

Научный центр «LJournal»

Рецензируемый научный журнал

ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

№97, Май 2023
(Часть 3)



Самара, 2023

T33

Рецензируемый научный журнал «Тенденции развития науки и образования» №97, Май 2023 (Часть 3) - Изд. Научный центр «LJournal», Самара, 2023 - 216 с.

doi: 10.18411/trnio-05-2023-p3

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

Черноятов 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 Сталинаруевич

Доктор медицинских наук, Доцент

Никонович Сергей Леонидович

Доктор юридических 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

Аиранов Баходурджон Пулотович

Кандидат филологических наук, Доцент

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ I. ПЕДАГОГИКА	8
Тихонов В.А., Шалина Д.С. Университет как канал социальной мобильности и способ интегрироваться в высший класс	8
Умерова А.Ш., Хутько Т.В. Роль русской литературы в патриотическом воспитании современной молодежи	15
Фролова В.А., Николаева И.В. Влияние физических упражнений на умственную работоспособность студентов.....	18
Фурсина А.А. Преимущества включения литературы в обучение английскому языку	21
Хасанов Н.Б., Алыбекова А.А. Из опыта работы по развитию навыков аудирования у студентов на материале языка специальности	24
Хасанов Н.Б., Алыбекова А.А. Формирование коммуникативной компетенции на основе аутентичных материалов.....	28
Ходова А.Р., Николаев П.П. Влияние физической культуры на работоспособность студентов.....	31
Хозеева И.Н. Организация практического занятия по иностранному языку на заочной форме обучения.....	34
Хоршева В.Н., Луценко С.Г., Маглатюк Т.В. Внедрение физической активности и ее влияние на здоровье студента.....	38
Цику Д.А. Анализ препятствий, мешающих студентам заниматься физическими упражнениями и спортом, и поиск способов их преодоления	41
Черная Н.В. Изучение наблюдательности у младших школьников в учебном процессе	43
Чимаров С.Ю. Проблема задействования потенциала электронных учебников в образовательных организациях системы МВД России.....	47
Чотчаева М.К. Использование игр как фактор успешного взаимодействия учителя с учениками	50
Чотчаева М.К. Формирование коммуникативной компетенции в процессе обучения иностранному языку	52
Шаповалова Е.Г. Психолого-педагогические особенности приобщения детей к культурам народов мира	54
Шендель А.В. Эмоциональный интеллект и его влияние на развитие критического мышления будущего лидера	56
Шибанова А.В. Современные технологии формирования коммуникативной компетентности	59
Шублакова И.Х. Организация работы по формированию духовно-нравственных качеств у младших школьников	62
Яровой Р.В., Рябов Г.А., Кривоногова Е.В. Взаимосвязь образования и науки в инженерно-технических вузах: вызовы и возможности	65
Яськина Е.А., Николаев П.П. Проблемы физического воспитания студентов	67
Kuzieva N.M., Dadoboyeva M.H. Theoretical grounds targeted at phonetics teaching and the topic of its discussion.....	70

Sakibaev S.R. M-Learning in Mathematical Education	72
Sakibaeva B.R. Research skills of students as a condition for improving the effectiveness of the educational process in higher education	76
РАЗДЕЛ II. ПСИХОЛОГИЯ	80
Белашина Т.В., Соколова А.Д. К вопросу о причинах несуицидального самоповреждающего поведения в подростковом возрасте	80
Григорашенко-Алиева Н.М., Зиновьева Д.В., Галеева Е.А., Холодова Д.А., Савинцева В.В., Пискунова Н.Н. Изучение уровня стресса личности в период коронавируса и в постковидный период	82
Григорьян М.Р. Научные представления о процессе эволюции живых систем. Развитие личности в акмеонике как открытой термодинамической системы	86
Гроссул Н.С. Роль идентичности в выборе копинг-стратегии	90
Ермакова Д.Р. Проблема суицидального поведения среди молодежи	93
Махмутов Д.В. Развитие лидерских компетенций в командах аспирантов: проблемы и решения	96
Медеуова М.М. Взаимосвязь кризисов, кризисных переживаний и копинг-стратегий	98
Несмеянова Е.И. Формирование осмысленной миссии ВУЗа	100
Степанова С.А., Смирнова О.Е., Блажевич Л.Е. Перфекционизм и трудоголизм студентов Петрозаводского государственного университета как факторы возникновения синдрома эмоционального выгорания	106
Степанова С.А., Смирнова О.Е., Блажевич Л.Е. Психоэмоциональное состояние в стрессовых ситуациях студентов Петрозаводского государственного университета	108
Тагирова Р.А., Ялаева М.С. Рефлексия в обучении	111
Фёдорова А.А., Валова Т.А. Особенности представлений о семье и семейных ролях у юношей тюркского и славянского этносов	114
Фёдорова А.А., Клишкин А.Е. Особенности системы ценностей старшеклассников из городской местности с разными типами самооценки	117
Хаджимурадова Б.Х. Влияние современных технологий на психическое здоровье и социальные отношения	120
Хаджимурадова Б.Х. Влияние социальных и культурных факторов на формирование личности	123
Хаджимурадова Б.Х. Влияние социальных медиа на психическое здоровье: вызовы и возможности для молодежи	126
Хаджимурадова Б.Х. Определение факторов, влияющих на межличностные конфликты и их решение	129
Хаджимурадова Б.Х. Психологические последствия социальной изоляции и как их преодолеть	132
Хаджимурадова Б.Х. Психология принятия решение: как мы принимаем решения и как их улучшить	135
Хаджимурадова Б.Х. Роль эмоционального интеллекта в межличностных отношениях и личной эффективности	139

Хисамутдинова Т.Ю. Особенности смысложизненных ориентаций личности с зависимым поведением	141
Хохлов Н.А., Кравцова А.В. Применение запахов эфирных масел для управления эмоциональным состоянием клиентов в процессе психотерапии.....	145
Черкасова Ю.А., Кондратова В.А. Особенности сформированности образа будущей профессии у бакалавров направления «психолого-педагогическое образование»	171
РАЗДЕЛ III. СОЦИОЛОГИЯ	174
Авхачева Н.А. Предпосылки формирования технологии освоения гигиены полости рта среди детей, находящихся на дистанционном обучении проживающих в удалённых районах Белгородской области.....	174
Джаргакова П.М. Влияние образа будущей профессии на мотивацию учебной и трудовой деятельности студентов	179
Зарубин Д.А., Хабибуллин И.М. История возникновения и развития футбола	182
Каравачкий И.А., Соломаха С.В. Аграрные реформы России	185
Лебедева А.А. Формирование клиентской лояльности в fashion-индустрии через усиление эко-тренда	187
Леськова Е.А. Развитие российского маркетинга: от вызовов к возможностям.....	191
Семеняков Д.А., Ефремова В.Н. Обеспечение безопасности на атомных станциях	193
Семеняков Д.А., Ефремова В.Н. Первая помощь пострадавшим	195
Уразметова М.А. Проблема стереотипизации российского общества	198
Хаджимурадова Т.Х. Ключевые особенности психосоциальной работы	200
Хаджимурадова Т.Х. Проблемы социального неравенства и потенциал социальной работы в их решении	203
Хаджимурадова Т.Х. Роль социальных работников в поддержке людей с ограниченными возможностями.....	205
Хаджимурадова Т.Х. Социальная работа в условиях глобализации: вызовы и перспективы	208
Хаджимурадова Т.Х. Социальная работа с детьми и подростками в современных условиях	210
Хаджимурадова Т.Х. Социальная работа с жертвами насилия: вызовы и перспективы	213

РАЗДЕЛ I. ПЕДАГОГИКА

Тихонов В.А., Шалина Д.С.

Университет как канал социальной мобильности и способ интегрироваться в высший класс

*Уральский федеральный университет им.первого Президента России Б.Н. Ельцина
(Россия, Екатеринбург)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-119

Аннотация

В современном мире трансформация всех сфер жизнедеятельности человека происходит постоянно ускоряющимися темпами. В соответствии с этим роль некоторых институтов также меняется. В исследовании поднимается проблема о роли университета для студентов нового поколения, а также проблема трудности объективной оценки качества образования и критериев важных для абитуриентов. Проблемы аргументированы изменяющимися требованиями на рынке труда, сопряженные с постоянно изменяющейся и дестабилизированной внешней средой, а также с изменением целей, ориентиров и сознания современных студентов. В связи с этим в рамках данной статьи были проанализированы исследования по данной тематике. Также в исследовании собираются данные 3 рейтингов университетов, и на их основе проводится анализ методом регрессии и делаются соответствующие выводы. Выводы сопоставляются с результатами, полученными в ходе опроса студентов. В результате авторами разрабатывается таблица, отражающая тенденции и критерии, которыми руководствуются абитуриенты при поступлении в ВУЗ. Представленные результаты формируют мысль о новой роли университета как канала мобильности в высший класс и помогут университетам лучше понимать, требования абитуриентов для корректировки своей деятельности с учетом данных запросов.

Ключевые слова: университет, формирование элит, рейтинг, роль университета, трансформация, молодежь.

Abstract

In the modern world, the transformation of all spheres of human life is constantly accelerating. Accordingly, the role of some institutions is also changing. The study raises the problem of the role of the university for students of the new generation, as well as the problem of the difficulty of objectively assessing the quality of education and the criteria that are important for applicants. The problems are argued by the changing requirements in the labor market, associated with a constantly changing and destabilized external environment, as well as with a change in the goals, guidelines and consciousness of modern students. In this regard, within the framework of this article, studies on this topic were analyzed. The study also collects data from 3 university rankings, and on their basis, a regression analysis is carried out and appropriate conclusions are drawn. The conclusions are compared with the results obtained during the survey of students. As a result, the authors develop a table that reflects the trends and criteria that guide applicants when entering a university. The presented results form the idea of the new role of the university as a channel of mobility to the upper class and will help universities to better understand the requirements of applicants to adjust their activities to these requests.

Keywords: university, forming of elites, rating, role of the university, transformation, young people.

Введение

В последнее время в современном мире все больше нарастает тенденция к резким трансформационным изменениям во всех сферах жизнедеятельности общества. Даже самые консервативные отрасли меняют концепцию взаимодействия между государством, бизнесом и сообществом, чтобы адаптироваться к постоянно изменяющимся условиям. Кроме того, для

устойчивого развития страны необходимо формирование не только сильных личностей, но и высококвалифицированных кадров.

Образование является одним из ключевых элементов в формировании успешного человека и следовательно государства. Государство, работодатели, студенты и университет – главные стейкхолдеры, заинтересованные в качественном образовании. Если оценивать образование как некоторый продукт или финальный проект, то его качество довольно трудно оценить. Для работодателей – это квалифицированный специалист, приносящий компании хорошую прибыль, для государства – это высокий уровень социально-экономического развития, для студентов – возможность самореализоваться в выбранной профессии, для вузов – высокие позиции в различных рейтингах. Однако так или иначе у студентов и работодателей формируется некоторое мнение о качестве образования в ВУЗах, особенно на локальном уровне. Существует множество вузов, которые потребитель должен уметь выстроить в личную иерархию по интересам, особенностям и качеству образования. В таком случае абитуриенты чаще всего прибегают к поиску и анализу рейтингов университетов. Рейтинги университетов – это один из важнейших методов борьбы с конкурентами на рынке образовательных услуг, целью которого является перетягивание талантливой молодежи [1].

