life difficulties, in finding ways to find solutions to problems, as well as in satisfying himself and his needs.

Keywords: motive, motivation.

На обычных учебных занятиях, проводимых в формате лекций, часть студентов пассивно воспринимают информацию, предоставляемую преподавателем. Но для преподавателей, основным параметром усвояемости знаний и умений, передаваемых студентам, является не записанная в тетради студентом лекция, а количество и качество оставшейся в памяти и востребованной в будущей профессиональной деятельности информации.

Студентов необходимо заинтересовывать такой информацией, чтобы им был интересен как процесс обучения, так и само содержание обучения. Интерес к учебной деятельности может улучшиться, если преподаватель будет правильно выстраивать процесс обучения. В таком случае теоретическая информация, подкреплённая практическим материалом, то есть зрительно, лучше и осмысленней сохранится в памяти будущих специалистов.

Иногда, в качестве обучающего наглядного материала можно предоставлять студентам художественные фильмы, где на наглядном примере показывается реальность некоторых изучаемых подходов или явлений. Фильм должен быть не только поучительным, но и интересным. Также, любой наглядный материал должен быть подтверждён методическим материалом. После показа фильма, преподавателю совместно со студентами важно

проанализировать происходящие в фильме события с различных научных подходов и точек зрения.

Просмотр фильмов позволяет наблюдать конкретные события со стороны, но во время обсуждения происходит обобщение и соотнесение отдельной ситуации с отвлечёнными понятиями, такими как справедливость, ответственность, правда и ложь, честность, ценность жизни и так далее.

Проведение занятий в формате просмотра фильмов, это не только сам по себе интересный для студентов процесс, но ещё и эффективная форма преподавания знаний, ведь очень многие изучаемые явления часто требуют наглядности. Также, просмотр фильмов в качестве наглядного материала в дополнение к лекции, значительно повышает мотивацию обучения и даёт решение будущих задач в профессиональном и личностном плане.

В настоящее время, активно исследуются последствия воздействия экранизаций на внутриличностные установки зрителей. Изучение комплекса ценностных ориентаций и архетипических моделей, транслируемых в произведениях киноиндустрии, позволяет более детально взглянуть на взаимосвязь воздействия кросскультурных кинематографических продуктов и внутриличностных изменений человека.

Исследования эффектов воздействия массового искусства в контексте социальной психологии основываются на общих моделях экспериментов по социальному научению и представляют собой различные варианты исследований с точки зрения комплексности рассмотрения воздействующих и опосредующих факторов на изменение установок, а также, моделей поведения человека.

Особенности воздействия экранного образа на личность проявляются в том, что в процессе идентификации с киногероем, зритель усваивает определённые образцы поведения в совокупности с нравственными ценностями, которые после воплощаются в его собственных моделях взаимодействия с окружающей действительностью.

Наш эксперимент направлен на получение научных знаний о личностных качествах студентов-психологов, а именно, о мотивации, с минимальным вмешательством экспериментатора в деятельность испытуемых. В нашем исследовании эксперимент проводился в формате просмотра фильма «Движение вверх», с целью выявления его влияния на мотивацию студентов-психологов.

Для достижения целей нашего исследования мы составили выборку из 35 студентов 4 и 5 курса КГПИ КемГУ, обучающихся по специальности «Психология служебной деятельности», из них 15 студентов в экспериментальной группе и 20 в контрольной.

Для выявления влияния просмотра фильма «Движение вверх» на мотивацию студентов-психологов была использована оценка достоверности отличий по t-критерию Стьюдента между изменениями (дельтами) показателей.

Для исследования влияния просмотра фильма «Движение вверх» на мотивацию студентов-психологов, использовались такие методики, как: опросник мотивации к достижению цели (Т. Элерс); опросник мотивации успеха и боязнь неудач, МУН (А. А. Реан); методика диагностики «Мотивация обучения в ВУЗе» (Т. И. Ильиной).

Анализ эффективности влияния просмотра фильма «Движение вверх» на мотивацию студентов-психологов, по опроснику Т. Элерса:

Согласно полученным результатам, значимые отличия в дельта-показателях мотивации между обеими группами не были обнаружены (при $p \leq 0,05$). При этом, сравнив дельта-показатели мотивации экспериментальной группы с показателями мотивации контрольной группы, можно сделать вывод о тенденции повышения мотивации в обеих группах. Показатели мотивации после проведения повторного тестирования повысились как в контрольной, так и в экспериментальной группах. Значимых отличий в дельта-показателях между группами не было выявлено.

Анализ эффективности влияния просмотра фильма «Движение вверх» на мотивацию студентов-психологов, по опроснику А. А. Реана:

Согласно полученным результатам, обнаружены значимые отличия в дельта-показателях мотивации между обеими группами (при $p \leq 0,05$), так как t-эмп. 2,35, t-крит. 2,01.

Следовательно, просмотр фильма «Движение вверх» повлиял на мотивацию студентов-психологов, повысив её у испытуемых экспериментальной группы. Показатели мотивации после повторного тестирования в контрольной группе понизились, а в экспериментальной группе повысились. При этом, были выявлены значимые отличия в дельта-показателях между группами.

Анализ эффективности влияния просмотра фильма «Движение вверх» на мотивацию студентов-психологов, по методике Т. И. Ильиной:

Согласно полученным результатам, обнаружены значимые отличия в дельта-показателях мотивации по шкале «Получение диплома» между обеими группами (при $p \leq 0,01$), так как t -эмп. $-2,85$, t -крит. $2,72$. Следовательно, просмотр фильма «Движение вверх» повлиял на мотивацию студентов-психологов, повысив её у испытуемых экспериментальной группы.

Показатели мотивации после повторного тестирования по шкале приобретение знаний повысились как в контрольной, так и в экспериментальной группах. Значимых отличий в дельта-показателях между группами не было выявлено.

Показатели мотивации после повторного тестирования по шкале овладение профессией повысились как в контрольной, так и в экспериментальной группах. Значимых отличий в дельта-показателях между группами не было выявлено.

Показатели мотивации после повторного тестирования по шкале получение диплома повысились как в контрольной, так и в экспериментальной группах. При этом, были выявлены значимые отличия в дельта-показателях между группами.

В ходе нашего исследования были выявлены значимые отличия в дельта-показателях мотивации у студентов-психологов на уровне $p \leq 0,05$ и $p \leq 0,01$.

Исходя из полученных результатов, были обнаружены значимые отличия в дельта-показателях мотивации между контрольной и экспериментальной группами по таким методикам как – опросник мотивации успеха и боязнь неудач (А. А. Реан), а также, по методике диагностики «Мотивация обучения в ВУЗе» (Т. И. Ильиной).

Исходя из полученных результатов, мы можем сказать о том, что просмотр фильма «Движение вверх» оказал влияние на мотивацию студентов-психологов, а именно, частично повысил её показатели. Так как некоторые показатели мотивации оказались значимыми, но, при этом, были показатели, которые не являлись значимыми. Следовательно, наша гипотеза о том, что просмотр фильма «Движение вверх» повышает показатели мотивации студентов-психологов, частично подтвердилась.

1. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. - СПб.: Питер, 2002. –512 с. – ISBN 5-4729-0307-6. – Текст: непосредственный.
2. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – М.: Питер, 2003. – 351 с. – ISBN 5-86197-048-8. – Текст: непосредственный.
3. Кокшарова, А. С. Использование фильмов для развития личностных и профессиональных качеств / А. С. Кокшарова – Текст: непосредственный // Психологические науки – 2018. №2. – С. 5.
4. Гунина, Е. В. Мотивация студентов к обучению в университете / Е. В. Гунина, Д. О. Волошина – СПб.: Питер, 2009. – 72 с. – ISBN 5-83789-042-8. – Текст: непосредственный.
5. Грошева, Л. Н. Влияние киноискусства на психическое состояние человека / Л. Н. Грошева, В. В. Белобрагин, – Москва: Изд. МГОУ, – 2016. – С. 3-4., - ISBN 5-695614-25-4. – Текст: непосредственный.

Сокнова С.А., Дворцова Е.В.

Влияние прослушивания классической музыки на психоэмоциональное состояние студентов-психологов

*Кемеровский государственный университет
(Россия, Новокузнецк)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-102

Аннотация

В данной статье представлены результаты экспериментального исследования влияния прослушивания классической музыки на психоэмоциональное состояние студентов-

психологов. Обоснована актуальность исследования и проанализированы основные понятия научной работы, рассмотрены взгляды и подходы зарубежных и отечественных ученых.

Ключевые слова: психоэмоциональное состояние, самочувствие, тревожность, психолог.

Abstract

This article presents the results of an experimental study of the influence of listening to classical music on the psycho-emotional state of psychology students. The relevance of the research is substantiated and the basic concepts of scientific work are analyzed, the views and approaches of foreign and domestic scientists are considered.

Keywords: psychoemotional state, well-being, anxiety, psychologist.

Актуальность. Каждый вид искусства специфически влияет на формирование человека. Социологические исследования показывают, что в современной социокультурной ситуации музыка все больше выдвигается на передний план в структуре художественных предпочтений молодежи. Она «обгоняет» другие виды искусства по «объему» потребления, а также непосредственно-чувственным особенностям воздействия [2]. Последние тенденции современного общества таковы, что музыка является неотъемлемой частью жизни человека во всех сферах деятельности. Музыка звучит в супермаркетах, в маршрутках, кинотеатре, по телевидению, на улице, дискотеке, с различных переносных устройств, учащиеся слушают музыку в наушниках на переменах.

Под психоэмоциональным состоянием понимаем относительно устойчивые переживания человека по отношению к самому себе, к другим людям и к окружающему миру. Психоэмоциональные состояния, которые взяты для изучения – самочувствие и тревожность. По мнению А. Б. Леоновой, самочувствие может быть представлено в виде некоторой обобщающей характеристики (плохое/хорошее самочувствие, бодрость, недомогание и т.п.), а также может быть локализовано по отношению к определенным формам ощущения (ощущение дискомфорта в различных частях тела) [1]. Как отмечает Р. С. Немова, в качестве психоэмоционального состояния выступает тревожность, как переживание эмоционального дискомфорта, постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях [3].

Объект: учебно-профессиональная деятельность студентов-психологов.

Предмет: влияние прослушивания классической музыки на психоэмоциональное состояние студентов-психологов.

Гипотеза: прослушивание классической музыки влияет на психоэмоциональное состояние студентов-психологов, а именно: повышает самочувствие и снижает тревожность.

Цель: исследование влияние прослушивания классической музыки на психоэмоциональное состояние студентов-психологов.

Методики:

1. Методика САН (Методика и диагностика самочувствия, активности, настроения) (В. А. Доскин, Н. А. Лаврентьева, В. Б. Шараем и М. П. Мирошников).
2. Методика субъективной оценки ситуационной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера (адаптация Ю. Л. Ханина).
3. Опросник «Личностная шкала проявлений тревоги» (Дж. Тейлор).

Исследование проходило в два дня:

- в первый день экспериментальная группа проходила первичную диагностику психоэмоционального состояния, далее 1,5 часа экспериментальная группа слушала классическую музыку (прослушивание проходило в комфортной обстановке, по желанию студенты принесли для своего удобства личные вещи), после прослушивания классической музыки

экспериментальная группа прошла повторную диагностику психоэмоционального состояния;

- во второй день контрольная группа проходила первичную диагностику психоэмоционального состояния, далее 1,5 часа у контрольной группы было свободное время, после свободного времени контрольная группа прошла повторную диагностику психоэмоционального состояния.

Для выявления влияния прослушивания классической музыки на психоэмоциональное состояние студентов-психологов была проведена математико-статистическая обработка (оценка достоверности отличий по критерию Стьюдента): осуществлено сравнение средних значений изменений (дельта-значений), произошедших в контрольной и экспериментальной группах по всем продиагностированным показателям психоэмоционального состояния.

Таблица 1

Результаты расчета оценки достоверности отличий по *t*-критерию Стьюдента между показателями средних изменений (дельта-значений) психоэмоционального состояния в контрольной и экспериментальной группах.