Целями данного исследования является получение выводов о современной роли университета среди молодежи, а также выявлении различных факторов, оказывающих преимущественное влияние на престижность университета и его качество образования.

Для реализации данной цели поставлены следующие задачи:

- Провести анализ российских и зарубежных исследований по данной тематике
- Выделить современные рейтинги с объективными показателями
- Провести корреляционный анализ выбранных рейтингов, оценить основные коэффициенты регрессии и сделать соответствующие выводы
- Провести опрос для сопоставления с результатами корреляционного-регрессионного анализа
- Сопоставить результаты опроса и корреляционного-регрессионного анализа и сделать соответствующие выводы по заданным целям

Объект исследования – университет. **Предмет** исследования – роль университета в условиях неопределенности и трансформации общественного сознания

Методология исследования: для изучения данной темы использовались теоретические методы исследования: анализ, синтез, индукция, использование научных теорий, проверенных практикой, моделирование, а также эмпирические: систематизация найденной информации, сравнение, корреляционный анализ и оценка основных факторов регрессии, проведение опроса.

Обзор литературы: Анализируя исследования по данной тематике можно сделать следующие выводы: Павлова Наталья Борисовна в своем исследовании выделяет новую концепцию управления ВУЗом «новый государственный менеджмент» [2]. В рамках этой модели ВУЗы являются субъектами конкурентной борьбы за студента, а студент «покупает» образование как некоторый продукт. Главными критериями отбора университета студентом является экономическое положение и положение на рынке труда выпускников. Такая концепция придает университетам ориентацию на рыночный характер отношений. Гневашева В.А. в своем исследовании приходит к выводу, что роль ВУЗа в профессиональной социализации молодежи преувеличена. Получение образования связано именно с точки зрения экономических интересов и инвестиционных ожиданий от получения профессиональных навыков [3]. Мирошникова Ольга Христьяевна в своем исследовании упоминает о смене парадигм университетского образования. Трансформация образовательной системы сопряжена с развитием коммерциализации и бюрократизации высшего образования, что вследствие снижает качество образования [4]. Таким образом, роль университета для молодежи является актуальной темой для исследования в современном мире. Большое количество авторов выделяют университет как рыночный инструмент, а образование как продукт, который потребитель покупает и использует с целью повышения своего экономического

благополучия. Как уже упоминалось ранее, основным инструментом для комплексной оценки университета, в том числе качества его образования являются рейтинги. Об этом также упоминается в работах А. Е. Варшавской, Т. А. Комкина, а также в работах Антюховой Е.А. [5, 6]. Резюмируя, можно сделать вывод, что проблема о роли и месте университета в жизни молодежи является актуальной среди исследователей, а рейтинги могут послужить инструментом для анализа объективных факторов и параметров, на которые ориентируется молодежь при поступлении.

Результаты исследования

Для проведения регрессионного анализа нам требовалось выделить 3 официальных и надежных рейтинга. Первый от известного российского рейтингового агентства Эксперт РА на сайте RAEX Rating Review. При составлении этого рейтинга анализировались статистические данные Минобрнауки РФ, провайдеров библиометрических данных Clarivate Analytics и Scopus, системы мониторинга и анализа СМИ и соцмедиа СКАН-Интерфакс, агрегаторов онлайн-курсов и другие [7]

Вторым выступил рейтинг лучших университетов России 2021 по версии Forbes. В этом рейтинге основополагающими факторами ранжирования были: 1) востребованность у работодателей (0-30 баллов); 2) нетворкинг (0-30 баллов); 3) качество образования (0-30 баллов); 4) международное признание (0-10 баллов) [8].

В качестве третьего рейтинга был взят иностранный рейтинг с сайта SCIMAGO INSTITUTIONS RANKINGS (SIR). Показатели в SIR разделены на три группы, предназначенные для отражения научных, экономических и социальных характеристик учреждений. SIR включает зависящие от размера и независимые от размера показатели; то есть показатели, на которые влияет и не влияет размер учреждений [9].

Все университеты ранжированы по составному показателю, который объединяет три различных набора факторов, основанных на результатах исследований, результатах инноваций и влиянии на общество, измеряемом их видимостью в Интернете [9].

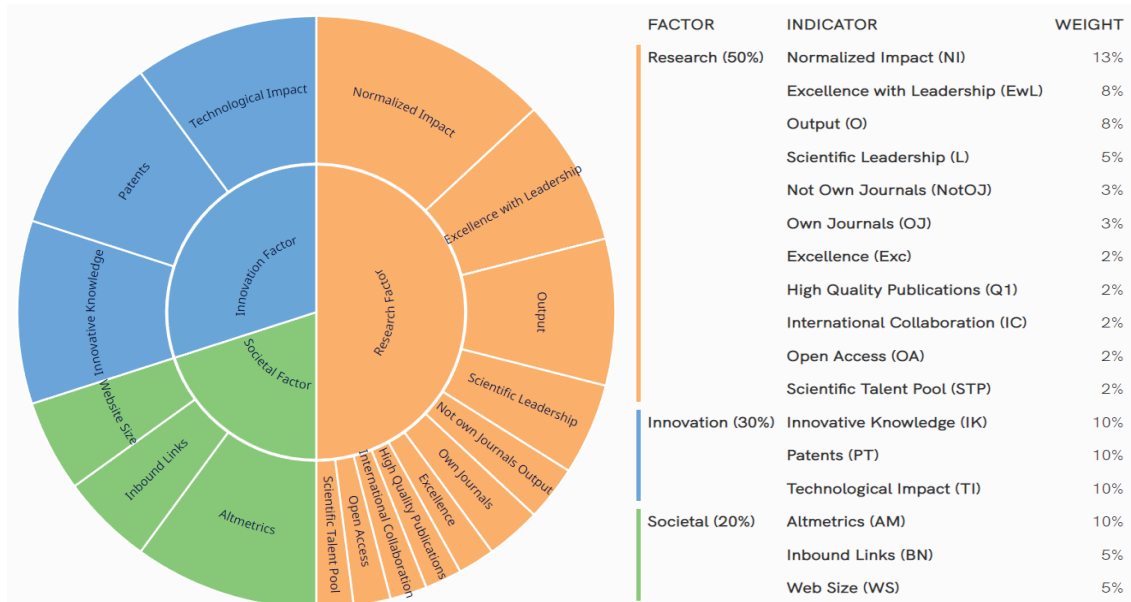


Рисунок 1. Набор показателей рейтинга SIR. Составлено авторами на основе. [9]

Данные рейтинги были созданы на основе большой аналитической работы, крупными и известными агентствами и компаниями, которые имеют хороший опыт и репутацию в данной сфере. Поэтому объективность и достоверность полученных результатов не вызывает сомнений. Следующий этап нашей работы – сбор данных в сводную таблицу для более удобного сравнения и сопоставления. Ниже в таблице 1 представлены данные с параметрами оценки в рейтингах описанных выше, а также их укороченное наименование, используемое в корреляционном анализе.

Таблица 1

Параметры оценки в рейтингах.

ВУЗ	Ранг предметный "Менеджмент"	Три миссии университета 2020г. (место)	Авторитет среди молодежи 2020 (ранг)	Влияние на научное сообщество, ранг	Формирование элит (ранг)	Влияние на интернет-аудиторию, ранг	Рейтинг 100 лучших вузов 2021г. (общее)	Качество образования (балл)	
Univname	Rtot	Rmanag	Ryoung	Rscience	Relite	Rinternet	Frank	Feduc	
ВШЭ	100	1	120	1	11	6	2	1	24,24
Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ	89,78	2	351-400	11	26	2	5	18	12,41
Качество образования (балл)	Нетворкинг (балл)	Работодатели	Международное признание (балл)	Итого	Социальный фактор	Инновационный фактор	Исследовательский фактор	Итого	Рейтинг по менеджменту
Feduc	Fnetw	Fwork	Fglobal	Ftotal	Ssocial	Sinnov	Sreseat	Stotal	Smanag
24,24	28,77	26,35	6,43	85,78	3	28	3	3	1
12,41	18,41	13,16	1,07	45,05	18	91	31	41	14

В исследовании были собраны данные по 20 университетам России. Баллы и критерии их оценки представлены ниже в таблице 2.

Таблица 2

Рейтинговая оценка 20 университетов.

Univname	Rtot	Rmanag	Ryoung	Rscience	Relite	Rinternet	Frank	Feduc	Fnetw	Fwork	Fglobal	Ftotal	Ssocial	Sinnov	Sreseat	Stotal	Smanag
ВШЭ	100	1	1	11	6	2	1	24,24	28,77	26,35	6,43	85,78	3	28	3	3	1
Российска	89,78	2	11	26	2	5	18	12,41	18,41	13,16	1,07	45,05	18	91	31	41	14
Санкт-Пет	88,28	3	4	2	8	3	9	17,98	20,18	12,35	6,43	56,94	1	19	2	1	9
Московск	83,34	4	2	1	1	1	2	15,72	28,34	24,47	10	78,53	1	1	1	1	11
Финансов	82,53	5	10	35	3	10	21	11,37	19,15	13,35	0	43,87	27	80	9	14	5
Российски	80,37	6	14	49	11	13	14	16,97	16,6	15,82	1,43	50,82	19	62	22	21	2
Санкт-Пет	74,93	7	22	8	23	14	10	18,66	16,74	12,63	4,29	52,31	6	18	3	3	4
Санкт-Пет	70,69	8	26	44	20	38	30	11,95	17,43	9,1	0	38,48	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д
МГИМО	69,33	9	3	61	4	6	13	15,54	27,54	5,97	2,14	51,2	24	91	32	44	18
Российски	68,43	10	19	14	19	4	19	22,65	15,8	3,29	2,86	44,59	9	40	11	10	8
Уральский	65,71	11	37	10	17	8	11	15,62	15,51	16,85	3,93	51,91	7	8	29	7	7
Казанский	65,46	12	38	5	47	9	22	15,86	17,3	5,8	4,29	43,24	5	9	7	6	3
Южный ф	65,07	13	40	15	80	19	36	13	15,82	5,93	1,79	36,54	12	27	37	27	20
Дальнево	59,35	14	50	19	57	21	41	12,45	15,07	5,3	2,5	35,32	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д
Национал	58,23	15	20	4	75	11	24	19,79	16,28	2,63	3,57	42,27	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д
Национал	55,61	16	27	18	18	15	5	20,11	17,54	20,53	4,29	62,47	9	4	33	16	24
Северо-Ка	55,01	17	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д
Государст	54,71	18	30	80	32	40	28	14,84	17,79	6,32	0	38,96	49	91	1	2	27
Южно-Ура	53,9	19	89	28	69	23	39	14,32	13,59	7,04	1,07	36,02	14	44	23	19	19
Российски	53,6	20	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	н/д	54	91	24	34	10

На основе данных из таблицы 2, нами был проведен корреляционный анализ, а также оценены основные коэффициенты регрессии и были сделаны соответствующие выводы. Результаты и выводы представлены ниже в таблице 3. В таблицу были включены только параметры оказывающее наибольшее влияние на рейтинговую оценку университетов. Наиболее значимыми являются показатели Coefficient, который указывает на прямое (при положительных значениях) или обратное (при отрицательных значениях) влияние фактора на модель. Таким образом, чем больше значение данного показателя по модулю, тем больше

влияние фактора на изменение рейтинга университета. Он показывает на сколько процентов увеличится или снизится рейтинг университета при изменении фактора на 1 %. Другой не менее важный показатель Prob (P-значение), показывает значимость фактора в модели влияния факторов на рейтинг университета. Для того, чтобы фактор был значим показатель Prob должен быть менее 0,05 то есть менее 5% или быть близким к этому значению.