Экспериментальная группа													
	С* до	Сит. т. ** до	Лич. т. *** до	Т **** до	Эксперимент	С после	Сит. т. после	Лич. т. после	Т после	Δ С	Δ Сит. т.	Δ Лич. т.	Δ Т
Ср. арифм	3,4	43,5	46,1	25,2		5	32,5	33,7	16,3	1,6	-10,9	-12,5	-8,9
Ср. кв. откл.	1,1	9,5	11,2	8,1		0,9	6,7	6,0	4,9	0,7	6,6	8,4	4,6
Контрольная группа													
Ср. арифм	4,1	30,5	31	12,3	3,9	30,8	30,5	13,7	-0,3	0,3	-0,5	1,4	
Ср. кв. откл.	0,7	4,9	4,6	5,2	0,6	5	4,2	6,3	0,5	2,3	2,9	2,3	
<i>t</i> -критерий Стьюдента	-2,2	4,68	4,83	5,19	3,99	0,8	1,65	1,23	8,92	-6,18	-5,23	-7,72	
<i>p</i> – уровень значимости										0,001	0,001	0,001	0,001

*С – самочувствие по методике САН (В. А. Доскин, Н. А. Лаврентьева, В. Б. Шараем и М. П. Мирошников)

**Сит. т. – ситуативная тревожность по методике Ч. Д. Спилбергера

***Лич. т. – личностная тревожность по методике Ч. Д. Спилбергера

**** Т – личностная тревожность по методике Дж. Тейлора

Сравнивая полученные результаты между контрольной и экспериментальной группы, можно отметить следующее:

- определены значимые различия между контрольной и экспериментальной группы в показателях самочувствия. Полученные эмпирические значения самочувствия ($t_{\text{эмп.}} = 8,92$) больше критического ($t_{\text{крит.}} = 3,67$), при уровне значимости $p \leq 0,001$;
- определены значимые различия между контрольной и экспериментальной группы в показателях ситуативной тревожности. Полученные эмпирические значения ситуативной тревожности ($t_{\text{эмп.}} = -6,18$) больше критического ($t_{\text{крит.}} = 3,67$), при уровне значимости $p \leq 0,001$;
- определены значимые различия между контрольной и экспериментальной группы в показателях личностной тревожности. Полученные эмпирические значения личностной тревожности ($t_{\text{эмп.}} = -5,23$) больше критического ($t_{\text{крит.}} = 3,67$), при уровне значимости $p \leq 0,001$;
- определены значимые различия между контрольной и экспериментальной группы в показателях личностной шкалы проявлений тревоги. Полученные

эмпирические значения личностной шкалы проявлений тревоги ($t_{\text{эмп.}} = -7,72$) больше критического ($t_{\text{крит.}} = 3,67$), при уровне значимости $p \leq 0,0001$.

На рисунке 1 представим результаты входной и выходной диагностики по методике САН (В. А. Доскин, Н. А. Лаврентьева, В. Б. Шараем и М. П. Мирошников) экспериментальной и контрольной групп по шкале самочувствие.

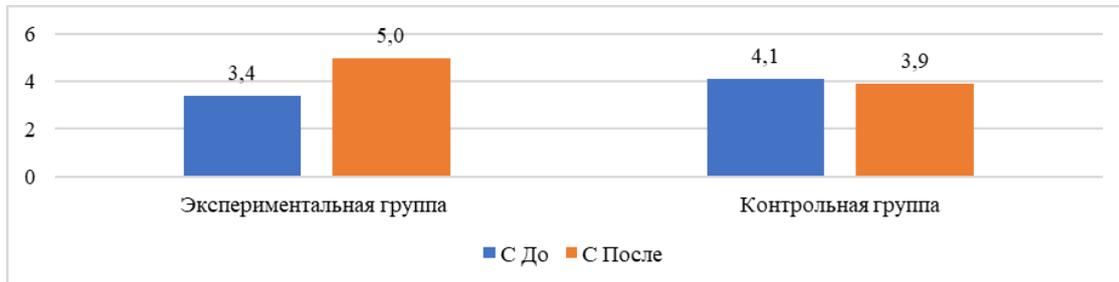


Рисунок 1. Результаты входной и выходной диагностики по методике САН (В. А. Доскин, Н. А. Лаврентьева, В. Б. Шараем и М. П. Мирошников) экспериментальной и контрольной групп.

Представленные на рисунке 1 результаты свидетельствуют о том, что в экспериментальной группе после прослушивания классической музыки произошли значительные изменения. Прослушивание классической музыки повышает самочувствие.

Далее проведем результаты исследования входной и выходной диагностики по методике субъективной оценки ситуационной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера (адаптация Ю. Л. Ханина) (рисунок 2).

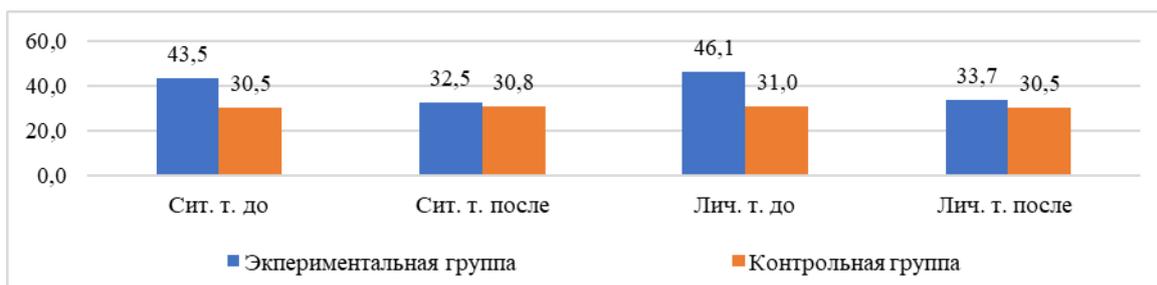


Рисунок 2. Результаты входной и выходной диагностики по методике субъективной оценки ситуационной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера (адаптация Ю. Л. Ханина) экспериментальной и контрольной групп.

На основе полученных результатов, можно отметить, что прослушивание классической музыки позволило в экспериментальной группе уменьшить уровень ситуационной и личностной тревожности.

На рисунке 3 представим результаты входной и выходной диагностики по опроснику «Личностная шкала проявлений тревоги» (Дж. Тейлор).



Рисунок 3. Результаты входной и выходной диагностики по опроснику «Личностная шкала проявлений тревоги» (Дж. Тейлор) экспериментальной и контрольной групп.

Результаты по опроснику «Личностная шкала проявлений тревоги» (Дж. Тейлор) позволили определить, что после прослушивания классической музыки в экспериментальной группе уменьшилась личностная тревожность.

Таким образом гипотеза исследования подтвердилась, а именно прослушивание классической музыки влияет на психоэмоциональное состояние студентов-психологов, а именно: повышает самочувствие и снижает тревожность.

1. Бехтерева, А. И. Влияние музыки на человека / А. И. Бехтерева // Избранные доклады 61-й университетской научно-технической конференции студентов и молодых учёных. – Томск: Изд-во Томского государственного архитектурно-строительного университета, 2019. – С. 893-896.
2. Дербуков, Е. Г. Влияние прослушивания классической музыки на психоэмоциональное состояние студентов психологов / Е. Г. Дербуков // Наука через призму времени. – 2023. – №1 (70). – С. 33-39.
3. Матохина, А. А. Исследование влияния 70 классической музыки на функциональное состояние людей различных профессий / А. А. Матохина // Электронный научно-образовательный журнал ВГСПУ «Грани познания». – 2020. – № 2 (22). – С. 54-59.

Токарев В.С., Левин В.А., Новосельцев В.О.

Основные особенности профессиональной деятельности сотрудников Росгвардии

*Новосибирский военный ордена Жукова институт имени генерала армии И.К. Яковлева
войск национальной гвардии Российской Федерации
(Россия, Новосибирск)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-103

Аннотация

В данной статье рассмотрены стратегия и модель поведения сотрудников Росгвардии в конфликтных ситуациях, а так же приведены примеры влияния стрессогенных факторов на эффективность выполнения ими должностных обязанностей в процессе повседневной служебно-боевой деятельности.

Ключевые слова: правоохранительная деятельность, психические факторы, профессиональная деятельность, профессиональные обязанности, стресс, сотрудник, служебная деятельность.

Abstract

This article examines the strategy and model of behavior of employees of the Russian Guard in conflict situations, as well as provides examples of the influence of stress factors on the effectiveness of their performance of official duties in the process of daily service and combat activities.

Keywords: law enforcement, mental factors, professional activity, professional responsibilities, stress, employee, official activity.

Оперативно-служебная деятельность сотрудника Росгвардии находится под постоянным воздействием целого комплекса факторов, не имеющих места в повседневной жизни человека. Сотрудник нередко оказывается в ситуациях, опасных для жизни, как его самого, так и окружающих в данный момент людей. Возникновение разнообразных конфликтных ситуаций требуют применения силовых приемов, специальных средств и огнестрельного оружия. Законодательно обоснованное применение силы к нарушителям правопорядка в ряде случаев является составной частью правоохранительной деятельности. Особое значение при этом приобретают система подготовки и тактика использования сотрудниками Росгвардии приемов самозащиты в ходе исполнения ими служебных обязанностей.

Действия сотрудника Росгвардии в ситуациях нападения преступников включают конкретные способы защиты и задержания: освобождения от захватов, нанесение ударов, броски и болевые приемы, пользование специальными средствами и оружием. Наибольшими повреждающими факторами в процессе службы являются групповое и вооруженное нападение на сотрудника Росгвардии при их появлении на месте происшествия, задержании и транспортировке задержанных, несении службы, проверке подозрительных лиц и т.д. В таких ситуациях для сотрудника существует высокая вероятность травм и повреждений различной

тяжести. Усложняет обстановку условия нападения преступников: нахождение нападавших в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, психического расстройства, значительное преимущество преступников в вооружении, количественном составе, а также нередко в более высокой физической подготовке.

Каждый раз, когда взаимоотношения с нарушителем выходят за рамки диалога, возникает ситуация, связанная с возможностью нападения на сотрудника. Ожидание нападения со стороны нарушителей закона – неотъемлемая часть служебной практики. Осознание существующей угрозы, способность правильной оценки конкретной ситуации и совершения, адекватных ей действий, определяется не только накопленным практическим опытом и возможностями нервной системы к преобразованию возникающих в случае опасности импульсов в разумные решения, необходимые для достижения эффективного результата, но и необходимостью сочетать свои действия с новыми требованиями УПК.

Мышление человека в случае появления сигнала об опасности осуществляется вначале на более примитивном уровне - на уровне инстинкта. Уже само предчувствия опасности включает в организме человека заложенный механизм «выживания» в виде следующих изменений:

- усиливается сердцебиение и повышается кровяное давление; увеличивая скорость кровообращения и поступление кислорода в мышцы;
- сбрасывается из селезенки в систему кровообращения резерв крови;
- сгущается кровь, снижая кровоточивость возможных ран и ускоряя способность к ее свертываемости в случае ранений;
- уменьшается до шести раз чувствительность организма к боли по мере поступления в систему кровообращения эндорфинов;
- расширяются кровеносные сосуды, питающие крупные мышцы обогащенной кислородом кровью;
- возрастает напряжение мускулатуры (особенно рук и ног) вплоть до дрожания конечностей;
- многократно увеличиваются энергетические силы, вследствие добавочного поступления в организм кислорода, сахара и адреналина;
- обеспечивается лучшая видимость в темноте, вследствие расширения зрачков, а выравнивание глазных хрусталиков приводит к большей дальности зрения человека.

Однако все эти изменения одновременно сокращают поступление крови в кору головного мозга, что снижает способность человека к рациональному, осознанному мышлению, анализу собственных поступков. Вследствие напряжения мускулатуры ухудшается координация движений, затрудняется качество выполнения правоохранительных мер и др. Некоторые правовые и психологические проблемы обеспечения безопасности сотрудников Росгвардии требуют особо тщательного изучения, особенно обучение их способам самозащиты и применения специальных мер пресечения, распознавания у правонарушителей признаков, указывающих на возможность нападения. Это связано с тем, что новый УПК существенно изменил понятия необходимой обороны для граждан, а значит и для сотрудников Росгвардии. Здесь сотрудники обязаны владеть собой, хладнокровно реагировать на злобные выходки нарушителей правопорядка, часто намеренно провоцирующие их выйти из состояния психоэмоционального равновесия.

Кроме того, сотрудник Росгвардии имеет широкий спектр профессиональных обязанностей, в том числе штабного (камерального) профиля: работа за компьютером, операции слежения и охраны и др. Эта работа характеризуется малоподвижностью, монотонностью, значительной нагрузкой на зрительный анализатор, однообразием и повторяемостью поступления информации, помехами со стороны других операторов, шумом, определенного спектрального состава и интенсивности. Основной повреждающий фактор такого рода деятельности – монотония.

Длительное выполнение монотонной работы характеризуется резким снижением надежности в профессиональной деятельности. По характеру профессиональной деятельности от сотрудников Росгвардии требуется большая точность в выполнении работы при постоянном контроле зрения и большой сосредоточенности внимания. Все это предъявляет повышенные требования к устойчивости организма к выполнению однообразных движений, сохранению высокой работоспособности при длительном пребывании в условиях гиподинамии, четкому ритму движений рук, кистей, пальцев в различных плоскостях, с различной амплитудой и величиной мышечных усилий. Концентрация внимания и связанные с этим возбуждения в определенных структурных элементах нервной системы на протяжении всего рабочего дня приводят к нарушению течения тормозящих и возбуждающих процессов в высших отделах головного мозга, что неблагоприятно влияет на нейрогуморальную регуляцию деятельности многих органов и физиологических систем всего организма.

К перечисленным неблагоприятным воздействиям добавляются вынужденные позы сидя, которые приводят к увеличению кровенаполнения в малом тазу, длительному повышенному тону мышц плечевого пояса, шеи и спины, что приводит к резкому возрастанию количества болезней локомоторных систем и опорно-двигательного аппарата.

Сочетание противоположных видов профессиональной деятельности от повышенной двигательной активности (вплоть до выполнения действий с максимальными усилиями) и гиподинамии, наблюдаемой в процессе дежурств, особенно при выполнении наиболее ответственных видов работ, недостаточном практическом опыте, сотрудники испытывают определенное нервно-эмоциональное напряжение. Еще более оно усугубляется, если такие формы работы выполняются в условиях дефицита времени.