Таблица 3

Оценка ВУЗа с точки зрения международного сообщества и глазами студентов.

Основные коэффициенты регрессии.

Variable	Coefficient	Std. Error	t-Statistic	Prob.
C	14.03444	1.203694	11.65948	0.0000
FGLOBAL	0.728472	0.298528	2.440212	0.0267

Variable	Coefficient	Std. Error	t-Statistic	Prob.
C	18.24844	1.268236	14.38884	0.0000
RINTERNET	-0.144595	0.073073	-1.978773	0.0653

Variable	Coefficient	Std. Error	t-Statistic	Prob.
C	8.430405	5.245276	1.607238	0.1276
RELITE	0.591977	0.139572	4.241360	0.0006

Variable	Coefficient	Std. Error	t-Statistic	Prob.*
C	48.36809	19.95469	2.423896	0.0285
FNETW	-1.855482	0.900068	-2.061490	0.0570
RELITE	0.405016	0.156259	2.591950	0.0204
R-squared	0.633186	Mean dependent var		24.61111
Adjusted R-squared	0.584277	S.D. dependent var		21.59558

Оценка факторов из таблицы 3 позволила сделать следующие выводы: Качество образования положительно связано с международным признанием: ВУЗы с более высоким качеством образования имеют лучшую репутацию в международном сообществе. Международное сообщество интересуется качеством образования и имеет инструменты для его оценки. Кроме того, более высокое качество образования и большее влияние на интернет-аудиторию являются альтернативными целями. Таким образом, ВУЗы с более высоким качеством образования имеют более высокое международное признание, но более низкий рейтинг популярности в интернет-сообществе. Основным фактором, влияющим на оценку ВУЗа в молодежной среде, является вклад ВУЗа в формирование элит. Высшее образование воспринимается молодежью, прежде всего, как социальный лифт. Вторым по значимости фактором является нетворкинг: молодежь желает освоить в университете компетенции, необходимые для совместной работы. Дальнейший анализ не позволяет добавить новых факторов. Можно сделать вывод, что решения по выбору университета принимаются на основе двух приведенных параметров, которые наиболее просто оценить на этапе поступления.

Следующим этапом мы разработали гугл-форму для опроса студентов, конечной целью которой являлось подтверждение или опровержение получившихся выводов. В опросе приняли участие 22 респондента, что равняется примерно одной академической группе. В качестве первостепенного вопроса мы узнали для каких целей каждый из студентов поступал в университет. Результаты показали, что большинство современных студентов подходят осознанно к процессу поступления в ВУЗ. Основными мотивами выступает приобретение навыков и компетенций, которые помогут в будущем самореализоваться и быть востребованным и компетентным специалистом. Дальнейшие вопросы были представлены в закрытой форме, их результаты и выводы можно наблюдать в комплексной таблице 4, сопоставленной с выводами из оценки факторов регрессии.

Таблица 4

Сравнение выводов опроса и основных коэффициентов регрессии.

Вывод по опросу	Вывод по коэффициентам регрессии	Общий вывод
<p>Более 70% студентов отмечают, что им известны критерии для сравнения университетов</p>	<p>Молодежь не обращает внимания на качество образования</p> <p>Международное сообщество оценивает ВУЗы по комплексу реальных характеристик, важнейшей из которых является качество образования</p>	<p>Это показывает, что перед поступлением студенты изучают и сравнивают университеты по различным показателям, однако скорее всего в рамках интернет-сообщества они натываются на продвинутое интернет-рейтинги, представленные в наглядной и простой форме. Международные рейтинги, в свою очередь, отходят на второстепенный план, что искажает общую картину восприятия</p>
<p>Около 70% респондентов утверждают, что количество достижений в исследовательской среде напрямую влияет на качество образования</p> <p>Опрос показывает, что студентам неформальные мероприятия в жизни университета</p>	<p>Молодежь не обращает внимания на авторитет ВУЗа в исследовательской среде, не обращает внимания на показатели инновационности ВУЗа, с безразличием относится к социальной репутации ВУЗа</p>	<p>Действительно как показывает практика в последние годы увеличивается поток студентов, занимающихся наукой. Научная деятельность становится лифтом для набора навыков и достижений, важных для работодателя</p> <p>Флешмобы, фестивали и другие мероприятия позволяют сплотить студентов. Подобные мероприятия нужны также как корпоративы, праздники, КВН группы или музыкальные группы в крупных компаниях.</p>
<p>Многие студенты не рассматривают возможность или вариант уехать учиться в зарубежный ВУЗ</p> <p>Более половины студентов отметили, что не ориентируются на международно-признанные рейтинги</p> <p>Довольно большой процент (40 %) все же выделяют в качестве критерия выбора «мнение знакомых людей, которым я доверяю»</p>	<p>Не обращает внимания на признание ВУЗа в мировом сообществе</p>	<p>Возможно, это связано с языковыми барьерами, боязни не усвоить материал, преподаваемый на другом языке и другим способом</p> <p>Из-за развития интернет-маркетинга, университеты, имеющие более агрессивную стратегию продвижения, преваляют над университетами занимающие более высокие места в международных рейтингах. Данную позицию усиливает искаженное мнение окружающих, оказывающих дезинформацию «престижности» университета. Объективная оценка становится труднодоступной для студента</p>
<p>Около 70% студентов выделяют «качество образования» и «престижность» ВУЗа как значимые критерии для работодателя при найме сотрудника</p> <p>84% респондентов считает, что университет должен быть каналом связи работодателей и студентов</p>	<p>Более качественное образование не связано с более высоким рейтингом в среде работодателей</p>	<p>Во многих случаях работодателей интересует не уровень освоения образовательной программы, а эмоциональный интеллект или лидерские качества кандидата</p> <p>Кроме того, университет должен заботиться о положительной репутации студентов для работодателей, что позволит создать более легкий порог входа на рынок труда.</p>
<p>75% респондентов считает, что образование</p>	<p>Молодежи нужно обучение в которых имеет</p>	<p>Если студенты могут оценить качество образования – это становится одним из</p>

<p><i>в современном мире является важным аспектом в развитии жизненного пути</i></p> <p><i>Большой удельный вес студентов в качестве основного мотива поступления в ВУЗ выделяют – построить карьеру, самореализоваться</i></p> <p><i>Почти 90% опрошенных не ставят в качестве главной цели поступления отсрочку от армии</i></p>	<p><i>большие шансы сформировать качества, характерные для элит</i></p>	<p><i>главных критериев при выборе того или иного университета</i></p> <p><i>Современные студенты подходят к поступлению осознанно. Главная задача университета – формировать качества и навыки. Дополнительные условия, являясь преимуществом или недостатком, являются строго субъективными</i></p> <p><i>Высшее образование воспринимается как инструмент для достижения элитного общества</i></p>
<p><i>Большинство респондентов не рассматривает студентов как конкурентов</i></p>	<p><i>Молодежь желает приобрести навыки для работы в команде</i></p>	<p><i>Тренды на командную работу и понимание синергетического эффекта, позволяют преподавателям с уверенностью выстраивать программу ориентированную на нетворкинг</i></p>

Выводы: В исследовании была поставлена проблема сложности определения роли университета в современном мире, а также сложности объективного ранжирования университетов со стороны студента. Нами был проведен анализ на основе данных из 3 рейтингов. Кроме того, для сравнения и сопоставления полученных результатов нами был проведен опрос студентов и сделаны соответствующие выводы. Научным результатом исследования является формирование главных факторов для поступления и выбора определенного ВУЗа для студентов, а именно: способность после получения образования освоить навыки совместной работы и достичь высокого положения в обществе. Это и есть главные цели абитуриента, а также роль современного университета и аспекты его успешного продвижения в рейтингах. Кроме того, общие выводы, сформированные в заключительной таблице (таблица 4), формируют некоторые ориентиры для университетов в области привлечения студентов, например агрессивный маркетинг и сотрудничество с работодателями. Также, сформированные выводы позволяют университетам реализовывать стратегию развития в наиболее значимых направлениях как с точки зрения продвижения, так и с точки зрения выстраивания системы обучения. Именно внимание университетов к достижениям своих выпускников позволит противопоставить ВУЗы с высоким качеством образования ВУЗам с агрессивной рекламной политикой и стабилизировать ситуацию с искаженной ситуацией ранжирования.

1. Большеротов А.Л. Мировой рейтинг университетов: догнать и перегнать. А нужно ли? Часть I. рейтинги университетов мира // Жилищное строительство. 2013. №4. С. 17-23.
2. Павлова Наталья Борисовна О РОЛИ УНИВЕРСИТЕТА В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ // Общество: философия, история, культура. 2020. №6 (74). С. 53-56.
3. Гневашева Вера Анатольевна Роль вуза в профессиональном становлении молодежи // Социология и право. 2017. №1 (35). С. 6-11.
4. Мирошникова Ольга Христьяевна Постсовременный университет: взгляд в будущее // Мир науки. Педагогика и психология. 2015. №3. С. 31
5. Варшавский Александр Евгеньевич, Комкина Татьяна Анатольевна Анализ двух основных рейтингов университетов // Прикладная эконометрика. 2011. №3 (23). С. 57-78.
6. Антюхова Екатерина Андреевна Рейтинги университетов в глобальном образовательном пространстве // Вестник ВолГУ. Серия 4, История. Регионоведение. Международные отношения. 2020. №2. С. 253-267.
7. Предметные рейтинги вузов: менеджмент // RAEX Raiting Review URL: https://raex-rr.com/education/universities/subject_ranking_Management (дата обращения: 06.07.2022).

8. Рейтинг лучших университетов России 2021 по версии Forbes // Russia Forbes Education URL: <https://education.forbes.ru/authors/rating-vuzov-2021> (дата обращения: 07.07.2022).
9. Рейтинг лучших университетов России 2021 по версии Forbes // SCIMAGO INSTITUTIONS RANKINGS URL: <https://www.scimagoir.com/rankings.php?sector=Higher+educ.&country=RUS&area=1400&ranking=> (дата обращения: 07.07.2022).

Умерова А.Ш., Хутько Т.В.

Роль русской литературы в патриотическом воспитании современной молодежи

*Российский государственный университет правосудия
(Россия, Симферополь)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-120

Аннотация

В статье авторы поднимают проблему необходимости воспитания современного поколения в духе патриотизма и преданности своему Отечеству, формирования ответственной гражданской позиции. Авторы убеждены, что приоритетная роль в воспитании гражданских, патриотических чувств молодежи отводится русской литературе. Наглядный литературный пример способствует формированию патриотического сознания личности, чувства верности своему Отечеству. В данном контексте литература выступает средством духовно-нравственного развития нашей молодежи.

Ключевые слова: патриотизм, Отечество, русская литература, молодежь, духовно-нравственные ценности, защита Родины, гражданская позиция.

Abstract

In the article, the authors raise the problem of the need to educate the modern generation in the spirit of patriotism and devotion to their Fatherland, the formation of a responsible civic position. The authors are convinced that the priority role in the education of civic, patriotic feelings of young people is given to Russian literature. A clear literary example contributes to the formation of a patriotic consciousness of the individual, a sense of loyalty to his Fatherland. In this context, literature acts as a means of spiritual and moral development of our youth.

Keywords: patriotism, Fatherland, Russian literature, youth, spiritual and moral values, protection of the Motherland, civic position.

Сегодня, как никогда остро стоит вопрос патриотического воспитания современной молодежи. События последнего времени, как специальная военная операция на Украине, вызванная необходимостью защитить жителей Донбаса, стремление западных политиков раскачать суверенитет России, разложить основы российского общества изнутри – оказали значительное влияние на общественное сознание наших людей. Испытания, выпавшие на нашу страну, обусловили необходимость в выборе для каждого человека своей гражданской позиции: быть со своим народом, разделить участь своей страны, как в свое время сделала поэтесса Анна Ахматова в годы Гражданской войны «Я была тогда с моим народом...». Другие же предпочитают уехать – покинуть Родину.

К сожалению, выросло целое поколение, воспитанное в негативном восприятии прошлого страны, не зная ее фактической истории. Мы свидетели того, как постепенно утрачивалось истинное понимание слова «патриотизм». В общественном сознании насаждалась не отечественная, а западная культура, навязывались ложные, как мы это сегодня осознаем, европейские ценности о свободе и справедливости. В фильмах, в литературе отдавалось предпочтение воспитанию таких качеств, как индивидуализм, жестокость, агрессивность, и, конечно, обесценивалось такое понятие, как Отечество.

Актуальность проблемы определяется потребностью современного общества в формировании ответственной гражданской позиции каждого, чувства патриотизма и преданности своему Отечеству. Авторы статьи полностью разделяют позицию Президента

России В.В. Путина, указавшего, что «утрата патриотизма – первый шаг к глобальной катастрофе». Однозначно, сложно менять ориентиры патриотического воспитания современной молодежи, но сегодня это крайняя необходимость.

Как воспитывать так, чтобы чувство патриотизма (слово греческое, что означает «соотечественник», «отечество») – стало убеждением, неотъемлемым качеством личности?

Думается, нам ближе, все-таки, словосочетание «любовь к Отечеству», преданность и необходимость служения его интересам. Любовь к Родине навязать или запретить нельзя! Нужно побуждать и увлекать. А увлечь своими художественными образами способна русская классическая литература.

Роль русской литературы в воспитании гражданских, патриотических чувств личности неоспорима. Литература, с накопленными ею духовными ценностями, способствует формированию личности, умеющей расставить приоритеты – высокое патриотическое сознание, чувство верности своему Отечеству. Великий русский поэт А.С. Пушкин был убежден в том, что необходимо гордиться славой своих предков, «не уважать оной есть постыдное малодушие». Примером преданности своему Отечеству для молодежи звучат слова А.С. Пушкина: «Клянусь вам моею честью, что я ни за что на свете не согласился бы переменить Родину, ни иметь другую историю, чем история наших предков, какую нам послал Господь».

Давайте обратимся к примерам классической русской литературе. Особую важность для современного поколения молодежи представляет прочтение романа Л.Н. Толстого «Война и мир», основой в котором является идея патриотизма. Тема эпического произведения – героизм русского народа в период Отечественной войны 1812 года. Усилия всей русской нации были собраны воедино для отпора врага. Именно во время страшных испытаний патриотизм сближает людей.

Л.Н. Толстой в романе показывает единение русского народа, независимо от социального положения – это М.И. Кутузов, Андрей Болконский, Тушин, Тихон Щербатый и другие. Победа над французами была одержана «сильнейшим духом» русского народа – носителем высших нравственных ценностей. Почему народ победил в Отечественной войне 1812 года? Чтобы понять это, Л.Н. Толстой демонстрирует сначала причины поражения 1805 – 1807 годов. Воевали на чужой земле, и только когда народ, русские солдаты осознали, что их Родина в опасности и надо защитить и отстоять свою землю, сохранить суверенитет родной страны, тогда и была одержана победа. Война вскрывает истинных и лживых патриотов, думающих только о своей корысти.

Образами Тушина и Тихона Щербатого (простых людей из народа) Л.Н. Толстой учит читателя видеть мужественных людей с их скромным патриотизмом. Каждый солдат воевал за свой дом, землю, родных и близких, за Родину. Русский полководец М.И. Кутузов, народный герой, пришедший остановить отступающую армию и привести ее к победе. Л.Н. Толстой показал нам М.И. Кутузова не только великим полководцем и стратегом, но и просто человеком, глубоко переживающим неудачи своей армии. Солдаты называют его трогательно «наш отец». М.И. Кутузов – истинный патриот, верящий в боевой дух солдат и в могущество своего Отечества.

В романе лжепатриоты произносят громкие слова, кричат о любви к Отечеству, мнят себя патриотами, а вторые являются ими и отдают жизнь во имя общей победы. Только истинный патриотизм делает народ непобедимым. Этому мы учимся у героев бессмертного романа Л.Н. Толстого «Война и мир».

Сегодня слышим голоса о том, что литература утратила свою воспитательную, нравственную значимость, но позволим не согласиться с этим утверждением. Роман Л.Н. Толстого «Война и мир» яркое тому доказательство. Роман воспитывает читателей быть истинными патриотами, верными своему Отечеству.

Патриотическое сознание зиждется на гуманистических, духовных ценностях народа. Любовь к Отечеству становится силой человеческого духа тогда, когда мы не забываем свои корни и свою вековую историю. Память народа... она запечатлена в литературе. Почему тема Великой Отечественной войны не уходит из литературы? Почему внуки и правнуки – жители XXI века – не должны забывать о той кровавой страшной войне – о самом тяжелом испытании,

выпавшем на долю всего советского народа. Наш народ пережил много войн, но Отечественная война 1941 – 1945 годов, неслучайно, названа Великой. Осмысление этого периода нашей истории помогает нам лучше понять наши корни, наш национальный характер, наше настоящее и будущее.

Сегодня западные политики стремятся пересмотреть итоги Второй мировой войны, переписать ее историю, разрушают памятники советским воинам, умоляют вклад советского народа в победу над фашизмом.

Но разве это забыть можно? Более 27 миллионов жизней унесла эта война! Нет, наша память должна передавать из поколения в поколение о злодеяниях фашистов. Нельзя допустить возрождения фашизма – ведь это зло направлено против человечества. Героизация нацизма недопустима! Без сохранения истории невозможно воспитать будущее поколение. Итоги Великой Отечественной войны и Второй мировой войны влияют на события современной истории. Уроки прошлого должны формировать активную гражданскую позицию. А как увековечить подвиг наших дедов и прадедов?! Слово хранит память – «рукописи не горят». Вот почему в литературе тема войны не может устаревать. «Пока мы помним – герои живы»!

Обратимся к творчеству Юрия Бондарева. Его книги «Горячий снег», «Берег», «Батальоны просят огня» – до сих пор читаемы и по романам поставлены художественные фильмы.

Юные герои романа «Горячий снег» шагнули в жестокий и суровый мир войны прямо со школьной скамьи, из чистого и светлого мира детства. Они были готовы к подвигу – так их воспитала страна, но не были готовы к тому, чтобы увидеть подлинное лицо войны, нечеловеческое и страшное. Вчерашние выпускники, представлявшие себе войну чередой героических свершений, совершенно не думали о том, что их главная обязанность теперь – убивать врага. Взрослея и мужая в огне боев, они постигали жизнь, ее цену, учились нравственности и доброте, а главное – они защищали свою Родину.

«Горячий снег» – одна из самых честных книг о Великой Отечественной войне, написанная непосредственно ее участником Юрием Бондаревым. Под Сталинградом насмерть встала артиллерийская батарея, преграждая путь танковым дивизиям генерал-фельдмаршала Эрих фон Манштейна. От итога операции зависел, может быть, даже исход войны. И как стояли эти молодые люди насмерть и не отступили! Приказ: «Ни шагу назад! И выбивать танки. Стоять и о смерти забыть», – отданный генералом Бессоновым перед боем, – выполнили солдаты. И выстояли – ценой своей жизни! Уханов – старший сержант, один из выживших, скажет: «Нет, а не прошли вы, черто лысого...»! И очень трогателен эпизод, когда генерал оставшимся в живых (единицам из всего батальона), вручая медали, по-отечески говорил: «Все что могу!». И не думали солдаты о медалях, Родина была за ними. Героизм – это преодоление самого себя, это и есть самая высокая Человечность.

Как предать этих людей, их беспримерный подвиг забвению? Сколько сверстников шагнуло в вечность? – слышим обращение автора романа к читателям.

В книге Бориса Васильева «В списках не значился» Николай Плужников почти год сражается с врагом за Брестскую крепость. Не успел лейтенант встать на воинский учет, как началась война. Так и остался Н. Плужников в списках незначимый, один на один с врагом, борясь и не сломившись. Ему все-таки пришлось выйти из крепости (спасал еврея и его семью.) На вопрос немецкого офицера: «Имя, фамилия?» Н. Плужников ответил: «Я русский солдат!» Его храбрость поразила немецкого офицера, и он отдал честь русскому солдату. Крепость не пала – она истекла кровью.

Такие как Николай Плужников и отстояли свою Родину, о них сказано: «защищали каждую пядь земли». Разве этот литературный герой не вызывает у нас чувство гордости и восхищения? Н. Плужников служит примером истинного патриотизма – он не думал о наградах, славе (ведь даже в списках не значился).

«У войны не женское лицо» – и это так. Но судьба девушек из повести «А зори здесь тихие» Бориса Васильева еще один пример мужества и героизма. Каждый прожитый день на войне требует нечеловеческих усилий. Смерть – постоянная спутница войны. Пять женских образов, таких разных и таких живых. Девушки-зенитчицы твердо знают, что от них зависит

победа, от их стойкости. Рита Осянина, умирая, говорит старшине о том, что Родина «начинается не с каналов», Родина – дом, семья, дочь, муж, земля, лес ... Старшина Васков выполнил приказ – не пропустил врага к Беломорскому каналу, но ценой жизни пятерых девушек. Символично, уже в современное время (после войны) Васков привозит к обелиску сына одной из героинь, рассказывая сыну и молодым людям о подвиге пятерых девушек. Передавать из уст в уста, от отца к сыну – внуку – правнуку память о тех, кто ценой своей жизни отстоял Родину. Вот оно – беззаветное, бескорыстное служение Отечеству, о котором говорит Борис Васильев в своей книге. Молодые люди, читая эту повесть, наверняка, задумаются о нравственных ценностях, о значимости Родины в жизни человека.

Сила литературы и заключается в воспитании чувств патриотизма, гражданственности и духовной нравственности. Мы не должны страдать манкуртизмом, (Манкурт-согласно роману Чингиза Айтматова «Буранный полустанок», человек взятый в плен и превращенный в бездушное рабское создание, не помнящее ничего из предыдущей жизни), не предавать забвению нашу память, наши нравственные ценности.

Да, есть много рычагов воздействия на воспитание молодежи, но убедительно Слово, наглядный литературный пример формирует сознание молодежи и ее готовность к защите Отечества. Молодые люди, выполняющие свой воинский долг в спецоперации на Украине, проявляют мужество и героизм во имя независимости России, ее свободы от «коричневой чумы», против которой боролись наши прадеды. Продолжается преемственность поколений, верность традициям нашей страны – это и есть воздействие художественной литературы на личность. В данном контексте авторам созвучна позиция Президента РФ Путина В.В: «У нас нет никакой, и не может быть другой объединяющей идеи, кроме патриотизма. Никакой другой идеи мы не придумаем, и придумывать не надо». Изучение литературы – это неотъемлемая часть патриотического воспитания. Литература как вид искусства приобщает к общечеловеческим ценностям. Литература – это средство духовно-нравственного развития нашей молодежи.