Решение проблемы регламентации служебных нагрузок требует исследования показателей успешности профессиональной деятельности; ее взаимосвязи с работой головного мозга, определяемой в значительной мере активностью информационно-аналитических структур; наличием способностей к профессиональной деятельности, высоким уровнем развития профессионально значимых психофизических функций.

Таким образом, эффективность профессиональной деятельности определяется оптимумом эмоционального возбуждения, при котором реакции субъекта оказываются наиболее совершенными и адекватными. Увеличение (снижение) по ряду различных причин степени эмоционального напряжения относительно данного оптимума приводит к ухудшению качества деятельности, а в итоге к возникновению стрессовых ситуаций и соответственно, появлению признаков утомления, снижения работоспособности и надежности деятельности. К числу факторов, ускоряющих развитие утомления и усиливающих выраженность его проявлений, следует отнести воздействие на организм неблагоприятных условий деятельности, нервно-психологических условий деятельности, чрезмерной умственной и физической нагрузки. Это находит свое проявление в ухудшении функций внимания, памяти, мышления, в снижении скорости переработки информации и абсолютной слуховой чувствительности, в снижении показателей координации движений, точности воспроизведения интервалов времени и дозированных усилий. При этом профессиональные качества и навыки в значительной степени подвержены влиянию утомления, возникающего вследствие интенсивной физической работы в обычных и экстремальных условиях. Процесс утомления тем более выражен, чем более длительно и интенсивно действуют нагрузки (В.П. Загрядский).

Профессиональный стресс сотрудника Росгвардии может вызвать целый комплекс реакций, не имеющих приспособительного значения. Это стрессы, связанные с ожиданием предстоящей опасной деятельности или формированием готовности к выполнению напряженной деятельности: «стрессы ожидания»; «рабочие» стрессы; «посттравматические» стрессовые расстройства. Чувство ответственности за выполняемую работу нередко вызывает такое свойство личности как тревожность - относительно устойчивую предрасположенность личности отвечать на угрожающие ситуации эмоциональными состояниями тревоги или страха. Различают социальную тревожность (свойства личности) и психодинамическую тревожность (свойства темперамента). Первая в основном определяется жизненным опытом, а вторая -

врожденными особенностями человека. При этом тревожность может быть «антиципированной» (т.е. возникать задолго до начала экстремальной ситуации, как результат прогноза предстоящих трудностей) и «символической», которая не обязательно затрагивает жизненные интересы, а вызвана проблемами самооценки.

Интенсивность стремления к эффективной деятельности (сила мотива) определяет состояние тревоги. Фиксируясь, такое состояние способствует развитию тревожности. Чем сильнее сила мотива, тем тревожнее работник. Среди профессионалов давно бытует мнение, которое можно выразить в следующем: «Тревожность порождает тревожных, а сами тревожные распространяют тревожность вокруг себя». Такое положение требует решения ряда проблем, так как отрицательное воздействие стресс-факторов распространяется как на отдельных сотрудников, коллективов подразделений, так и семьи сотрудников. Это отрицательное воздействие проявляется в достаточно широком спектре психологических последствий профессионального стресса.

Память о травматическом событии, вызвавшем стресс долговременна, глубока и болезненна. Не проработанный травматический опыт участия в кон-фликте приводит к снижению толерантности к стрессу.

Среди основных стрессогенных факторов можно назвать:

- физические и психические перегрузки, часто превышающие допустимый всеми гигиеническими нормами уровень;
- нефизиологический ритм работы;
- высокий риск травм, ранений и гибели самого сотрудника и его товарищей по службе;
- соприкосновение с негативными явлениями жизни, как факты насилия, вооруженные столкновения и т.д.

В состоянии стресса могут возникнуть различные физиологические и психологические симптомы, сигнализирующие о необходимости изменить образ жизни.

Одиночество: ощущения отдаленности от семьи и друзей или появления стойкого впечатления «затерянности в толпе».

Чувство неуверенности в себе: ощущения неловкости в общении с людьми, с которыми раньше были прекрасные отношения. Кажется, что они поглядывают на вас не вполне доброжелательно или даже осуждающе.

Сложности с концентрацией внимания и запоминанием: легко забывается содержание недавнего разговора, постоянно появляются дополнительные усилия при воспоминании, что нужно еще сделать, трудно собраться с мыслями, плохо доходит до сознания смысл происходящего.

Нежелание общаться с людьми: пропадает интерес к людям. Если у них есть интерес к вам, то это раздражает. Когда звонит телефон, появляется мысль брать трубку или нет.

Усталость и расстройства сна: постоянное чувство «выжатого лимона», но, вместе с тем, трудности с засыпанием.

Колебания настроения: периоды подъема часто сменяются глубокой депрессией, нередко появляется желание плакать.

Раздражительность и вспыльчивость: потеря самоконтроля, любое замечание встречается в штыки.

Беспокойство: не сидится на месте, часто вещи перекаладываются с места на место, появляется желание встать и куда-то выйти.

Бурная активность: испытывается томительное внутреннее беспокойство, проявляется повышенная активность в работе.

Навязчивые действия: переедание, злоупотребление алкоголем, чрезмерное курение. У женщин это может вылиться в бесконечное хождение по магазинам и покупки все новых и новых товаров.

Плохой аппетит: потеря интереса к пище, или полный отказ от нее, либо едят все без разбора, что попадет под руку.

Боязнь тишины: поэтому или непрерывно говорят, либо слушают радио или телевизор. Может появиться и обратное явление – боязнь любого шума.

Подчеркнутое внимание к своей внешности: вдруг повышенная забота о своей внешности, строгая диета или усердные занятия физическими упражнениями, чтобы сбросить вес и др.

Поэтому сотрудник Росгвардии должен быть психологически подготовленным для успешной работы в различных по сложности ситуациях, постоянно работать над своим умственным и физическим развитием, иметь знания и навыки саморегуляции своими состояниями. В системе психофизической подготовки основное внимание должно быть сосредоточено на разборе конкретных конфликтных ситуаций, с которыми встречались или могут столкнуться будущие сотрудники при выполнении служебно-боевых задач. Превентивная работа в этом направлении состоит в организации специальных тренингов, включающих психофизические упражнения по формированию самоидентификации, телесно-ориентированные упражнения, в том числе направленные на саморегуляцию и самопомощь при стрессе. Психофизическая мобилизация должна решать две задачи частного характера:

- сохранение нервно-психологической свежести;
- саморегуляцию возможных неблагоприятных внутренних состояний.

Эти задачи, тесно связанные между собой, дают возможность переключения внимания и отвлечение сотрудников от тревожных мыслей, помогают преодолевать внешние признаки эмоциональной напряженности. При этом показано, что специально организованная двигательная активность вообще и физическая подготовка в частности оказывают положительное влияние на психофункциональное состояние человека, является одним из основных средств профилактики стрессовых состояний.

Таким образом, профессиональная деятельность сотрудников Росгвардии, направленная на охрану общественного порядка и борьбы с преступностью, выполняется в широком диапазоне действий от монотонии до появления экстремальных ситуаций и имеет определенные особенности, основными из которых являются:

- высокая загруженность психических функций;
- наличие высоких требований к уровню сформированности психических и физических качеств, психофизических функций;
- высокое психо-эмоциональное напряжение;
- низкая эффективность организованных форм физической подготовки.

Решение служебно-боевых задач, когда приходится преодолевать не только сопротивление сильного противника, но и собственные недостатки, ограниченные физические и психические возможности, достигается путем больших физических и психических напряжений, на фоне постоянной деятельности с большими физическими нагрузками. Это провоцирует возникновение стрессовых состояний в основном негативного характера. Точное и правильное выполнение профессиональных обязанностей в состоянии стресса, зависит от выработки и доведения до автоматизма (путем систематических тренировок) навыков применения боевых приемов борьбы, надевания наручников, работы с приемно-передающими устройствами связи и др. Важно научиться предвидеть намерения подозреваемых путем анализа их жестов, положений тела, выражения лица, интонаций и громкости речи. Если сотрудник в экстремальной ситуации не теряет самообладания, то он может сделать правильный выбор последовательности своих действий и уверенно их осуществить.

1. Руководство по физической подготовке в войсках национальной гвардии Российской Федерации / Новосибирский военный институт имени генерала армии И.К. Яковлева войск национальной гвардии Российской Федерации, Кафедра физической подготовки и спорта. - Новосибирск: НВИ ВНГ РФ, 2018. - 310 с.
2. Анохин П.К. Теория функциональных систем. - М.: Медицина, 1975.- 134 с.

3. Баркалов С.Н. Методика служебно-боевой подготовки курсантов вузов МВД России с учетом специфики профессиональной деятельности: Автореф. дисс... канд. пед. наук.- М., 2005.- С. 11-13.
4. Гиссен Л.Д. Время стрессов. Обоснование и практические результаты психо-профилактической работы в спортивных командах. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 192 с.
5. Маришук В.Л., Гайдук С.А. К вопросу о возможности корректирования волевых качеств // VIII Международный научный конгресс «Современный олимпийский спорт и спорт для всех», Том 1.- Алматы, 2004.-С.212-214.

Фролова Д.А., Казакова С.П.

Особенности организации и проведения мастер-классов для детей

*Калужский государственный
университет им. К.Э. Циолковского
(Россия, Калуга)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-104

Аннотация

Статья посвящена исследованию специфики мастер-классов при проведении их для детей. В связи с развитием сферы образования возникает необходимость в поиске новых методов привлечения их к учебе и стимулированию развития. Одним из набирающих популярность методов является проведение мастер-классов. Их растущая востребованность обусловлена сочетанием полезности и интерактивности, возможностью в творческой атмосфере создавать что-то новое, получать яркие эмоции и новый опыт.

Ключевые слова: обучение, мастер-класс, педагогика, возрастные особенности, образование, методика обучения, современный подход.

Abstract

The article is devoted to the study of the specifics of master classes when conducting them for children. In connection with the development of the field of education, there is a need to find new methods of attracting them to study and stimulating their development. One of the methods that are gaining popularity is conducting master classes. Their growing demand is due to the combination of usefulness and interactivity, the opportunity to create something new in a creative atmosphere, get vivid emotions and new experiences.

Keywords: master class, training, pedagogy, age characteristics, education, teaching methods, modern approach.

В работе с детьми все чаще и чаще поднимается вопрос, как заинтересовать ребёнка учебной, привить стремление к развитию и получению новых знаний. Современные возможности в наше время максимально широки и разнообразны. Появляются новые тенденции, а также разрабатываются различные методы подачи информации. Ведь очень важно, чтобы ребёнок мог развиваться и раскрывать свой потенциал, а задача взрослых - создавать для него такие возможности. Набирают популярность такие методы как проектная работа, геймификация, а также мастер-классы. Остановимся подробно на последнем.

Мастер-классы популярны, и их популярность возрастает стремительными темпами. Такая тенденция связана с тем, что они сочетают в себе пользу и интерес, а также дают возможность в творческой комфортной обстановке создавать что-то новое, работая в команде. Это возможность не только подарить участникам самые яркие и положительные эмоции, а также получить новый опыт и развить уже существующие навыки и компетенции.

Мастер-класс – эффективная форма передачи знаний и умений, обмена опытом обучения и воспитания, центральным звеном которой является демонстрация оригинальных методов освоения определенного содержания при **активной роли всех участников занятия** [1].

У мастер-класса, как и у любой деятельности, есть цель: передача своего опыта и создание условий для профессионального самосовершенствования участников.

Сущность мастер-класса заключается в том, что во время поведения ведущий не только, рассказывает, но и показывает, как применять на практике какую-либо технологию или метод. Исходя из этого, можно сделать вывод, что главное – не только рассказ, показ, но и практическое применение [2].

Мастер-класс реализуется экспертом в той или иной сфере для тех, кто хочет чему-то научиться или улучшить свои навыки. Принцип мастер-класса: «Я знаю, как это делать, и научу вас». Это двусторонний процесс, в котором необходим индивидуальный подход к каждому и крайне важен симбиоз ведущего и участников. Число участников, как правило, не превышает 20–25 человек.

При проведении перед «мастером» стоит задача не только рассказать или показать материал, но и максимально задействовать участников в процесс, заинтересовать их. Очень важно создать в группе атмосферу комфорта, открытости и доброжелательности, которая напрямую будет способствовать их развитию [3, с 22].

Выделяют несколько классификации мастер-классов.

По характеру деятельности:

- творческие мастер-классы, на которых специалисты, занимающиеся рукоделием или искусством, показывают участникам технологию изготовления чего-либо своими руками;
- спортивные, во время которых участники могут приобрести навыки выполнения того или иного элемента в определенном виде спорта;
- образовательные мастер-классы предполагают обучение по той или иной специализации, раскрытие новых технологий или методик работы в той или иной области.

По цели:

- прикладные мастер-классы направлены на процесс, участники получают удовольствие от создания продукта, процесса деятельности, как правило забирают готовое изделие с собой;
- образовательные мастер-классы направлены на получение знаний и навыков, которые пригодятся участникам в дальнейшем, здесь в отличие от предыдущего вида, с собой они забирают не вещественный продукт, а знания и методы работы.