1. Бочаров, С. Г. Роман Л. Толстого «Война и мир». – Москва: Худож. лит., 1978. – 103 с.
2. Емельянова, И. Н. Теория и методика воспитания: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности «Педагогика и психология» / И. Н. Емельянова. – Москва: Академия, 2008. – 252 с.
3. Иванов Г. И., Балдин О. В., Просандеев В. А. Парадигмальное представление патриотизма как национальной идеи России: критический анализ // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 10-1. – С. 155-160. URL: <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=11882> (дата обращения: 26.03.2023).
4. Кукушкин, В. С. Теория и методика воспитания: учеб. пособие для студентов пед. вузов / В. С. Кукушкин. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006 (Ростов н/Д : Книга). – 506 с.
5. Ожегов, С. И. Словарь русского языка. Около 57 000 слов. – М., Русский язык. – 1987. – 797 с.

Фролова В.А., Николаева И.В.

Влияние физических упражнений на умственную работоспособность студентов

*Самарский государственный экономический университет
(Россия, Самара)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-121

Аннотация

В статье анализируется влияние занятий физическими упражнениями и спортом на умственную работоспособность студентов и на количество информации, которую студент будет в силах запомнить в ходе той или иной работы.

Ключевые слова: студенты, физическая нагрузка, умственная работоспособность.

Abstract

The article analyzes the influence of physical exercises and sports on the mental performance of students and on the amount of information that a student will be able to remember in the course of a particular work.

Keywords: students, physical activity, mental performance.

Ни для кого не секрет, что сидячий образ жизни характерен для современного общества [4]. В наибольшей степени данному явлению подвержены студенты. Часы, проведённые за партами в университете, выполнение работ перед экраном монитора в стенах дома, нескончаемая мозговая деятельность, а в качестве отдыха – гаджеты, но локация не меняется. Как следствие – боли в спине, плохое зрение, сложности с усвоением информации, нежелание что-либо делать. «Физическая культура и спорт» – дисциплина, которая указана в учебном плане практически каждого университета, ведь самая распространённая отговорка студента «недостаточное количество свободного времени».

Актуальность работы заключается в том, что с каждым годом всё чаще поднимается вопрос проблем со здоровьем среди молодого поколения, вызванных низкой физической активностью [8, 9, 10, 12].

Цель работы: выявление влияния занятий физической культурой на умственную работоспособность студента.

Задачи работы: изучение наиболее распространённых видов физической нагрузки и их влияние на мозговую деятельность, анализ эффективности физической нагрузки.

Мир изменчив, в учебный процесс внедряется всё большее количество новшеств, с каждым днём объёмы информации увеличиваются, что, несомненно, требует более интенсивной работы [1].

Резкое внедрение физических упражнений в жизнь студента может оказать негативное влияние на его отношение к данному виду времяпровождения. На начальном этапе возможно осуществление базовых упражнений и выполнение различного рода дыхательных практик. Йога способствует расслаблению и развитию гибкости. За счёт выполнения аэробных упражнений вырабатывается мозговой нейротрофический фактор, которые оказывает влияние на образование новых нейронов, что способствует значительному улучшению памяти.

В ходе исследования Терезы Лю-Амброс выяснилось, что занятия силовыми тренировками в большей степени способствуют улучшению пространственной памяти, аэробные упражнения – вербальной. Упражнения со сложной координацией помогают улучшить концентрацию.

Для исследования были привлечены 26 студентов Самарского государственного университета разных курсов: 2 студента 1-ого курса, 2 студента 2-ого курса, 2 студента 3-го курса. Каждая группа прошла дважды тест на запоминание. В первый раз до занятия физической нагрузкой, второй раз – через час после физической нагрузки. На рисунке 1 представлены результаты исследования.

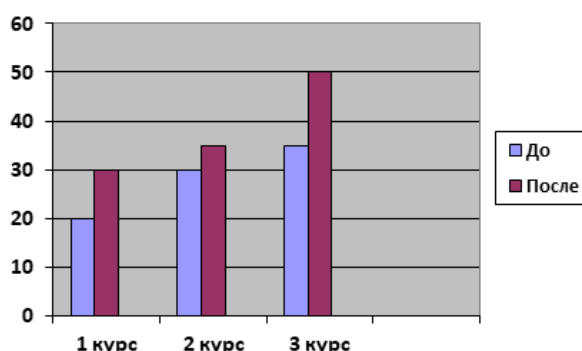


Рисунок 1. Влияние физической нагрузки на запоминание информации студентами.

В ходе работы было выявлено, что после проведения занятий, показатели студентов стали значительно выше. Это можно объяснить тем, что в ходе физической нагрузки частота сердечных сокращений увеличивается, как и количество крови, которая в том числе идёт в мозг.

Мозг подвержен изменениям в ходе выполнения физических упражнений. Рекомендуют совмещать интеллектуальные и силовые упражнения, тем самым развивая логику и внимание, то есть, способствуя выполнению когнитивных функций мозга [6]. Например, в ходе силовой тренировки можно прослушивать подкаст, фокусируясь на информации, которая транслируется, заставляя мозг работать [5]. Развить креативность, гибкость, способность решать вопросы в разных направлениях, помогут велотренировки. Работая в команде, человек развивает аналитическое мышление. К возможным вариантам видов спорта можно отнести: футбол, баскетбол, хоккей, волейбол и другие.

Всем известно, что люди, которые малоподвижны, обладают сниженным иммунитетом и многочисленными заболеваниями, к такой группе людей относятся и студенты. Как показывает статистика, люди, чья жизнь связана с интеллектуальным трудом, которые занимаются физической нагрузкой крайне редко, либо не занимаются ею совсем, сталкиваются с инфарктом в разы чаще, чем те, кто занимается физической нагрузкой на постоянной основе и это имеет отношение, возможно, к их профессиональной деятельности.

Важно отметить, что тренировки и соблюдение качественного питания работают вместе. Одно без другого не функционирует в полной мере. Недоедание и в целом несбалансированное питание способно в значительной степени понизить работоспособность [2, 11].

Во время физических усилий клетки нарастают в конкретных отделах нашего мозга. Например, гиппокамп играет большую роль в работе мозга, отвечает за долгосрочную и пространственную память. Основное назначение префронтальной коры – выполнение действий и принятие решений в соответствии с внутренними целями и установками.

К концу 60-х – началу 70-х годов XX века провели ряд исследований и сделали открытия относительно работы мозга: он подвергается изменениям каждый раз, когда мы совершаем то или иное действие. В случае, если некоторые мозговые структуры перестают работать, начинают работать другие, которые вполне способны заменить первые. Данным свойствам мозга дали название «нейропластичность» [7].

Нейропластичность – это возможность мозга изменяться в ходе определённого опыта, приспосабливаться в ходе меняющихся событий. Повысить нейропластичность можно за счёт выполнения вполне знакомых и обыденных действий, но абсолютно непривычным для нашего мозга образом. Например, осуществить приём пищи левой рукой или немного изменить повседневный маршрут от дома до учебного заведения. Данные методы оказывают влияние на способность человека быстрее адаптироваться к изменяющимся условиям, способствуют развитию памяти.

Таким образом, можно сделать вывод, что интеллектуальная работоспособность выше в случае внедрения физических упражнений в жизнь студентов [3]. Если студенты будут заниматься спортом регулярно, то это поспособствует развитию устойчивости организма к различным видам нагрузки. Уровень работоспособности напрямую зависит от наличия или отсутствия спорта в жизни студента.

1. Зизикова С.И., Николаев П.П., Борисов А.Я., Белянская И.М., Жукова Е.И. Интенсификация процесса физической подготовки студентов с использованием техники Табата // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 1 (215). С. 176-180.
2. Иванова Л.А., Казакова О.А., Попова А.О. Основы оздоровительного питания студентов, занимающихся физической культурой и спортом: учебное пособие. Самара, 2016. 44 с.
3. Исмаилова С.М.К., Алексина А.О. Влияние физических упражнений на умственную деятельность человека // Российская наука: актуальные исследования и разработки: сборник научных статей VIII Всероссийской научно-практической конференции. 2019. С. 295-298.
4. Каримова С.В., Скобелев А.А., Казакова О.А., Иванова Л.А. Влияние сидячего образа жизни на здоровье молодежи // OlymPlus. Гуманитарная версия. 2022. № 1 (14). С. 67-71.
5. Николаев П.П. Факторы индивидуализации тренировочной деятельности в женском силовом троеборье // Интегративные процессы и межпредметные связи в системе образования физической культуры и спорта: материалы международной научно-практической конференции. 2016. С. 197-199.

6. Николаев П.П. Методические основы индивидуализации тренировочного процесса в женском силовом троеборье // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2016. № 6. С. 48.
7. Норман Дойдж Пластичность мозга. Потрясающие факты о том, как мысли способны менять структуру и функции нашего мозга // Психология. Мозговой штурм. Бомбора, 2010 г. 544 с.
8. Пискайкина М.Н., Николаев П.П. О некоторых проблемах формирования личности студентов в процессе физического воспитания и пути их решения // Известия Института систем управления СГЭУ. 2011. № 2 (3). С. 58-61.
9. Пискайкина М.Н., Николаев П.П. Решение проблем формирования личности студентов в процессе физического воспитания // Известия Института систем управления СГЭУ. 2011. № 1 (2). С. 17-20.
10. Смирнова У.В., Налимова М.Н. Современные оздоровительные системы физических упражнений // Известия Института систем управления СГЭУ. 2019. № 1 (19). С. 20-22.
11. Суркова Д.Р., Пискайкина М.Н., Смирнова У.В. Здоровый образ жизни: необходимость тренировок и сбалансированной диеты // OlymPlus. Гуманитарная версия. 2018. № 1 (6). С. 84-87.
12. Суркова Д.Р., Шиховцова Л.Г., Николаев П.П. Факторы и приоритетные направления формирования здорового образа жизни студентов // OlymPlus. Гуманитарная версия. 2015. № 1 (1). С. 145-147.

Фурсина А.А.

Преимущества включения литературы в обучение английскому языку

*Северо-Кавказский федеральный университет
(Россия, Ставрополь)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-122

Аннотация

В этой статье обсуждаются преимущества включения литературы в обучение английскому языку. Литература может помочь изучающим английский язык развить свои языковые навыки, культурную осведомленность, критическое мышление и творческие способности. Кроме того, использование художественных текстов может создать более увлекательный и интерактивный опыт обучения для учащихся. В этой статье приводятся примеры и доказательства, основанные на исследованиях, в поддержку использования литературы в обучении языку.

Ключевые слова: литература, обучение английскому языку, языковые навыки, культурное сознание, критическое мышление, креативность.

Abstract

This paper discusses the benefits of incorporating literature into English language instruction. Literature can help English language learners develop their language skills, cultural awareness, critical thinking, and creativity. Moreover, using literary texts can create a more engaging and interactive learning experience for students. This article provides examples and research-based evidence supporting the use of literature in language instruction.

Keywords: literature, English language instruction, language skills, cultural awareness, critical thinking, creativity.

В последние годы все большее внимание уделяется использованию литературы в обучении языку. Литература предоставляет изучающим язык богатые и разнообразные ресурсы для развития языковых навыков и культурной осведомленности. Кроме того, художественные тексты могут способствовать критическому мышлению и творчеству в изучении языка. Эта статья направлена на изучение преимуществ включения литературы в обучение английскому языку и предоставление доказательств, поддерживающих использование литературы в обучении языку.