По возрасту участников:

- в первую очередь, выделяют взрослые и детские, они отличаются тематиками, длительностью, а также сложностью.

Взрослые мастер-классы могут длиться от 1,5 до 3 часов. Дети же, в силу возрастных особенностей, не могут выдержать такого объема информации. Поэтому им подходят более короткие варианты от 20 до 60 мин.

Детские мастер-классы можно разделить на четыре группы:

- 1) для дошкольников (от 4 до 7 лет);
- 2) младших школьников (от 8 до 11 лет);
- 3) средних школьников (от 12 до 14 лет);
- 4) старших школьников (от 15 до 17 лет).

При проведении мастер-классов для детей необходимо понимать, как работает их психика и знать возрастные особенности, характерные для определенного возраста.

Дошкольники очень активны, у них высокая потребность в движении и игре, но при этом быстрая утомляемость. Мастер-класс для таких детей должен включать несколько видов деятельности, которую необходимо чередовать, в силу их быстрой утомляемости и потери концентрации. Также важно комбинировать индивидуальную и коллективную деятельность. При работе с дошкольниками необходимо постоянно хвалить, их помогать, а также сопровождать деятельность фантазиями и интересными историями. Ребята в этом возрасте очень любознательны и впечатлительны.

Младшие школьники отличаются большой жизнерадостностью и стремлением к практической деятельности. Эмоции занимают важное место в психике этого возраста. Такие дети весьма дружелюбны и легко вступают в общение, поэтому для них отлично подходят коллективная деятельность или деление на мини-группы. Их также важно постоянно поддерживать, ведь любая неудача резко вызывает у них отвращение к деятельности.

Более взрослые дети – средний школьный возраст. Ориентированы больше на действие, чем на размышление. Также остро воспринимают критику и чувствительны к обидам. Начинают осознавать свою роль в группе, стремятся к развитию и общению со взрослыми. Ребята такого возраста максимально заинтересованы в поиске себя и открытии чего-то нового, но также для них характерна упертость и проблемы с дисциплиной. Для этого возраста будут актуальны мастер-классы, предполагающие физическую активность, например, спортивные.

Старшие ребята опьяняют высокую социальную активность, у них уже есть достаточная база знаний, на которую можно наслаивать более узкие специализации и навыки. Максимально актуальны профориентационные мастер-классы, погружающие подростков в ту или иную деятельность. В этом возрасте появляется потребность общения на равных, рекомендуется не употреблять по отношению к ним, таких слов как «дети». Важно давать им возможность выбора и выслушивать их точку зрения.

Помимо возрастной психологии и длительности мастер-класса, при проведении необходимо также учитывать ресурсы и материалы необходимые для проведения, сюда входят:

- материалы, необходимые для создания итогового продукта (при проведении прикладного мастер-класса);
- человеческие ресурсы, необходимые для более комфортного проведения, т. к. при работе с большой группой детей, одному человеку очень трудно уделить максимальное внимание каждому. Поэтому отличным выходом является проведение мастер-класса несколькими людьми. Ведущий – человек, который все рассказывает и показывает, а также помощники, которые помогают. Если речь идет об образовательном мастер-классе, то на плечи помощников ложатся организационные задачи, такие как, переключение презентации, запуск видео, съёмка контент для социальных сетей или же раздача дополнительных материалов, чтобы ведущий не отвлекался на эти мелочи;
- техническое обеспечение – средства, позволяющие грамотно организовать процесс проведения мастер-класса, к ним могут относиться – проектор, компьютер, флип-чарт, столы, стулья.

Не существует чёткого плана, как проводить мастер-класс для детей, но есть несколько советов, которые помогут в разработке:

- вступительное слово и самопредставление поможет настроить ребят на нужный лад, и создать комфортную атмосферу;
- старайтесь говорить не громко и не тихо, но внятно и с разными интонациями;
- чередуйте деятельность, мастер-класс не может состоять только из теоретического материала или только из практических упражнений, должен быть баланс;
- обращайтесь внимание на трудные моменты, не бойтесь спрашивать: «Все ли понятно?»;
- завершите занятие рефлексией, это будет полезно и вам и ребятам.

Соблюдение данных рекомендаций, позволит с легкостью провести успешный мастер-класс.

В качестве примера, рассмотрим следующий мастер-класс. Особенно актуальным он будет в период Новогодних праздников. Местом проведения может выступать, например, музей пряника в Туле.

Таблица 1

Название	«История имбирного пряника»
Вид	Прикладной
ЦА	Дошкольники и младшие школьники
Цель и задачи	Цель: познакомится с историей изготовления пряников -Познакомится с историей пряника -Изучить технологию изготовления -Применить на практике полученные знания и сделать пряник своими руками
Тайминг	60 минут
Количество участников	10-30 человек
Ресурсы	Стол, печь противень, ингредиенты, гигиенические средства защиты,

Мастер-классы — это современное направление, которое активно используется в различных сферах — образовании, организации мероприятий и даже туризме. Так, например, в промышленном туризме экскурсия на производство может завершаться интерактивом, где участникам будет предложено самостоятельно изготовить то, что они только что изучали. А в Тюмени на маршруте «Чайный путь – врата Сибири», туристы не только посещают Тюменском индустриальном университет, но также и пробуют себя в роли нефтяников.

Мастер-классы актуальны для любого возраста, а также позволяют посредством активной деятельности, коллективного взаимодействия и практического опыта, достигать необходимого результата. Вся теоретическая информация сразу же подкрепляется навыками, что гарантирует быстрое усвоение.

1. Заруба, А.В. Что такое мастер-класс [Интернет ресурс]. http://www.teacher-of-russia.ru/?page=2009-seminar_lectures_zaruba_av. (Дата обращения 14.05.23)
2. Марюфич Т.В. Методические рекомендации по организации и проведению мастер-класса. [Интернет ресурс] <http://ou3.marian.obr55.ru/files/2023/02/Методические-рекомендации-по-организации-и-проведению-мастер-класса.pdf> (Дата обращения 15.05.23)
3. Пахомова ЕМ. Изучение и обобщение педагогического опыта. // Методист. - 2005. - №2. С.22

Хлопонина А.С.

Применение наглядных средств в условиях инклюзивного образования

*Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (ф)
Российский государственный профессионально-педагогический университет
(Россия, Нижний Тагил)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-105

Научный руководитель: Темникова Е.Ю.

Аннотация

Дети с ограниченными возможностями здоровья — это дети, имеющие различные отклонения физического и психического характера. Такие отклонения не дают им полноценно вести жизнь и нарушают их общее развитие. Наглядность предполагает принцип организации обучения с опорой на восприятие предметов и явлений. Участвовать должны все органы чувств.

Ключевые слова: наглядные средства, нарушение слуха, школьники с ограниченными возможностями здоровья, инклюзивное образование.

Abstract

Children with disabilities are children with various physical and mental disabilities. Such deviations do not allow them to lead a full life and disrupt their overall development. Visibility implies the principle of organizing training based on the perception of objects and phenomena. All senses must participate.

Keywords: visual AIDS, hearing impairment, students with disability, inclusive education.

Дети с ОВЗ – это дети, которые имеют различные отклонения психического или же физического плана. Они обусловлены нарушениями общего развития, которые не позволяют детям вести полноценную жизнь. Из состояния здоровья препятствует освоению образовательных программ вне специальных условий обучения и воспитания.

В настоящее время отношения к детям с ОВЗ уделяют большое внимание. Для их обучения и воспитания создаются определенные условия, которые направлены на их полную интеграцию в обществе. Все это способствовало появлению инклюзивного образования, которое предполагает обучения детей с ограниченными возможностями здоровья совместно со здоровыми детьми.

Одним из главных направлений данного обучения является наглядность. Благодаря наглядности для детей создаются условия, которые способствуют возникновению и усилению познавательных мотивов, развитию интереса, а также формируется положительное отношение к обучению.

Наглядные методы помогают облегчить усвоение материала, формирует сенсорные предпосылки для развития речевых умений и навыков. Все наглядные средства способствуют развитию лексико-грамматического строя речи и выполнены для решения большого количества образовательных и воспитательных задач. Данными задачами выступают: развитие речевой практики; пространственного отношения; зрительного восприятия, внимания, памяти и мышления. Важным выступает познавательная деятельность.

Познавательная деятельность у учащихся с ОВЗ проявляется в недостаточном развитии как внимания, так и пониженной работоспособности. Почти у каждого отстающего в развитии наблюдается недостатки в памяти, как произвольного, так и непроизвольного, а также долговременной и кратковременной. Все это влияет на запоминание как наглядного, так и словесного материала.

Также выделяют общие проблемы детей с ОВЗ:

1. Отсутствие мотивации к познавательной деятельности;
2. Низкий темп выполнения заданий;
3. Необходимость в помощи взрослого;
4. Снижен уровень свойств внимания;
5. Снижен уровень развития речи и мышления;
6. Трудности в понимании инструкций;
7. Инфантилизм;
8. Нарушена координация движений;
9. Завышена или снижена самооценка;
10. Повышена тревожность;
11. Повышен уровень психомышечного напряжения;
12. Снижен уровень развития моторики как мелкой, так и крупной;
13. Повышена утомляемость;
14. Повышена возбудимость.

Таким образом, для решения проблем важно активизировать познавательную деятельность. Активация выступает как совокупность мер, которые предпринимаются с целью повышения эффективной учебной деятельности. Она выступает одной из важных учебных

задач. В процессе обучения необходимо постоянно развивать, укреплять и возбуждать интерес к обучению.

Наглядные методы можно разделить в зависимости от их функций на следующие виды:

- 1) Естественная наглядность (знакомит учащихся с реальными объектами);
- 2) Экспериментальная наглядность (знакомит с явлениями и процессами в ходе наблюдения или же опыта);
- 3) Картинная и картинно-динамическая (знакомит с какими-либо фактами, предметами или явлениями через их отображение)
- 4) Объемная наглядность (знакомит с предметами, где объем играет роль в восприятии);
- 5) Звуковая наглядность (воспроизводит звуковые образы);
- 6) Символическая и графическая наглядность (развивает абстрактное мышление, знакомит с реальным миром)
- 7) Смешанная наглядность (позволяет воссоздать полное отображение действительности).

Для применения наглядных методов необходимо соблюдать ряд условий:

- соответствие возрасту;
- использовать в подходящий момент;
- доступность для каждого ученика;
- выделять главное при демонстрации;
- давать четкие пояснения;
- соответствие материалу;
- привлекать учеников к получению нужной информации.

Все наглядные методы подразделяются на две большие группы:

- метод иллюстраций
- метод демонстраций

Иллюстрации предполагают показ детям плакатов, картин, зарисовок на доске, карт, портретов.

Демонстрация связана с демонстрацией предметов, приборов, опытов. Также к ним относят показ кинофильмов, компьютерных презентаций.

К их использованию выделяют методические условия:

1. Хорошее обозрение (использование определенных красок для подъёмных столиков, экранов подсвечивания, указателей и пр.)
2. Четкое выделение главного, основного
3. Детальное продумывание пояснений
4. Привлечение учеников к нахождению необходимой информации в пособиях или демонстрационном устройстве

Наглядность становится эффективной в том случае, если оно связано с обобщением и абстрагированием существенных признаков отдельного понятия.

Наглядные средства имеют различные функции и возможности. Поэтому важно применять их комплексно. Только комплексность будет способствовать эффективности в решении каждой образовательной и воспитательной задачи занятий.

Использование наглядности на занятиях способствуют эффективному усвоению информации через его визуальное представление и переноса навыков в другие виды деятельности.

Наглядность в инклюзивном образовании часто выступает как источник получения информации, а также иногда как метод усвоения данных об окружающем мире.

Таким образом, необходимо правильно использовать наглядные средства в учебно-воспитательном процессе, которые будут создавать ясные представления об окружающем мире. Стоит отметить, что именно наглядность повышает интерес школьников к заданию, а также делает их доступными к пониманию материала.

1. Выготский Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский — СПб: «Просвещение», 1997. — 340с.
2. Гонеев А. Д. Основы коррекционной педагогики / А. Д. Гонеев, Н.И Лифинцева— М.: АКАДЕМИЯ, 2004. — 302с.
3. Шевырева Т. В., Дорошенко О. В. Психолого-педагогическое сопровождение учащихся с ограниченными возможностями здоровья в образовательном пространстве. — Вестник РОСНОУ, серия: человек в современном мире. — М: РОСНОУ, 2019 — С. 48–50.
4. Шевырева Т. В., Дорошенко О. В. Формирование коммуникативно-речевых способностей у детей с ОВЗ. — М: РОСНОУ, 2021 — С. 37-40
5. Шкурат, Я. И. Использование наглядных средств в обучении школьников с ограниченными возможностями здоровья / Я. И. Шкурат, Т. В. Шевырёва. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2020. — № 52 (342). — С. 451-454.

Хомякова М.М.

Влияние стиля семейного воспитания на личностную тревожность подростков

*Российский государственный профессионально-педагогический университет
(Россия, Нижний Тагил)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-106

Аннотация

Семья оказывает огромное влияние на развитие личности ребенка, в ней закладываются основы понимания ребенком мира, формируются взгляды и отношение к окружающим. Семья является главным институтом воспитания, дает определенные образцы поведения, которым подражают дети. Характер эмоционального отношения к ребенку не всегда оказывает положительное влияние на формирующуюся личность, что может приводить к тревожности детей на постоянной основе. В данной статье рассмотрено влияние стиля семейного воспитания на личностную тревожность подростка.

Ключевые слова: подросток, семья, стиль семейного воспитания, личностная тревожность.

Abstract

The family has a huge influence on the development of the child's personality, it lays the foundations for the child's understanding of the world, and shapes his views and attitudes towards others. The family is the main institution of education and provides certain models of behavior that children imitate. The nature of the emotional attitude towards a child does not always have a positive impact on the developing personality, which can lead to anxiety in children on an ongoing basis. This article examines the influence of family education style on a teenager's personal anxiety.

Keywords: teenager, family, family parenting style, personal anxiety.

Семья является первым и основным окружением каждого ребенка, в ней формируется его личность, основные черты характера, привычки. От психологической обстановки в семье зависит эмоциональное, а также физическое здоровье и состояние детей. Степень поддержки и коммуникации от родителей участвуют в формировании навыков управления эмоциями и способности справляться со стрессом, что может влиять на уровень тревожности ребенка. Тревожность вызывает отрицательное действие на многие сферы жизни подростка, а также негативно влияет на его деятельность, отношения с людьми и общее развитие. Одной из задач семьи является создание условий для благополучного психологического климата ребенка, поэтому возникновение тревожности у подростка является следствием

невыполнения родителями данной задачи, что в современном обществе достаточно распространено.

Проблема влияния семьи на развитие личности ребенка на протяжении многих лет изучалась исследователями в области психологии (А. И. Захаров, А. Е. Личко, Г. Фигдор). Методическая и психолого-педагогическая литература представляет исследователей, которые изучали связь между семьей и тревожностью у детей. Одной из них является Мэри Эйнсворт [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**], разработавшая теорию привязанности, на проводила исследование, с помощью которого изучила влияние родителей на формирование привязанности и тревожности у младенцев.

Согласно Большому психологическому словарю, «тревожность- индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также в низком пороге его возникновения» [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**]. Есть и другие определения данного явления, например советский ученый-психолог А. М. Прихожан определяла тревожность как «переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности» [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**]. американский психолог и психиатр Г. С. Салливан был одним из первых, кто ввел в научный обиход понятие «тревожность», под ней он подразумевал напряжение, которое препятствует действиям, направляемым на удовлетворение потребностей.

По мнению Ч. Спилбергера (американского психолога, специалиста по проблемам клинической психологии), существует два вида тревожности: личностная и ситуативная (реактивная). Под личностной тревожностью имеется ввиду устойчивая индивидуальная характеристика, которая отражает предрасположенность субъекта к тревоге и предполагает наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий круг ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной реакцией. Как предрасположенность, личная тревожность активизируется при восприятии определенных стимулов, расцениваемых человеком как опасные для самооценки, самоуважения. Ситуативная тревожность как состояние характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичности во времени.

В Национальной психологической энциклопедии есть определение понятию «стиль семейного воспитания» – «система или совокупность эмоционального отношения родителей к ребенку, восприятия ребенка родителями и способов поведения с ним» [**Ошибка! сточник ссылки не найден.**].

Существует классификация основных стилей семейного воспитания Дианы Баумринд, исходя из своих исследований, она выделила три паттерна поведения родителей, которые представляют собой следующую комбинацию элементов: зрелость требований, контроль, коммуникативность и образовательный эффект. При сочетаниях упомянутых элементов образуются либеральный, авторитетный и авторитарный стили родительского воспитания.

Э. Маккоби и Дж. Мартин развили категориальную систему Дианы Баумринд, выделили два основных измерения: уровень контроля или требований и общий параметр принятия — отвержения. Пересечение этих двух измерений образовало еще один дополнительный стиль к прежним трем, добавив пренебрегающий (индифферентный) стиль.

Авторитетный стиль характеризуется тёплым эмоциональным принятием ребёнка и высоким уровнем контроля с признанием и поощрением развития автономии детей. Авторитетные родители реализуют демократический стиль общения, готовы к изменению системы требований и правил с учётом растущей компетентности детей.

Авторитарный стиль отличается отвержением или низким уровнем эмоционального принятия ребенка и высоким уровнем контроля. В такой семье права и интересы ребенка часто игнорируются, а несоблюдение правил наказывается строго.

Индифферентный стиль семейного воспитания характеризуется отсутствием внимания и поддержки со стороны родителей. Родители, применяющие этот стиль, не вовлечены в жизнь ребенка, не проявляют интереса к его потребностям и развитию. В такой семье отсутствуют правила, а ребенок часто предоставлен самому себе и имеет ограниченную поддержку.

Либеральный стиль семейного воспитания характеризуется отсутствием четких правил и контроля со стороны родителей. В такой семье родители дают ребенку возможность принимать решения без многочисленных ограничений или руководства.

Подростковый возраст имеет свои особенности, среди которых выделяют: повышенную чувствительность к оценкам окружающих-боязнь отказа, отвержения и неприятия со стороны сверстников могут вызвать тревогу, резкие физиологические изменения, поиск собственной идентичности, формирование «Я-концепции», эмоциональная нестабильность и др. Связь между особенностями подросткового возраста и тревожностью часто зависит от взаимодействия с родителями. Наличие конфликтов, недостаток поддержки и любви по отношению к собственному ребенку может негативно сказываться на психологическом благополучии подростка.

Цель исследования состоит в выявлении и теоретическом обосновании взаимосвязи стиля семейного воспитания и личностной тревожности подростков, что предполагает решение следующих задач: изучение понятий «личностная тревожность» и «стиль семейного воспитания» на основе методической и психолого-педагогической литературы; ознакомление с классификацией стилей семейного воспитания; рассмотрение видов тревожности; изучение психологических особенностей подростков; выбор диагностических методик, предназначенных для выявления уровня тревожности у подростков и определения стиля семейного воспитания; организация и проведение эмпирического исследования уровня тревожности подростков, стилей семейного воспитания; обработка и интерпретация результатов исследования; формулировка выводов на основе результатов исследования.

Гипотеза исследования состоит в том, что подростки, воспитывающиеся в семьях с авторитарным стилем воспитания, имеют более высокий уровень личностной тревожности.

Для проверки данной гипотезы было проведено исследование с использованием эмпирических методов. В исследовании участвовали 20 подростков от 15 до 18 лет, каждому из которых предлагалось пройти два опроса в формате онлайн для того, чтобы диагностировать у испытуемых уровень ситуативной и личностной тревожности, а также выявить стиль семейного воспитания с помощью выбранных методик.

Методика Ч.Д. Спилбергера на выявление личностной и ситуативной тревожности (адаптирована на русский язык Ю.Л.Ханиным). Цель методики- дифференцированное измерение тревожности как состояния (ситуационная тревожность - СТ) и как личностного свойства (личностная тревожность - ЛТ). Шкалу самооценки Ч. Д. Спилбергера и Ю. Л. Ханина используют в целях саморегуляции, руководства и психокоррекционной работы.

Результаты исследования по методике Ч.Д. Спилбергера на выявление личностной и ситуативной тревожности (в адаптации Ю.Л.Ханина) представлены на Рисунке 1.

Результаты исследования по методике Ч.Д. Спилбергера на выявление личностной и ситуативной тревожности (в адаптации Ю.Л.Ханина) показали, что по шкале ситуативной тревожности 7 человек (35%) имеют низкий уровень, 8 человек (40%) имеют умеренный уровень, 5 человек (25%) имеют высокий уровень. По шкале личностной тревожности 1 человек (5%) имеет низкий уровень, 11 человек (55%) имеют умеренный уровень, 8 человек (40%) имеют высокий уровень.

На основе полученных результатов можно сделать вывод о том, что в двух шкалах преобладает умеренный уровень тревожности: подростки с таким показателем мобилизуют свои силы, действуют более эффективно. Люди с умеренным уровнем тревожности могут испытывать некоторое беспокойство перед событиями, но это не мешает им функционировать в повседневной жизни. Высокий уровень тревожности более выражен в

шкале «Личностная тревожность» — это свидетельствует о том, что 40% имеют высокую чувствительность к стрессовым жизненным ситуациям и беспокойству, часто переживают. У подростков с высоким уровнем личностной тревожности могут возникать трудности в выполнении повседневных задач.

Сравнивая большое количество методик, с помощью которых можно выявить стиль семейного воспитания, была выбрана методика «Детско-родительские отношения в подростковом возрасте»-родитель глазами подростка, которая выстраивает наиболее полную картину детско-родительских отношений.

Результаты исследования по методике «Детско-родительские отношения в подростковом возрасте»-родитель глазами подростка представлены на Рисунке 2.

Полученные результаты по методике «Детско-родительские отношения в подростковом возрасте»-родитель глазами подростка показывают, что крайние низкие средние значения в поведении матери выявлены по шкалам: «Эмпатия», средний балл по данной шкале - 20, а возрастная норма находится в пределах 21-25 баллов; «Сотрудничество», средний балл – 21, возрастная норма по данной шкале находится в пределах 22-27 баллов. По всем остальным шкалам средние значения в пределах возрастной нормы. В поведении отца выявлено крайне высокое среднее значение по шкале «Удовлетворенность отношениями», средний балл – 25, возрастная норма находится в пределах 19-23 баллов. По всем остальным шкалам средние значения находятся в пределах возрастной нормы.

На основе полученных баллов по каждой шкале и возрастными нормами выявлен преобладающий стиль семейного воспитания у каждого респондента: либеральный стиль семейного воспитания выявлен в семьях у 4 подростков (20%), что характеризует высокий уровень эмоционального принятия и низкий контроль; индифферентный стиль семейного воспитания в семьях у 4 (20%) подростков-дети, воспитывающиеся в семьях с таким стилем воспитания чувствуют эмоциональную холодность родителей, полное отсутствие эмпатии и контроля; авторитетный стиль семейного воспитания преобладает в семьях у 6 подростков (30%)-здесь поощряется автономность детей, высокий уровень принятия и эмпатии; авторитарный стиль семейного воспитания в семьях у 6 подростков (30%), что свидетельствует о высоком уровне контроля, отвержении и низком уровне принятия со стороны родителей.

Общие результаты исследования по методике Ч.Д. Спилбергера на выявление личностной и ситуативной тревожности (в адаптации Ю.Л.Ханина) и стиля семейного воспитания по методике «Детско-родительские отношения в подростковом возрасте»-родитель глазами подростка представлены в Таблице 1

Таблица 1

Распределение уровня личностной тревожности по методике Ч.Д. Спилбергера на выявление личностной и ситуативной тревожности (в адаптации Ю.Л.Ханина) и стиля семейного воспитания по методике «Детско-родительские отношения в подростковом возрасте»-родитель глазами подростка.

		Стиль семейного воспитания			
		либеральный	авторитетный	авторитарный	индифферентный
Уровень личностной тревожности	высокий	0%	5%	25%	10%
	умеренный	15%	25%	5%	10%
	низкий	5%	0%	0%	0%

Общий результат исследования по двум методикам показывает, что подростки, воспитывающиеся в семьях с авторитарным стилем воспитания имеют наиболее высокий

показатель уровня личностной тревожности. Подростки, воспитывающиеся в семьях с преобладающим авторитетным стилем воспитания имеют умеренный уровень личностной тревожности, в семьях с либеральным, авторитарным и индифферентным стилем воспитания, умеренный уровень личностной тревожности не преобладает. Низкий уровень личностной тревожности проявляется только у подростков, воспитывающихся в семьях с либеральным стилем воспитания.

Полученные результаты исследования свидетельствуют о том, что связь между авторитарным стилем семейного воспитания и высоким уровнем личностной тревожности у испытуемых данной выборки действительно есть, а именно: подростки, воспитывающиеся в семьях с авторитарным стилем воспитания, имеют более высокий уровень личностной тревожности, а значит гипотеза подтвердилась.

1. А. М. Прихожан. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / Москва : Издательство Московского психолого-социального института ; Воронеж : Издательство НПО 'МОДЭК', 2000. – 304 с;
2. А. Н. Кононов, А. С. Комиссарова. Особенности поведения тревожных подростков. // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. 2019;(1):6-16.;
3. Астапов В. М. Тревожность у детей. Москва: Per Se, 2008. С.160;
4. Большой психологический словарь / сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК. – 2003. – 672 с. – (Проект «Психологическая энциклопедия»).
5. Лапшина Елена Александровна, Дуда Ирина Викторовна. Характеристика стилей семейного воспитания//Universum: психология и образование. 2017-№9(39);
6. Лобанова А. В., Музыченко Л. С. Изучение факторов, обеспечивающих психологическую безопасность личности подростков.// Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. 2012-№4;
7. Национальная психологическая энциклопедия [Электронный ресурс] // Сидоров С. В. Сайт педагога-исследователя – URL: <http://si-sv.com/dir/3-1-0-144> (дата обращения: 30.09.2023).
8. Прихожан А.М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. 1998. Том 3. № 2.;
9. Разумова А.В. Стили семейного воспитания и восприятие родителями своих детей//Вестник Московского Университета - 2010-№1- с.88-93.;
10. Семья в психологической консультации / Под ред. А. И. Бодалева, В. В. Столина. М., 1989.;
11. Солянин Никита Эдуардович, Лебедева Елена Петровна. Психологические причины тревожности в подростковом возрасте//Ярославский педагогический вестник. 2016-№5;
12. Т. Л. Кузьмишина, Е. С. Чирикина, А. А. Пермякова, А. Е. Хохлова. Стили семейного воспитания: отечественная и зарубежная классификация // Современная зарубежная психология. 2014. Том 3. № 1. С. 16–25.;
13. Эйнсворт, М. Привязанности за порогом младенчества / Детство идеальное и настоящее / под ред. Е. Р. Слободской. - Новосибирск, 1994. -136 с.
14. Ю. В. Сорокопуд, О. А. Матвеева. Влияние семейного воспитания на подростковую тревожность// Мир науки, культуры, образования. 2021-№2(87)

Черешенко Т.Д.