Для начала рассмотрим какие языковые навыки поможет улучшить литература. В литературе можно найти много аутентичного материала включая идиоматические выражения, культурные отсылки и разговорные выражения. Чтение художественных текстов может улучшить словарный запас учащихся, грамматику и навыки понимания. Художественные тексты также предлагают учащимся возможность практиковать свои языковые навыки в

осмысленных контекстах. Более того, читая и анализируя литературные тексты, учащиеся могут развивать свои навыки письма и разговорной речи, а также способность творчески выражать себя.

Говоря о культурной осведомленности, литературные тексты могут дать представление о культурном, историческом и социальном контексте англоязычного мира. Читая и обсуждая тексты, учащиеся могут развивать свою культурную осведомленность и восприимчивость. Они также могут узнать о различных точках зрения и мировоззрениях и получить более глубокое понимание сложностей языка и культуры. Литература также может помочь учащимся оценить разнообразие культур и языков.

Также не менее важное умение, которое можно развить с помощью литературы — это критическое мышление. Художественные тексты могут стимулировать учащихся к критическому и аналитическому мышлению. Анализируя и интерпретируя литературные тексты, учащиеся могут развивать свои навыки критического мышления, такие как определение тем, анализ персонажей и оценка литературных приемов. Они также могут научиться устанавливать связи между литературой и окружающим миром и подвергать сомнению предположения и убеждения.

Литература также может способствовать развитию эмпатии и эмоционального интеллекта, давая представление о человеческом опыте и эмоциях. С помощью литературных текстов учащиеся могут исследовать сложные человеческие проблемы, такие как любовь, потеря и идентичность, и развивать более глубокое понимание себя и других. Художественные тексты также могут способствовать развитию социальных навыков учащихся, предоставляя возможности для сотрудничества, общения и взаимодействия со сверстниками.

Также литература может вдохновить учащихся на творческий подход к использованию и выражению языка. Чтение и анализ литературных текстов может помочь учащимся развить воображение и творческие способности. Они также могут научиться ценить артистизм и красоту языка и использовать язык творчески и эффективно. Литература также может побудить учащихся писать творчески и выражать себя своим уникальным голосом.

Кроме того, включение литературы в языковые курсы может способствовать успеху учащихся в учебе и карьере. Анализ и интерпретация литературных текстов требуют от учащихся развития навыков мышления более высокого порядка, таких как анализ, синтез и оценка, которые необходимы для успеха в высшем образовании и на рабочем месте. Кроме того, способность эффективно использовать язык высоко ценится работодателями и может улучшить перспективы трудоустройства учащихся в различных областях.

Чтобы полностью реализовать потенциал литературы в обучении языку, учителям необходимо выбирать подходящие тексты. Одним из ключевых моментов является уровень владения языком учащимися, поскольку тексты, которые слишком сложны или слишком просты, могут подорвать мотивацию учащихся и их понимание. Учителя должны выбирать тексты, которые являются сложными, но доступными, и обеспечивать соответствующую основу и поддержку, чтобы помочь учащимся взаимодействовать с текстами. Например, учителя могут заранее обучать словарному запасу и предоставлять возможности для обсуждения и уточнения. Подбор текстов должен быть разнообразным и инклюзивным, отражающим опыт и точки зрения различных групп. Учителя также могут использовать различные учебные стратегии, такие как чтение вслух, чтение под руководством, литературные кружки и деятельность, основанную на исполнении, для повышения вовлеченности и понимания учащихся. Кроме того, учителя могут оценивать понимание и владение языком учащимися с помощью ряда методов оценки, таких как письменные задания, устные презентации и проектные задания.

Практические примеры включения литературы в обучение языку могут включать использование литературных текстов на занятиях, таких как романы, рассказы, поэзия и драма. Учителя также могут включать литературные тексты в другие языковые навыки, такие как

аудирование, говорение и письмо. Например, учащиеся могут слушать аудиозаписи литературных текстов, участвовать в дискуссиях и дебатах на литературные темы или писать творческие ответы на литературные тексты.

Несмотря на преимущества включения литературы в языковое обучение, могут возникнуть некоторые проблемы, такие как отсутствие доступа к аутентичным и культурно разнообразным текстам или сложность адаптации литературных текстов к уровню владения языком учащихся. Учителя также могут столкнуться с сопротивлением со стороны учащихся, которые считают литературу слишком сложной или не имеющей отношения к их целям изучения языка. Чтобы решить эту проблему и убедить учеников читать литературу на английском языке, учителя могут использовать несколько стратегий и методов:

- 1) Подбор подходящей литературы. Учителя должны выбирать литературные произведения, которые соответствуют уровню владения языком и интересам учеников. Если произведение слишком сложное или неинтересное, ученики могут потерять интерес к чтению на английском языке. Учителя также могут использовать сокращенные версии произведений, которые легче для чтения, или адаптированные книги с постепенно увеличивающейся сложностью.
- 2) Обсуждение и анализ текста. Учителя могут использовать групповые обсуждения и анализ произведений для помощи ученикам в понимании и интерпретации текста. В процессе обсуждения ученики могут выражать свои мнения и чувства относительно произведения, что может помочь им установить эмоциональную связь с текстом и заинтересоваться чтением на английском языке.
- 3) Использование современных технологий. Учителя могут использовать цифровые ресурсы, такие как аудиокниги, видео-ролики и интерактивные веб-сайты, для помощи ученикам в понимании и интерпретации текста. Эти ресурсы могут быть особенно полезны для визуальных и аудиальных учеников, которые могут находиться в зоне комфорта при работе с мультимедиа-ресурсами.
- 4) Создание стимулирующей обучающей среды. Учителя могут создать стимулирующую обучающую среду, которая поддерживает чтение на английском языке. Они могут украшать класс постерами с цитатами из литературных произведений или выставлять книги на видном месте, чтобы заинтересовать учеников. Также можно проводить в классе дискуссии и конкурсы на основе литературных произведений.

В заключение можно сделать вывод о том, что включение литературы в обучение английскому языку может дать ряд преимуществ для изучающих язык, включая улучшение языковых навыков, культурную осведомленность, критическое мышление и творческий потенциал. Использование художественных текстов также может сделать процесс обучения более увлекательным и интерактивным для учащихся. Таким образом, преподаватели иностранных языков должны рассмотреть вопрос о включении литературы в свою практику преподавания и должны использовать стратегии, основанные на исследованиях, для эффективной интеграции литературы в языковое обучение.

1. Лазар, Г. (2003). Преподавание литературы и языков: руководство для учителей и инструкторов (2-е изд.). Издательство Кембриджского университета.

Хасанов Н.Б.¹, Алыбекова А.А.²

**Из опыта работы по развитию навыков аудирования у студентов
на материале языка специальности**

¹Кыргызский государственный технический университет им. И. Раззакова

²Кыргызский государственный университет им. И. Арабаева
(Кыргызстан, Бишкек)

doi: 10.18411/trnio-05-2023-123

Аннотация

Статья посвящена вопросам формирования у студентов навыков аудирования. На примере текста “Земля родная” авторы приводят приемы работы по аудированию текста. Целью исследования явилось изучение методической ценности аудирования в процессе интенсификации обучения студентов русскому языку. В исследовании использованы теоретические методы: анализ, синтез, сравнение, обобщение содержания теоретического и практического материала по теме, педагогический опыт, наблюдение.

Ключевые слова: текст, аудирование, речевой слух, подготовительные упражнения, после текстовые упражнения, вопросно-ответная беседа.

Abstract

The article is devoted to the formation of students' listening skills. Using the example of the text “Native Land”, the authors give methods of working on listening to the text. The aim of the study was to study the methodological value of listening in the process of intensifying students' teaching of the Russian language. The study used theoretical methods: analysis, synthesis, comparison, generalization of the content of theoretical and practical material on the topic, pedagogical experience, observation.

Keywords: text, listening comprehension, speech hearing, preparatory exercises, post-text exercises, question-answer conversation.

Введение

Аудирование позволяет обучаемым овладеть звуковой стороной изучаемого языка, его фонетическим составом и интонацией: ритмом, ударением и мелодией, а также развивает другие виды речевой деятельности (чтение, говорение, письмо), так как “аудирование является рецептивным видом речевой деятельности, состоящая в одновременном восприятии языковой формы и понимании содержания высказывания” [2].

Мотивация является одним из важных факторов в обучении аудированию, поэтому при выборе языкового аудиоматериала необходимо учесть коммуникативные потребности обучаемых. В процессе обучения студентов аудированию текстов на профессиональные темы должны формироваться и совершенствоваться их речевой слух, а также психологические механизмы аудирования (понимание, память и вероятностное прогнозирование).

Теоретическую основу работы составили научные труды Т.Е. Акишиной [1], Н.А. Высотской [3], Б.А. Глухова [4], И.А. Зимней [5], И.М. Ивановой [6], З.А. Кочкиной [7], С.В. Тиминой [13], И.И. Халеевой [10], А.Н. Щукина [14] и других.

Методы исследования

Основной целью нашего исследования явилось изучение методической ценности аудирования в процессе интенсификации обучения студентов русскому языку. В процессе исследования применили такие методы, как поиск информации по исследуемой теме в учебной и научно-методической литературе, их обработка и обобщение собственного опыта работы, анализ и систематизация полученных результатов.

Результаты

Тексты по спецдисциплинам должны быть направлены на развитие навыков аудирования и письма. Определенная последовательность позволяет, с одной стороны, учить аудированию и пониманию звучащего текста, совершенствовать навыки слухового анализа, а

также конспектирования текстов по специальности, а с другой стороны, контролировать эффективность учебного процесса. Обычно к тексту предлагается:

- подготовительные;
- предтекстовые;
- текст;
- после текстовые задания или упражнения.

Учебный материал должен быть организован с учетом постепенного повышения степени трудности во все более сложных условиях аудирования, так как постепенное преодоление трудностей приводит к повышению качества восприятия информации на слух и способствует оптимизации процесса формирования иноязычной информации. навыки и умения студентов в аудировании научной информации, относящейся к “языковой специальности, представляющей собой подсистему, обслуживающую сферу профессионального общения и характеризующуюся широким использованием терминологии, преимущественным употреблением слов в их прямом, конкретном значении и склонность к специфическим синтаксическим конструкциям” [2].

В качестве примера приведем образцы заданий, способствующих обучению аудированию, которые выполняются с помощью преподавателя по теме «Земля родная».

Подготовительные упражнения

Задание 1. Прочитайте словосочетания, определите значение незнакомых слов и терминов в словаре: *красивый пейзаж, красивые города; отработанный воздух; зеленые насаждения; родная земля; родная сторона; земной шар; старые рукописи; благоприятный климат; традиции народного творчества, национальное достояние; невидимые связи.*

Задание 2. Прочитайте и укажите антонимы.

1. *Чтобы победить, надо хорошо знать врага - его силу и слабость. (А.Н.Т.).* 2. *Родина наша должна стать необразимым счастьем для молодости, светлым покоем для старости (А.Н.Т.).* 3. *В бричке сидел господин, не красавец, но и не дурной наружности, ни слишком толст, ни слишком тонок. (Г.).* 4. *Дома новы, да предрассудки стары (Гр.).* 5. *Как правая и левая рука – твоя душа моей близка (Цв.).*

Задание 3. Объясните значение данных слов и расставьте ударения: *обширный, обработанный, кустарники, хвойный, вперемежку, благоприятный, микроклимат, лиственные.*

Предтекстовые задания

Задание 1. Прослушайте слова и словосочетания и повторите их дважды с паузой:

академическая наука - ...,

человек беспокойный - ... ,

народное творчество - ...,

накопленные литературные произведения - ...

Задание 2. Прочитайте текст “Предисловия” из книги Д.С. Лихачева “Земля родная”.

Судьба сделала меня специалистом по древней русской литературе. Впрочем, что значит “судьба”? Судьба была во мне самом: в моих склонностях и интересах, в моем выборе факультета в Ленинградском университете и в том, к кому из профессоров я стал ходить на занятия. Меня интересовали старые рукописи, меня интересовала литература, меня притягивала к себе Древняя Русь и народное творчество.

Но та же судьба, жившая во мне самом, одновременно постоянно отвлекала меня от занятий академической наукой. По натуре я, очевидно, человек беспокойный....

Я хочу, чтобы все ценности принадлежали всем и служили всем, оставаясь на своих местах. Вся земля владеет и хранит ценности, сокровища прошлого. Это и красивый пейзаж, и красивые города, а в городах свои, собранные многими поколениями памятники искусств. А в селах – традиции народного творчества, трудовые навыки. Ценностями являются не только материальные памятники, но и добрые обычаи, представления о добром и красивом, традиции гостеприимства, приветливости, умение ощутить в другом свое, доброе. Ценностями являются язык, накопленные литературные произведения. Всего не перечислишь.

Что такое наша Земля? Это с невероятной скоростью мчащаяся в космическом пространстве необычайно разнообразных и необычно хрупких созданий человеческих рук и человеческого мозга. Я назвал книгу “Земля родная”. Слово “земля” в русском языке имеет много значений. Это и почва, и страна, и народ (в последнем смысле говорится о Русской земле в “Слове о полке Игореве”), и весь земной шар.

В названии моей книги слово “земля” может быть понято во всех этих смыслах.

Человека создает земля. Без нее он ничто. Но и землю создает человек. От человека зависит её сохранность, мир на земле, умножение её богатства.

Задание 1. Ответьте на вопросы:

- Какова цель этого текста?
- О чем хотел Дмитрий Сергеевич напомнить читателям?
- В каких словах выражается основная цель книги?
- Какие чувства стремится внушить автор своим соотечественникам?
- Какие смысловые значения слова земля выделяет писатель?
- Какой синоним подбирает Д.С. Лихачев к слову земля?
- Что за “сокровища” хранит Земля?

Задание 2. Найдите ту часть текста, где содержится ответ на вопрос: Что за “сокровища” хранит Земля?

Задание 3. Выпишите те слова, которые характеризуют слово “сокровища”.

Задание 4. Какой эпитет подбирает писатель для “озарения” слова земля, выражая тем самым вполне определенные чувства к ней?

Задание 5. Подберите и запишите из данного ряда эпитетов синонимы к слову родная:

Благословенная, великая, вольная, вражья, горькая, далекая, дорогая, древняя, милая, мирная, родимая, чужая, богатая, могучая, приветливая.

2. **Прочитайте главу** “Молодость – это вся жизнь” из книги Д.С. Лихачева “Земля родная”.

Когда я учился в школе, мне казалось – вот вырасту, и все будет иным. Я буду жить среди каких-то иных людей, в иной обстановке, и все вообще будет иначе. Будет другое окружение, будет какой-то иной, “взрослый мир”, который не будет иметь ничего общего с моим школьным миром. А в действительности оказалось иначе. Вместе со мной вступали в этот “взрослый” мир и мои товарищи по школе, а потом и по университету. Окружение менялось, но ведь оно менялось и в школе, а в сущности оставалось тем же. Репутация моя как товарища, человека, работника оставалась со мной, перешла в тот иной мир, о котором мне мечталось с детства, и если менялась, то вовсе не начиналось заново.

И помните поговорку: “Береги честь смолоду”. Уйти совсем от своей репутации, созданной в свои школьные годы, нельзя, а изменить её можно, но очень трудно.

Наша молодость – наша старость.

Задание 6. Прослушайте слова и запишите их в сокращенной форме. Проверьте свою запись. Например: *литература – лит-ра; человек – чел.*

Репутация, молодость, сущность, работник, товарищ, действительность, университет.

Задание 7. Прослушайте еще раз микротекст. В паузах запишите текст, используя сокращения слов. Проверьте полученный текст с оригиналом текста.

Задание 8. Ответьте на вопросы утвердительно или отрицательно, подтверждая или опровергая правильность информации. Ответы запишите.

После текстовые задания

Задание 1. Как вы понимаете смысл названия главы?

Задание 2. Найдите в тексте подтверждения выводов, которые вынесены в название главы.

Задание 3. Обратитесь к таблице, в которой представлены особенности публицистического стиля. Докажите, что глава написана в публицистическом стиле.



Рисунок 1.

Задание 4. Что делает мысли писателя особенно убедительными, побуждает верить ему, следовать его наказам?

Задание 5. Прочитайте главы “Искусство открывает нам большой мир!” и “Учитесь говорить и писать” из книги Д.С. Лихачева “Земля родная”.

Задание 6. Выпишите из них выражения, которые, по-вашему, можно считать афоризмами.

Задание 7. Письменно воспроизведите весь текст, опираясь на свои записи.

Задание 8. Письменно объясните значение одного из понравившихся вам афоризмов.

Выводы

Таким образом, предлагаемая нами последовательность заданий, способствовала развитию навыков обучения аудирования, но и пониманию, конспектированию, сжатию текста, а также помогла использовать полученную информацию в речи.

1. Акишина Т.Е., Алексеева Н.Н. Пособие по обучению аудированию и записи лекций. М.: Русский язык, 1989. - 86 с.
2. Афанасьева Н.Д., Захарченко С.С. Читаем тексты по-специальности. - Санкт-Петербург, 212. Том. Выпуск № 8. Право. - 144 с.
3. Высотская Н.А. Система упражнений, обучающая студентов-вьетнамцев аудированию русской речи (начальный этап): Автореф. дис. . канд. пед. наук.-М., 1978.-21 с.
4. Глухов Б. А. Термины методики преподавания русского языка как иностранного / Б. А. Глухов, А. Н. Щукин. - М. : Рус.яз., 1993. - 371 с.
5. Зимняя И.А. Психология слушания и говорения: Автореф. дис. . доктора пед. наук. М., 1973. - 32 с.
6. Иванова И.М. Методика обучения студентов-иностранцев аудированию специальных текстов (на примере авиационно-инженерного профиля): Дис. . канд. пед. наук. -М., 1992. 178 с.
7. Кочкина З.А. Понимание звучащей речи (аудирование). - М.: издательский центр "Академия", 2002. - 190 с.
8. Клобукова Л.М., Михалкина И.В. Проблемы обучения аудированию в зеркале реальной коммуникации// Мир русского слова. - 2002. - с. 15-16.
9. Кузина О.С. Обучение студентов-иностранцев аудированию учебных лекций по специальности: Дис. . канд. пед. наук. М., 1977. — 252 с.
10. Халеева И.И. Основные теории обучения пониманию иноязычной речи - М., 1989. - 298 с.
11. Елухина Н.В. Преодоление основных трудностей понимания иноязычной речи на слух как условия формирования способности устно общаться// Иностранные языки в школе. - 1996. - № 4. - с.18.

12. Константинова А.А., Тихонова О.А. Обучение аудированию на материале языка специальности студентов-иностранцев предвузовского этапа // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. - Тульский государственный университет. - 2013. - С.351-357
13. Тимина С. В. Основные трудности, связанные с обучением аудированию на этапе вводно-предметного курса при овладении языком специальности // Проблемы обучения русскому языку, культуре речи и дисциплинам специализации: Сб. научно-методических статей / Под ред. Л.Р. Биктеевой. - Н.Новгород: НГПУ, 2002. - 0,4 п.л.
14. Щукин А.Н. Основы методики использования аудиовизуальных средств обучения на занятиях по русскому языку как иностранному в вузе: Автореф. дис. доктора пед. наук. — М., 1978. 38 с.

Хасанов Н.Б.¹, Алыбекова А.А.²

Формирование коммуникативной компетенции на основе аутентичных материалов

¹*Кыргызский государственный технический университет им. И. Раззакова*

²*Кыргызский государственный университет им. И. Арабаева*

(Кыргызстан, Бишкек)

doi: 10.18411/trnio-05-2023-124

Аннотация

Статья посвящена вопросам формирования коммуникативной компетенции на основе аутентичных материалов. Целью нашего исследования явилось изучение методической ценности видеоматериалов в процессе интенсификации обучения студентов русскому языку. По мнению авторов использование аутентичных опор, в частности аутентичные тексты, видеоматериалы являются несомненно окажут неоценимую помощь в работе учителей.

Ключевые слова: аутентичные материалы, русский язык, видеоматериалы, коммуникативная компетентность, подход, личностно-ориентированный подход, диалог.

Abstract

The article is devoted to the formation of communicative competence on the basis of authentic materials. The purpose of our study was to study the methodological value of video materials in the process of intensifying students' teaching of the Russian language. According to the authors, the use of authentic supports, in particular authentic texts, video materials are undoubtedly of invaluable assistance in the work of teachers.

Keywords: authentic materials, Russian language, video materials, communicative competence, approach, student-centered approach, dialogue.

Введение

В последние годы студенты основное свое внимание стали уделять изучению языков. Они стремятся овладеть языком с целью свободного общения на другом языке и получить иноязычную информацию. На наш взгляд овладение языком невозможно без формирования у них коммуникативной компетенции, которая предполагает умение вступать в диалог с представителями других культур. Лингвисты коммуникативную компетенцию определяют как основную в современной теории и практики преподавания. Д.И. Изаренков в своей работе “Базисные составляющие коммуникативной компетенции и их формирование на продвинутом этапе обучения студентов-нефилологов” отмечает, что “этот термин как способность человека к общению в нескольких видах речевой деятельности, включающую в себя приобретенное качество речевой личности” [3, с. 305].

Первое упоминание этого термина принадлежит Хомскому еще в 60 –е годы XX века. Его учение расширил Хаймс, который указал, “что коммуникативная компетенция должна включать в себя способность использовать грамматические конструкции в различных ситуациях для передачи и интерпретации сообщений и согласования их значений [13, с. 262].

Мы считаем, что основной целью формирования коммуникативной компетенции должно стать обучение всем компонентам коммуникативной компетенции, а именно: структурный, социальный, прагматичный, контекстуальным особенностям языка.

В настоящее время лингводидактики выделяют несколько подходов в обучении иноязычной коммуникативной компетенции. Среди них можно выделить личностно-ориентированные, коммуникативно-деятельностные и познавательные-коммуникативные [2, с. 14].

Теоретическую основу работы составили научные труды по методике преподавания иностранных языков и РКИ (Е.И. Пассов [4], В.Г. Костомаров [5], А.Н. Шукин [12] исследования, посвящённые проблеме использования видеоматериалов в обучении иностранным языкам (Д.Д. Дмитриева, [1; 2], Е.А. Подшивалова [6], Н.Н. Самчик [7], Д.А. Смелова, Т.Ю. Уша [8] др.).

Методы исследования

Основной целью нашего исследования явилось изучение методической ценности видеоматериалов в процессе интенсификации обучения студентов русскому языку. В процессе исследования применили такие методы, как поиск информации по исследуемой теме в учебной и научно-методической литературе, их обработка и обобщение собственного опыта работы, анализ и систематизация полученных результатов.