Проблемы готовности педагогов к работе в условиях инклюзивного образования

*Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (ф)
Российский государственный профессионально-педагогический университет
(Россия, Нижний Тагил)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-107

Научный руководитель: Темникова Е.Ю.

Аннотация

В статье рассматривает проблему готовности педагогов к работе в условиях инклюзивного образования. Авторы анализируют основные проблемы, с которыми сталкиваются педагоги в процессе реализации инклюзивного образования, включая недостаточную подготовку к работе с детьми с особыми образовательными потребностями,

отсутствие необходимой методической базы и ограниченные ресурсы. Также в статье обсуждаются возможные пути повышения готовности педагогов, такие как профессиональная подготовка, повышение информационной грамотности и сотрудничество с коллегами и специалистами. Работа посвящена актуальной проблеме и может быть полезна для специалистов в области образования, а также для родителей детей с особыми образовательными потребностями.

Ключевые слова: инклюзия, проблемы педагогов в инклюзивном образовании, дети с особыми образовательными потребностями.

Abstract

The article examines the problem of teachers' readiness to work in an inclusive education environment. The authors analyze the main problems faced by teachers in the process of implementing inclusive education, including insufficient preparation for working with children with special educational needs, lack of necessary methodological base and limited resources. The article also discusses possible ways to improve the readiness of teachers, such as vocational training, improving information literacy and cooperation with colleagues and specialists. The work is devoted to an urgent problem and can be useful for specialists in the field of education, as well as for parents of children with special educational needs.

Keywords: inclusion, problems of teachers in inclusive education, children with special educational needs.

Проблема готовности педагогов к работе в условиях инклюзивного образования является актуальной и важной для современной образовательной системы.

Инклюзивное образование требует от учителей особых навыков, знаний и подходов, чтобы успешно обучать детей с различными образовательными потребностями. Учителя должны уметь адаптировать программу и содержание уроков, учитывая потребности каждого ученика и применяя разнообразные методы обучения. Однако, многие педагоги не имеют достаточной подготовки для работы в таких условиях.

В этой статье мы рассмотрим основные проблемы, с которыми сталкиваются педагоги в контексте инклюзивного образования.

Одной из основных проблем является отсутствие или недостаточная профессиональная подготовка учителей по инклюзивному образованию. Многие педагогические учебные заведения не предоставляют достаточного количества информации и практического опыта, необходимого для работы с детьми с особыми образовательными потребностями. Учителя должны уметь разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные планы для детей с ограниченными возможностями здоровья, учитывая их уникальные потребности и способности [3,179].

В результате учителя могут плохо понимать специфику работы с различными учащимися и сталкиваться с трудностями в организации обучения, так же отсутствие ресурсов и поддержки.

Второй важной проблемой является недостаток ресурсов и поддержки для педагогов, работающих в условиях инклюзивного образования.

Отсутствие специальных методических пособий, оборудования, ассистентов учителя и дополнительных специалистов (логопед, социальный педагог, тьютор), и других ресурсов. Все данные мелкие трудности могут затруднить эффективную работу с детьми с особыми образовательными потребностями. И привести к недостаточности адаптации детей с особыми образовательными потребностями в учебном классе, а так же в процессе обучения.

В контексте инклюзивного образования необходимо адаптировать учебный процесс под индивидуальные потребности каждого ученика и предоставить ему все условия для успешного обучения в общеобразовательном классе.

В-третьих, многие педагоги сталкиваются с трудностями в организации дифференцированного обучения, адаптации учебных материалов и методов обучения, и

составлений программ АООП для ребенка с особыми образовательными потребностями, чтобы соответствовать потребностям детей с различными уровнями способностей.

Важным фактором, влияющим на готовность педагогов к работе в условиях инклюзивного образования, является поддержка со стороны администрации и коллег. Для обсуждения, как производить процесс обучения и включить ребенка с особыми образовательными потребностями в общеобразовательный процесс.

Нередко учителя не получают необходимой поддержки и понимания от своих руководителей и коллег, что создает дополнительные трудности в реализации инклюзивного подхода.

В-четвертых, может возникнуть проблема с родителями, если они не понимают, как лучше всего поддержать ребенка с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательной организации, и конфликты с другими родителями, которые могут считать, что ребенок с ограниченными возможностями здоровья отвлекает от обучения и создает неудобства.

Для решения этой проблемы, необходимо провести беседу с родителями и объяснить им, как они могут поддержать ребенка с ограниченными возможностями здоровья и какие адаптации обучающего процесса могут помочь ребенку значительно лучше усвоить учебный материал.

Это может быть общение с учителями: родители могут установить контакт с учителями и администрацией школы, чтобы обсудить потребности своего ребенка и создать индивидуальный план поддержки.

Разработка индивидуального образовательного плана: родители могут работать вместе с учителями и специалистами по образованию, чтобы разработать ИОП, который учитывает потребности и способности ребенка, и определяет индивидуальные методы обучения.

Родители могут поощрять и помогать ребенку с выполнением домашних заданий, обеспечивая поддержку и стимулируя учебные достижения, так же помогать ребенку развивать социальные навыки, поощряя его участие во внеклассных мероприятиях и общении с другими учениками.

Родители могут участвовать в совещаниях родительского комитета, образовательных мероприятиях и общественных мероприятиях школы, чтобы быть в курсе образовательной среды ребенка.

Также можно провести информационные встречи для родителей, где специалисты организации расскажут об ОВЗ, способах поддержки детей с такими возможностями и обучающих методиках для детей с ограниченными возможностями здоровья.

Для преодоления конфликтов между родителями норма типичного ребенка и родителей ребенка с ограниченными возможностями здоровья может помочь объяснения родителям, что ребенок с ограниченными возможностями здоровья может учиться в общеобразовательном классе, и важно выделить следующие аспекты:

1. Объясните родителям концепцию инклюзивного образования, которое стремится обеспечить равные возможности для обучения всем детям, включая тех, у кого есть ограниченные возможности здоровья.
2. Поясните, что существует возможность адаптации учебного процесса для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, чтобы они могут получить необходимую помощь и поддержку в учебе.
3. Приведите примеры успешных инклюзивных образовательных программ и учебных заведений, где обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья достигали хороших результатов и вносили положительный вклад в учебный процесс.
4. Взаимная выгода: объясните, что наличие детей с различными потребностями в учебном классе может принести выгоду всем ученикам, так как это помогает развивать толерантность, сочувствие и уважение к различиям.

5. Сообщите о наличии профессиональных специалистов (логопед, тьютор, социальный педагог), которые могут помочь в адаптации учебной программы и оказании необходимой поддержки ребенку с ограниченными возможностями здоровья.

Обратите внимание на то, что важно обсудить с родителями, что их ребенок будет находиться в безопасной и поддерживающей обстановке, а также что их опасения и вопросы будут внимательно выслушаны и учтены.

Для решения проблемы готовности педагогов к работе в условиях инклюзивного образования необходимо предпринять следующие шаги:

- Внедрение специальных программ и курсов профессиональной переподготовки для учителей, охватывающих аспекты работы в условиях инклюзивного образования.
- Обеспечение доступности ресурсов и материалов для работы с детьми с особыми образовательными потребностями.
- Повышение осведомленности и понимания учителями принципов и методов инклюзивного образования через обучающие семинары, мастер-классы, тренинги и профессиональное общение.
- Поддержка и поощрение сотрудничества между учителями, обмена опытом и лучших практик.
- Создание стимулов для учителей, работающих в инклюзивной среде, таких как бонусы, награды и другие формы мотивации.

Решение проблемы готовности педагогов к работе в условиях инклюзивного образования требует комплексного подхода, включающего изменения в системе профессиональной подготовки, обеспечение необходимых ресурсов и поддержки, а также изменение менталитета и атмосферы в образовательных учреждениях. Только при таком подходе можно обеспечить эффективную работу педагогов и достижение целей инклюзивного образования.

1. Абрамчук Е. В., Инклюзивное образование: реалии и перспективы // Вопросы образования. 2019. № 4. С. 124-136.
2. Горячева М. И., Подготовка педагогов к инклюзивному образованию: проблемы и перспективы // Инклюзивное образование. 2019. № 2. С. 56-68.
3. Козырева О. А., Проблемы инклюзивного образования : учебное пособие для вузов / Москва : Издательство Юрайт, 2023. —Текст : электронный //Образовательная платформа Юрайт [сайт].— URL: <https://urait.ru/bcode/520105> (дата обращения: 03.02.2023).

Чимаров С.Ю.

Сущностные аспекты архетипа «самость»: в контексте формирования основ психологии деятельности руководителя служебного коллектива системы ОВД России

*Санкт-Петербургский университет МВД России
(Россия, Санкт-Петербург)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-108

Аннотация

В статье представлен анализ общей характеристики архетипа «самость», представленной швейцарским психологом К.Г. Юнгом и имеющей важное значение для оценки личностных качеств человека и многих аспектов его поведения. По мнению автора, постижение руководителем служебного коллектива феномена самости позволит отмеченному должностному лицу: во-первых, повысить уровень своей общей эрудиции и обеспечить понимание им глубинных причин ряда шаблонов служебной деятельности подчиненного

личного состава; во-вторых, предопределяет более предметное определение некоторых направлений его работы, с учетом осознания им психологии личности.

Ключевые слова: психология, психика, личность, архетип, самость, поведение, самообучение, самообразование, руководитель.

Abstract

The article presents an analysis of the general characteristics of the «self»archetype, presented by the Swiss psychologist K.G. Jung and is important for assessing a person's personal qualities and many aspects of his behavior. According to the author, comprehension by the head of a service team of the phenomenon of selfhood will allow the noted official: firstly, to increase the level of his general erudition and ensure his understanding of the underlying causes of a number of patterns of service activity of subordinate personnel; secondly, it will predetermine a more substantive definition of some areas of his work, taking into account his awareness of personality psychology.

Keywords: psychology, psyche, personality, archetype, self, behavior, self-study, self-education, leader.

Профессионализм руководителя служебного коллектива (далее – руководитель) в системе органов внутренних дел (далее – ОВД), основанный на качественной базовой подготовке начальствующего лица по программам обучения в образовательных организациях МВД России и его личном служебном опыте, предполагает системную и целенаправленную работу отмеченного должностного лица по повышению уровня своей эрудиции и получению дополнительных знаний. В данном случае и, в первую очередь, речь идет о знаниях, позволяющих руководителю более эффективно работать с личным составом. В обширном кругу приемлемых и необходимых знаний для действенной работы с личным составом, руководителю необходимо посредством самообучения и самообразования «добывать» научные сведения в области основ психологии и изучать некоторые выводы признанных авторитетов в области психологии, ориентированные на более основательное изучение личности человека и шаблоны его поведения.

Апеллируя к некоторым суждениям титанов научной мысли, представляется необходимым акцентировать внимание на некоторых суждениях швейцарского психоаналитика и одного из основателей аналитической психологии К.Г. Юнга, исследовавшего архетипы личности.

Согласно утверждению Августина Блаженного, понятие «архетип» впервые было введено древними греками, отождествляющими его с понятием «первый пример» [1]. Необходимо заметить, что под словом «архетип» (от др.-греч. «ἀρχέτυπον» – «оригинал, подлинник, образец») К.Г. Юнг понимал структурный элемент коллективного бессознательного. В классическом юнговском понимании кульминацией нескольких архетипов, олицетворяющих предрасположенность реакции человека на окружающий мир, выступает архетип «самость», являющийся по аналогии с «Эго» («Я») центром сознания.

В соответствии с констатацией специальной литературы, смысл самости как архетипа целостности сводится к «наиполнейшему» человеческому потенциалу и единству личности как целого. «В психологическом плане самость выступает в качестве важного и наиболее центрального архетипа» [6, с. 585], – заключает К.Г. Юнг. Регулируя центр психического, самость сводится к объединяющему принципу в области человеческой психики, занимая при этом ключевое положение в управлении психической жизнью индивида и, в силу указанного, является высшей властью в его судьбе [2]. Именно по указанной причине, К.Г. Юнг ориентирует личность на то, чтобы «уйти в пустыню самости для борьбы со своими искушениями» [7, с. 114].

В концентрированном виде сущностные грани архетипа самости представлены К.Г. Юнгом следующим образом:

1. Самость – это понятие потенциально эмпирическое и постулятивное;

2. Самость включает в себя качества пережитого или «переживабельного» и еще не пережитого или «непереживабельного»;
3. Самость как психическая целостность, встречаясь с явлениями сознательного и бессознательного, также имеет сознательный и бессознательный аспекты;
4. В эмпирическом смысле, самость: во-первых, проявляется в виде сновидений и мифов (сказаний), персонажи которых наделены качествами «суперординарной личности» (герой, пророк, спаситель и т. д.); во-вторых, представлена как единство противоположностей и игра света и тени;
5. Самость не претендует на философскую идею и в интеллектуальном плане олицетворяет собой лишь рабочую гипотезу. Вместе с тем, эмпирические символы самости наделены явно выраженной нуминозностью (от лат. «numen» – «воля богов») суть априорной эмоциональной ценностью;
6. Самость может быть возведена в разряд архетипической идеи именно по причине глубины своего содержания и несомненной нуминозности [5, с. 299 – 300]. При этом, детализируя сущность «нуминоза», К.Г. Юнг сводит данное понятие к обозначению нечто невыразимого и переживаемого непосредственно как мистериального [4, с. 64].

Наряду с отмеченным, швейцарский ученый-психолог уточняет дополнительный перечень признаков самости как архетипа, в их числе:

1. Самость – это архетип порядка и суммативность личности;
2. Самость – это:
 - а. сочетание сознательного и бессознательного психического бытия;
 - б. в конечном итоге, есть наша личность, которой мы в действительности являемся;
3. Самость является нашей жизненной целью, «так как она есть завершённое выражение этой роковой комбинации, которую мы называем индивидуальностью» [4, с. 64].

Представленный анализ архетипа «самость» свидетельствует о целесообразности «активизации процесса включения в программу морально-психологической подготовки руководящего состава системы органов внутренних дел специальных учебных тем, дидактическое целеполагание которых заключается в привитии данной категории сотрудников осознанного отношения к процессу саморазвития своей личности и интенсификации проработки отдельных вопросов, сопряженных с решением актуальной проблемы самообразования руководителей» [3, с. 85].

Изложенное позволяет сформулировать некоторые выводы.

Во-первых, в кругу выявленных архетипов личности (по К.Г. Юнгу) архетип «самость» занимает центральное место и несомненно способствует идентификации личности конкретного человека из обширного числа других людей.

Во-вторых, концентрируя вокруг своего начала различные элементы психики человека, самость органически соединяет в архитектуре своего «тела» компоненты бессознательного и сознательного.

В-третьих, самость не является тождественным понятию «Эго» («Я»): если «Эго» («Я») суть центр сознания, то самость, выступая также в качестве центра сознания, самость является матрицей одного из способов бытия личности и может быть представлена в качестве единства бессознательного и сознательного. Осуществляя наблюдение за «Эго» («Я»), самость обеспечивает противостояние ему и даже на определенных стадиях психологического развития личности включает «Эго» («Я») в себя.

В-четвертых, самость является важнейшим условием достижения человеком контакта с самим собой.

В-пятых, осознавая природу самости личности каждого своего подчиненного и понимая наличие глубинной связи между бессознательным и сознательным в поведении личности, руководитель служебного коллектива системы МВД России, сможет более эффективно

проводить индивидуально-воспитательную работу с людьми, поддерживая при этом необходимый уровень психологического комфорта в своем подразделении.

1. Августин Аврелий Бл. О граде Божьем. – Книга 15. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://azbyka.ru/otechnik/Avrelij_Avgustin/o-grade-bozhem/15
2. Зеленский В.В. Словарь аналитической психологии // Официальный сайт «Высшая школа психология». – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vshp.pro/wp-content/uploads/2020/03/Zelenskij-V.-Slovar-analiticheskoy-psihologii.pdf#page90>
3. Чимаров С.Ю., Алексеев А.А. Моральный аспект «Рассуждения о методе» Р. Декарта в контексте формирования широты эрудиции руководителя служебного коллектива органов внутренних дел // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2022. – № 1-3(64). – С. 84-86.
4. Юнг К.Г. Аналитическая психология: теория и практика. Тавистокские лекции. – М. Издательство «ИОИ», 2020. – 268 с.
5. Юнг К.Г. Психологические типы. – СПб.: Азбука, 2001. – 736 с.
6. Юнг К.Г. Символы трансформации. – М.: АСТ: АСТ МОСКВА, 2008. – 731 с.
7. Юнг К.Г. Черные книги. 1913-1932. Записные книжки о трансформации. Часть I. – М.: Когито-Центр, 2021. – 362 с.

Юрьева А.С.

Влияние просмотра мультфильма «Могила светлячков» на психоэмоциональное состояние студентов психологов

*Кузбасский гуманитарно-педагогический институт
(Россия, Новокузнецк)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-109

Научный руководитель: Дворцова Е.В.

Аннотация

В данной научно-исследовательской работе изучается влияние просмотра мультфильма «Могила светлячков» на психоэмоциональное состояние студентов психологов. В статье анализируются результаты эксперимента, в ходе которого студенты психологи просматривали мультфильм, отвечали на специально подобранные психологические диагностические методики, оценивающие их психоэмоциональное состояние. В данной статье были взяты такие психоэмоциональные состояния как настроение и тревожность.

Ключевые слова: тревожность, студенты, настроение, студенты психологи, Могила светлячков, мультфильм.

Abstract

This research paper examines the impact of watching the cartoon "Grave of the Fireflies" on the psycho-emotional state of psychology students. The article analyzes the results of an experiment in which psychology students viewed a cartoon, responded to specially selected psychological diagnostic techniques that assess their psycho-emotional state. In this article, such psycho-emotional states as mood and anxiety were taken.

Keywords: anxiety, students, mood, psychology students, Grave of the Fireflies, cartoon.

В наше время актуальность психоэмоционального состояния студентов психологов становится все более очевидной. Они, будучи на пути своего профессионального становления, сталкиваются с разнообразными вызовами и стрессорами, которые оказывают существенное влияние на их психоэмоциональное состояние.

Активная учебная нагрузка, сложные экзамены и требования преподавателей создают стрессовую обстановку, которая сказывается на психологическом состоянии студентов. Они должны постоянно доказывать свои знания и умения, а также соответствовать высоким

стандартам профессиональной этики. В результате возникает давление, вызывающее чувство неуверенности и недостаточности, все это ведет к накоплению тревоги и напряженности.

Учитывая специфику профессии психолога, студенты этой специальности несут на себе огромную ответственность. Они должны быть готовыми помогать другим людям в самых сложных жизненных ситуациях, нередко сталкиваясь с тревогой, депрессией, насилием и другими высокоэмоциональными состояниями клиентов. Взаимодействие с такими трудностями может оказать значительное воздействие на психологическую устойчивость и эмоциональное состояние студентов.

Однако, несмотря на все эти вызовы, психоэмоциональное состояние студентов психологов играет критическую роль в их профессиональном развитии. Хорошая психологическая подготовка и эмоциональная регуляция позволяют им лучше понимать собственные эмоции и реакции, что является основой для эффективной психотерапевтической работы. Своевременное выявление своего отрицательного психоэмоционального состояния позволяет студентам психологов предотвращать тревожность, которая является частой проблемой при обучении. Бережное отношение к себе и умение управлять своими эмоциональными реакциями помогает им сохранять стабильность и эффективность в профессиональной деятельности на протяжении всей карьеры.

Таким образом, учитывая актуальность данной проблемы, тема нашего исследования «Влияние просмотра мультфильма «Могила светлячков» на психоэмоциональное состояние студентов психологов».

Методики:

1. Шкала тревоги (Автор: Ч. Спилбергер; Адаптация: Ю. Л. Ханин);
2. Шкала проявлений тревоги (Автор: Д. Тейлор; Адаптация: В. Г. Норакидзе);
3. Самочувствие, активность, настроение (Авторы: В. А. Доскин, Н. А. Лаврентьева, В. Б. Шарай, М. П. Мирошников).

Выборка: 20 студентов психологов специальности «Психология служебной деятельности», из них 9 студентов в экспериментальной группе и 11 в контрольной, обучающихся в КГПИ КемГУ.

Рассматривая психоэмоциональное состояние, то Р.С. Немов считал, что психоэмоциональное состояние – особая форма психических состояний индивида с преобладанием эмоционального реагирования по типу доминанты [3].

А. Г. Маклаков же писал, что психоэмоциональное состояние называется таким состоянием, которое охватывает множество психологических и эмоциональных реакций. Человек способен переживать и отрицательные, и положительные эмоции, а значит состояние может иметь и отрицательный, и положительный аспект [1].

В. А. Доскин, Н. А. Лаврентьева, В. Б. Шарай и М. П. Мирошников считали, что три основные составляющие функционального психоэмоционального состояния – это самочувствие, активность и настроение, которые могут быть охарактеризованы, как полярными оценками, между которыми существует континуальная последовательность промежуточных значений.

Ч. Д. Спилбергер и Ю. Л. Ханин считают, что понятие «тревожность» применяется для обозначения сравнительно стабильных индивидуальных отличий в желании индивида прочувствовать это чувство. Отличие проявляется непосредственно в поведении, но уровень можно установить исходя из того, насколько многократно человеку свойственно чувство тревоги [2].

Личность с проявляющийся тревожностью больше склонен чувствовать окружающий мир, который содержит опасность или угрозу, чем индивид, который имеет низкий уровень тревожности [4, 5].

Для выявления влияния просмотра мультфильма «Могила светлячков» на психоэмоциональное состояние студентов психологов была проведена математико-статистическая обработка (оценка достоверности отличий по критерию Стьюдента): осуществлено сравнение средних значений изменений (дельта-значений), произошедших в

контрольной и экспериментальной группах по продиагностированным показателям тревожности и показателю настроения. Результаты расчета оценки достоверности можно показаны в таблице 1.

Таблица 1

Результаты расчета оценки достоверности отличий по t-критерию Стьюдента между показателями средних изменений (дельта-значений) тревожности и настроения в контрольной и экспериментальной группах.

Экспериментальная группа													
	СТ*	ЛТ*	Т**	Н***	Э К С П Е Р И М Е Н Т	СТ	ЛТ	Т	Н	ΔСТ	ΔЛТ	ΔТ	ΔН
	посл	после	посл	после		посл	после	посл	после				
Ср. арифм	41,4 4	48,1 1	26,4 4	4,50			49,78	47,22	25,0 0	3,76	8,33	-0,89	- 1,44
Ср. Кв. отклон	10,3 8	9,12	11,2 9	1,09		9,13	9,05	11,1 8	1,16	16,38	2,57	3,64	1,29
Контрольная группа													
	СТ	ЛТ	Т	Н		СТ	ЛТ	Т	Н	ΔСТ	ΔЛТ	ΔТ	ΔН
	посл	после	посл	после		посл	после	посл	после				
Ср. арифм	27,3 0	36,3 6	28,7 3	4,78			32,27	37,27	29,0 0	5,15	3,50	0,91	0,27
Ср. Кв. отклон	5,76	11,3 2	6,51	1,34		8,39	9,76	5,35	1,44	8,80	4,37	2,72	1,63
t – критерий Стьюдента										0,79	1,14	1,17	1,70
P – уровень значимости										-	-	-	-

*СТ – ситуативная тревожность по методике Ч. Спилбергера, Ю. Л. Ханина;

**ЛТ - личностная тревожность по методике Ч. Спилбергера, Ю. Л. Ханина;

***Т - тревога по методике Д. Тейлора;

****Н - настроение по методике В. А. Доскина, Н. А. Лаврентьева, В. Б. Шарай, М. П. Мирошникова;

Таким образом, по таблице мы можем увидеть, что ни один из показателей не был значим даже на р-уровне значимости 0,05. Согласно таблице 1, можно сделать вывод о том, что не было выявлено различий между дельта-значениями ситуативной тревожности, личностной тревожности, шкалы тревоги и настроения при помощи t-критерия Стьюдента ($t_{мп} = 0,79$, $t_{мп} = 1,14$, $t_{мп} = 1,17$, $t_{мп} = 1,70$).

Ближе всего к критическому значению ($t_{\text{крит}} = 2,17$ на уровне $p 0,05$) был показатель настроения. Просмотр мультфильма снизил настроение и повысил уровень ситуативной тревожности у испытуемых, но на не значимом уровне. Вывод: наша гипотеза о том, что просмотр мультфильма «Могила светлячков» повышает тревожность и снижает настроение у студентов психологов - не подтвердилась.

1. Каримова, Л. Н. Музыкаотерапия в коррекции психоэмоционального состояния у детей : учебное пособие / Л. Н. Каримова. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2022. — 53 с. — ISBN 978-5-907475-81-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/288440> (дата обращения: 01.12.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Звенигородская, М. А. Тревожность в современном обществе: определение, значение и влияние данного феномена на поведение людей / М. А. Звенигородская // Молодой ученый. — 2020. — № 4 (294). — С. 256-258. — URL: <https://moluch.ru/archive/294/66869/> (дата обращения: 05.05.2023). — Текст : электронный;
3. КиберЛенинка : научная электронная библиотека : сайт. — Москва, 2012 - 2023 . — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-psihoemotsionalnogo-sostoyaniya-patsienta> (дата обращения: 11.11.2023). — Текст : электронный;
4. Полшкова, Т. А. Проблема ситуативной тревожности в психолого-педагогических исследованиях // Актуальные вопросы современной психологии: материалы II Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, февраль 2013 г.). — Челябинск: Два комсомольца, 2013. — С. 107–110. — URL <https://moluch.ru/conf/psy/archive/81/3495/> (дата обращения: 14.11.2023).- Текст : электронный.
5. Сидоров, К. Р. Тревожность как психологический феномен / К. Р. Сидоров. // Вестник Удмуртского университета. Серия 3. Философия. Социология. Психология. Педагогика. - 2013. - №2. - С. 42-52. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/503870> (дата обращения: 10.10.2023). – Режим доступа: по подписке

Юсифова С.А.

Влияние типа памяти на учебную успеваемость младших школьников

ФГАОУ ВО «Российский государственный
профессионально-педагогический университет»
(Россия, Нижний Тагил)

doi: 10.18411/trnio-01-2024-110

Аннотация

В статье рассматривается сравнение типов памяти у младших школьников, также каким образом типы памяти могут влиять на учебную успеваемость младших школьников в теоретическом плане.

Ключевые слова: типы памяти, младшие школьники, влияние на учебную успеваемость.

Abstract

The article discusses the comparison of memory types in younger schoolchildren, as well as how memory types can affect the academic performance of younger schoolchildren in theoretical terms.

Keywords: types of memory, primary school children, impact on academic performance.

Память - это когнитивная способность человека воспроизводить, запоминать и сохранять информацию. Память играет важную роль в процессе обучения, принятии решений и формировании личности.

У каждого человека память индивидуальна. Это обусловливается уникальным комбинированием генетических, биологических, психологических, эмоциональных и жизненных опытов. Этот уникальный набор факторов формирует особенности памяти, такие как способность к запоминанию, хранению и воспроизведению информации. Также каждый человек имеет свои собственные интересы, ценности и предпочтения, которые могут влиять на то, что и как он запоминает, как обрабатывает и интерпретирует информацию.

Но, несмотря на уникальность памяти каждого человека, С.Л. Рубинштейн [2, С. 104] считает, что типы памяти зависят от сенсорной области, так как она может послужить наилучшей основой для воспроизведения. Люди могут лучше запоминать по зрительным, слуховым и двигательным данным. Например, у человека, прочитавшего текст самостоятельно, в воспоминании появляется зрительный образ. Конечно, чистые типы являются редкими случаями, в основном, встречаются комбинированные типы: зрительно-двигательный, двигательно-слуховой и зрительно-слуховой. При запоминании словесного материала у человека срабатывает словесно-двигательный тип, как правило, он является самым распространенным при запоминании и произвольным.

Также советский психолог говорит о том, что дифференциация памяти может характеризоваться и по материалу. То есть человек может хорошо запоминать цвета, но при этом на числа у него будет плохая память, также и наоборот. Память на наглядно-образные и абстрактные содержания, математические формулы и на эмоциональные переживания может быть различна. Все особенности восприятия и мышления, сенсорной и эмоциональной сферы проявляются внутри памяти.

С.Л. Рубинштейн упоминает типы памяти для осознанных и взрослых людей, у детей же воспроизводится другая память, по причине того, что они ещё не являются зрелой личностью.

В своей статье Ким А.А. [1, С. 358] указывает на то, что в детском возрасте детям легче запоминать конкретные предметы и образы, чем абстрактную информацию. Именно поэтому младшие школьники лучше всего запоминают уроки, которые связаны с визуальными и тактильными впечатлениями, такими как предметы из окружающей их обстановки. Это помогает им эффективнее усваивать знания, чем просто запоминание слов и текстовой информации.

Младшие школьники часто запоминают информацию механически, повторяя ее, не задумываясь над смыслом. Они могут запоминать многое и сложное наизусть, но пересказать это своими словами у них не получается. Это может быть связано со следующими причинами:

1. Механическое запоминание у младших школьников хорошо развито.
2. Дети этого возраста еще не понимают, что нужно запомнить точно, а что можно усвоить примерно, то есть они еще не умеют выделять главное и второстепенное.
3. Младшим ученикам еще трудно пользоваться логическими схемами, организовать смысловое запоминание, составлять план текста, чтобы с его помощью потом воспроизвести прочитанное.

Младшие школьники обычно запоминают информацию неосознанно и неустойчиво. Они легко запоминают яркие, интересные и движущиеся вещи, так как это происходит без их особых усилий. Произвольная память представляет собой фиксацию интересных сведений и ярких событий без специального умысла и цели.

В психологии выделяют основные типы памяти: слуховая, зрительная, моторно-слуховая, комбинированная.

Слуховая память у младших школьников обычно означает способность запоминать информацию, услышанную или пересказанную учителем, аудиокнигу или родителями. Этот тип памяти часто используется для запоминания стихотворений, песен, учебных материалов, звуковых шаблонов и т.д.

Зрительная память у детей этого возраста позволяет запоминать информацию, полученную через зрительные восприятия, такие как чтение книг, просмотр изображений, графиков, схем, видеороликов и других визуальных материалов. Этот тип памяти помогает лучше описывать объекты, события, а также запоминать детали окружающего мира.

Моторно-слуховая память у младших школьников представляет собой способность запоминать информацию при условии, что они активно используют свое тело и движения в процессе запоминания, например, при игре на музыкальных инструментах, танцах или физических упражнениях.

Комбинированный тип памяти подразумевает использование нескольких видов памяти одновременно, например, ассоциирование зрительных образов с аудиальными сигналами или двигательной активностью.

В связи с вышеперечисленными данными, влияние типов памяти на успеваемость младших школьников имеет значение. Например, некоторые ученики могут лучше запоминать информацию, когда они видят ее на доске или слушают объяснения учителя, в то время как другие ученики могут предпочитать запоминать информацию через чтение и повторение. Поэтому успешные методики обучения могут учитывать различные типы памяти, предоставляя учебный материал различными способами, чтобы ученики могли эффективнее усваивать информацию. Также важно обратить внимание на индивидуальные предпочтения учеников и помогать им развивать различные типы памяти для более успешного учебного процесса.

1. Ким, А. А. Особенности развития памяти у младших школьников [Электронный ресурс] / А. А. Ким // Вестник наук. — 2019. — № 1 (10). — С. 103-105. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-razvitiya-pamyati-u-mladshih-shkolnikov>
2. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии [Текст] / С.Л. Рубинштейн — Санкт-Петербург : "Питер", 2002 — 720 с. (358 с.)

Agafonova T.S.1, Dmitrienko N.A.

Stages of the crisis of marital and family relations

*Institute of Service and business (branch) of DSTU in Shakhty
(Russia, Shakhty)*

doi: 10.18411/trnio-01-2024-111

Аннотация

Семья является важной ячейкой общества, которая выполняет репродуктивную и воспитательную функции. Сохранение семей и гармоничных семейных отношений относится к актуальным вопросам нашего времени. В нашей работе рассмотрены этапы развития семьи, сопровождающиеся кризисами. Изучение закономерностей возникновения кризиса семейных отношений позволит своевременно провести работу между семейными парами, для сохранения важной ячейки общества.

Ключевые слова: семья, семейный кризис, супружество, семейные отношения, адаптация супругов.

Abstract

The family is an important unit of a society that performs reproductive and educational functions. The preservation of families and harmonious family relations is one of the topical issues of our time. Our work examines the stages of family development, accompanied by crises. The study of the patterns of the crisis of family relations will allow timely work between married couples to preserve an important unit of society.

Keywords: family, family crisis, matrimony, family relations, adaptation of spouses.

The family is the most ancient social institution. All socio-economic and cultural processes influence the family harmony life. The family and its moral state are directly affected by the factors of the surrounding social environment, what we observe in the workforce, at the place of residence, in everyday life.

The economic crisis has brought about negative changes in the 1 families relations [1, p. 769]. However, the high levels of partners' demands can potentially give rise to family conflict, which is a perceived stress stemming from conflicting demands of family roles [1, p. 780]. Family conflict is a significant stressor that can affect various aspects of an individual's life.

Experts note that family values currently do not matter as much as they used to. In this regard, in modern society, there is an increasing call to save the family; various specialists are working to help spouses overcome emerging difficulties [2, p. 219]. This is especially true for a young family in which the spouses have not developed sustainable ways to resolve the existing conflicts yet. Crises that arise in a young family often lead to divorces, which prevents the successful fulfillment of the reproductive and socialization functions of the family. This has a negative impact on the demographic situation in society and its development in general. Each of the spouses have their own knowledge, attitudes and life experience, and in order to successfully overcome conflicts and crises, they need to learn how to negotiate, respect each other and compromise. However, this may be hindered by various peculiarities associated with the stages of the family formation. That is why the study of the psychological signs of a family crisis is extremely relevant and in demand now.

The process of assimilation of marital and family roles takes place in the early years of marriage. There is a process of mutual adaptation of each of the spouses to the role and quality of its performance by the partner. Newlyweds are often oriented towards the role models of their parents in their own families. The modern family conforms less and less to the role functioning model developed over the centuries. Every year, family unions begin to differ more and more from each other, because the growth of material and spiritual well-being allows us to look for new, more diverse models of family relations. Moreover, the previously trouble-free system of transferring family experience from parents to their children has increasingly begun to malfunction, which leads to a departure from the traditional model of building a family role structure [3, p. 91].

The crisis of family relations is preceded by protracted unresolved conflicts in the family, which can form for various reasons. Family conflicts are regarded as quarrels, disagreements and disputes that arise between family members. Family conflicts can be both every day and minor, as well as protracted and emotionally stressful. Family conflicts are an integral part of family life, and depending on their degree of emotional tension, they can have both positive and negative consequences. The positive consequences include the resolution of the conflict, the coming to a compromise. The negative consequences are a family crisis, which, if not resolved, leads to divorce. It should be clarified that the crisis in the family does not necessarily have to lead a married couple to divorce, it is important to notice the negative factors that give rise to dysfunction in family relations and try to come to a common agreed solution to resolve the crisis prerequisites.

According to N.A.'s research. According to Osipova, a family crisis is a restructuring of marital and family relations, a period when old approaches to solving problems do not work, and spouses need to develop new behavioral strategies and forms of response to the situation that has arisen [4, p. 211]. Knowing the possible stages of family life crises is very important, because it will help not only to understand the problems that may arise and complicate the life of spouses, but also to search and find effective mechanisms to solve them.

According to research, each family goes through several stages of development, and the transition from one to another is usually accompanied by a crisis. It is generally believed that domestic difficulties lead to complications in family life, first of all. However, besides everyday life, there are many reasons that can provoke a crisis in the family, at any stage of its existence.

The family conflict is based on an objective discrepancy between the goals and interests of the spouses, perceived as a contradiction in the relationship. The following crisis periods in marriage can be distinguished, which are experienced by all spouses to one degree or another.

According to statistics, about half of all marriages break up after the first year of marriage. It is this difficult period for all couples, without exception, that can be called "lapping". Disagreements may relate to the distribution of responsibilities, the unwillingness of partners to change their habits.

Further, the crisis of marriage occurs in the interval from three to seven years of married life. The emergence of this marital crisis is facilitated by such factors as: a decrease in the psychological status of the partner; the disappearance of romantic moods, active rejection of the contrast of the partner in the pre-marital period and in marriage; an increase in the number of situations in which different views of the spouses are manifested.

The next stage of the marriage crisis occurs in the period from 12 to 16 years of married life. The causes of this crisis are psychological fatigue from each other, the desire for novelty in relationships and in lifestyle.

The third marriage crisis occurs after 20-25 years of marriage. This crisis has psychological reasons: the approach of old age, the appearance of somatic complaints; a feeling of loneliness in connection with the care of children.

Thus, crises in marriage arise according to a certain pattern and have deep socio-psychological reasons. It is necessary to consider them and to adjust one's behavior in the family accordingly.

The present study provides the empirical evidence of a link between family conflict and family values and preferences. It highlights the effects of family conflicts among young people and can be the basis for further research on the relationship of family interface and other aspects.

1. P.C. Dahm, T.M. Glomb, C.F. Manchester, S. Leroy, Work-family conflict and self-discrepant time allocation at work, *J. Appl. Psychol.* 100 (3) (2015) 767–792, <https://doi.org/10.1037/a0038542>
 2. Darmodekhin S.V., Filonov G.N. Social institutions of family and upbringing: methodology and development strategy. Moscow: The Institute of Family and Upbringing of the Russian Academy of Sciences. Education, 2015. 219 p.
 3. Shubina, M. M. The role of gender characteristics of the personality of spouses in the formation of the role structure of the family / M. M. Shubina, A.M. Rudenko // *Trends in the development of science and education.* - 2022. – No. 86-8. – pp. 90-92. – DOI 10.18411/trnio-06-2022-375 .
 4. Osipova N.A. Psychological features of marital relations during the crisis of a young family: dis. ... cand. Psychological sciences: 19.00.01 Moscow, 2005. 211 p.
-



LJournal

Научно-издательский центр

Рецензируемый научный журнал

**ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ
№105, Январь 2024**

Часть 2

Подписано в печать 25.01.2024. Тираж 400 экз.
Формат.60x841/16. Объем уч.-изд. л.10,13
Отпечатано в типографии Научный центр «LJournal»
Главный редактор: Иванов Владислав Вячеславович