Результаты

Перед тем как выбрать и внедрить те или иные подходы, нужно учесть плюсы и минусы каждого из них.

Нельзя не отметить и эффективность использования элементов уровневого подхода. На наш взгляд они точнее оценивают уровни сформированности у студентов коммуникативной компетентности.

Многие учителя-практики отмечают эффективность такого подхода, так как появляется возможность подбирать аутентичный материал самостоятельно для работы на занятиях в зависимости от уровня знаний учеников в классе, от их потребностей и интересов.

В настоящее время применение и формирование коммуникативной компетенции в изучении языков считается самым оптимальным вариантом в обучении языкам. Использование аутентичных опор, в частности аутентичные тексты, видеоматериалы являются несомненно окажут неоценимую помощь в работе учителей. Использование таких материалов на занятиях делают их более интересным, увлекательным, создавая на занятиях реальные и воображаемые ситуации общения на русском языке, в результате которого ученики погружаются и воссоздают языковую среду.

Видеоматериалы помогают в знакомстве с другой культурой, способствуют в реализации принципа соизучения языка и культуры. Они на занятиях создают реальную коммуникативную ситуацию. На экране учащиеся воочию видят коммуникативное поведение своих героев. На экране ученики видят и вместе переживают знакомые и совершенно новые для них события и ситуации, и видят как представитель другой культуры реагирует на происходящее, его поступки, его действия. Наглядный пример на экране помогает им преодолеть фонетические и грамматические трудности.

На формирование и развитие коммуникативной компетенции большое влияние оказывает и правильный выбор, чередование или сочетание перечисленных выше подходов.

Оптимальным подходом в развитии данной компетенции является коммуникативный, согласно которому “обучение должно быть организовано таким образом, чтобы по своим основным качествам и особенностям оно было похоже на процесс общения” [1, с. 36].

Общение при коммуникативном подходе, как процесс взаимодействия с речевым партнером, является и средством и целью обучения.

Э.И. Пассов в своих трудах отмечает, что “создать процесс обучения в виде модели процесса общения означает смоделировать основные, принципиально важные, существенные параметры общения” [4, с. 58].

К ним можно отнести личностный характер коммуникативной деятельности, взаимопонимание и взаимодействие речевых партнеров, содержательную основу коммуникативного процесса, систему речи, средства, которые помогли бы в обеспечении коммуникативной деятельности.

Обращение студентов к личному опыту во время учебного процесса дает наибольшую эффективность. Когда преподаватель создает на занятии языковую среду, то в этом процессе актуализируется личностный потенциал студента. Если учесть вышеназванные условия, то личностно-ориентированный подход является самым эффективным из перечисленных нами подходов. Преподаватель, который хорошо знает интересы своих студентов, может составить наиболее эффективный комплекс упражнений и заданий, помогающие раскрыть и вовлечь их всех в учебный процесс в достижении своих целей. Использование такого подхода помогает исключить разногласия между студентами и преподавателем, возникающие в процессе обучения, не исключает использования в обучении материалов учебника, помогающие в реализации целей урока.

Наш опыт показывает, что “на уроках с фильмом ученики легче усваивают слова, быстрее воспринимают интонацию, звуки и языковые конструкции. Демонстрация фильма требует от ученика соответствующего темпа работы, а постоянно сменяющиеся кинокадры с различными ситуациями вызывают у учеников интерес” [10].

Методистами доказано, что “видео имеет следующие преимущества по сравнению с другими средствами обучения:

- большая информативность;
- яркость и выразительность зрительно-слуховых образов;
- динамизм зрительного ряда” [2].

В ходе пробного обучения при работе с данными видеоматериалами мы придерживались четырех основных этапов: подготовительного, демонстрационного, постдемонстрационного и творческого [6, с. 239].

На начальном этапе, чтобы вовлечь студентов в процесс, мы задали им несколько вопросов, напрямую пересекающихся с темой видеоматериала. Такие вопросы помогают студентам настроиться на обсуждение выбранной нами темы и вспомнить необходимую для этого лексику, которую они уже изучили ранее. Потом предложили упражнения для закрепления лексики, предложенной на видеороликах. Например, они должны были соединить слова и словосочетания, чтобы получились фразы.

На последующих этапах студенты после повторного просмотра выполнили задания на понимание общего смысла видео, уточнения деталей, задания на расстановку ситуаций в хронологическом порядке, пересказ деталей из видеосюжета. После проведения таких работ предложили работу по выявлению значений новых слов, с которыми студенты встречаются впервые, или перевести на свой родной язык.

Далее нами были составлены задания для обсуждения вопросов, связанных с выбранными нами темами с целью составления мини-диалогов с использованием активной лексики. Например, студентов попросили ответить на вопросы: Каким должен быть инженер? Какими навыками должен обладать современный инженер? Такая работа строилась в парах и в малых группах.

Мы студентам предложили ключевые слова и словосочетания, с выбором необходимых лексических единиц. Студенты, плохо владеющие речью, меньше говорили, но при этом показали свою активность, проявляли интерес.

Другой пример — задание, в котором учащиеся должны были составить диалог в парах. Работать в парах. Прочитайте пример и составьте диалог. Расскажите своему партнеру о месте, которое вы хотели бы посетить на каникулах. Пусть ваш партнер задаст вам несколько вопросов об этом месте, а затем поменяйтесь ролями.

Такая работа помогла нам решить проблему с разницей в способностях и умениях студентов. Студенты помогали друг другу, обменивались идеями и чувствовали себя более свободными. Все это сказалось на атмосфере занятия, а также показало, что те приемы, которые предполагают активное взаимодействие студентов, очень эффективны для побуждения студентов к говорению на занятиях.

Выводы

В результате проведенного нами исследования можно сделать вывод, что систематическое и хорошо продуманные и используемые видеоматериалы на занятиях русского языка способствуют оптимизации обучения языку, раскрывают широкие возможности для формирования и развития у студентов речевых навыков и умений. Кроме этого использование видеоматериалов активизирует мыслительную деятельность и творческий потенциал студентов, оказывает на них положительное и эмоциональное воздействие.

1. Дмитриева Д.Д. Учебный фильм как эффективное средство обучения русскому языку как иностранному // Региональный вестник. – 2019. – №11 (26). – С. 19-20.
2. Дмитриева Д.Д. Учебный фильм как эффективное средство обучения русскому языку как иностранному // Региональный вестник. – 2019. – №11 (26). – С. 19-20
3. Изаренков, Д.И. Базисные составляющие коммуникативной компетенции и их формирование на продвинутом этапе обучения студентов-нефилологов / Д.И. Изаренков // РЯЗР. 1990. № 4. – 305 с.
4. Пассов Е.И., Кузнецова Е.С. Обучение общению на иностранном языке / Е.И. Пассов, Е.С. Кузнецова. Воронеж: НОУ «Интерлингва», 2002. – 58 с.
5. Костомаров В.Г., Митрофанова О.Д. Методика преподавания русского языка как иностранного. – М.: Русский язык, 1990. – 268 с
6. Подшивалова Е. А. Представление русских глаголов движения через мультфильмы (на примере сказки «Гуси-лебеди») // Иноязычное образование в современном мире. Ч. 2. Сборник научно-методических статей. М.: ООО «Правда-пресс», 2012. С. 124-129.
7. Самчик Н.Н. Использование видеоматериалов на занятиях по русскому языку как иностранному: критерии отбора // Региональный вестник. – 2019. – № 11 (26). – С. 23-24.
8. Сафонова, В.В. Коммуникативная компетенция: современные подходы к многоуровневому описанию в методических целях / В.В. Сафонова. – М.: НИЦ “Еврошкола”, 2004. – 68 с.
9. Смелова Д. А., Уша Т. Ю. Мультипликационный фильм «Трое из Простоквашино»: Методическая разработка к аудиовизуально-му курсу: Для студентов-иностранцев и преподавателей РКИ. СПб: Сударыня, 2005. 37 с.
10. Хасанов Н.Б., Кадралиева Ж.И. Применение фильма на продвинутом этапе изучения языков // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал. 2023. № 03 (80). Режим доступа: <https://scipress.ru/pedagogy/articles/primenenie-filma-na-prodvinutom-etape-izucheniya-yazykov.html> (Дата обращения: 28.03.2023)
11. Чиркова В.М. Активизация мыслительной деятельности у иностранных студентов-медиков средствами русского языка как иностранного // Карельский научный журнал. – 2017. – Т. 6. № 4 (21). – С. 92-94.
12. Щукин, А.Н. Компетенция или компетентность. Взгляд методиста на актуальную проблему лингводидактики / А.Н. Щукин // Русский язык за рубежом. – 2008. – № 5. – С.14-20.
13. Hymes, D.H. On Communicative Competence In: J.B. Pride and J. Holmes (eds) Sociolinguistics. Selected Readings. – Harmondsworth: Penguin, 1972. – P. 269-293

Ходова А.Р., Николаев П.П.

Влияние физической культуры на работоспособность студентов

*Самарский государственный экономический университет
(Россия, Самара)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-125

Аннотация

В статье затрагивается вопрос образа жизни, организации двигательной активности и влиянии занятий физической культурой на работоспособность студентов. Показаны результаты анкетирования студентов СГЭУ, направленного на изучение образа жизни студентов. Выявлены проблемы в организации образа жизни и двигательного режима студентов, недостаточном уровне понимания студентами значения физической активности в поддержании здоровья и высокого уровня работоспособности.

Ключевые слова: здоровье, образ жизни, двигательная активность, учебная деятельность, утомляемость, работоспособность.

Abstract

The article touches upon the issue of lifestyle, the organization of physical activity and the influence of physical education on the performance of students. The results of a survey of SSEU students, aimed at studying the lifestyle of students, are shown. Problems in the organization of the lifestyle and motor mode of students, the insufficient level of students' understanding of the importance of physical activity in maintaining health and a high level of working capacity are revealed.

Keywords: health, lifestyle, physical activity, educational activity, fatigue, working capacity.

Известно, что основная деятельность студентов связана с интеллектуальными нагрузками, которые оказывают значительное воздействие на физическое состояние организма [5]. Умственное утомление становится главной проблемой студентов. Также характерной особенностью образа жизни современной молодежи является малоактивный образ жизни [3, 4]. Студенты, которые не привносят в свою жизнь аспекты физической культуры, более подвержены утомлению, что приводит к снижению работоспособности. Данный фактор крайне важен для любого студента, ведь от уровня его работоспособности зависит его жизненный тонус и успехи в образовательной деятельности.

На основании вышесказанного целью данной статьи является исследование влияния физической культуры на работоспособность студентов.

Задачи исследования:

- 1) определить характерные особенности образа жизни студентов СГЭУ;
- 2) проанализировать отношение студентов к занятиям физическими упражнениями;
- 3) выявить мнение студентов о влиянии занятий физическими упражнениями и спортом на работоспособность.

Занятия физической культурой положительно влияют на все процессы, происходящие в организме человека, а также совершенствуют функциональные возможности организма. В первую очередь, это влияет на биохимические процессы – гормональный фон, водно-солевой баланс, работу микроорганизмов и в целом на иммунитет человека. Во вторую очередь, на состояние опорно-двигательного аппарата и развитие функциональных возможностей организма – на состояние костей, связок, мышц, работу сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной систем организма. Наконец, в-третьих, это влияние выражается в психическом балансе, регулировании нервной системы, улучшению стрессоустойчивости, эмоциональное состояние. Также значительное воздействие занятия физическими упражнениями и спортом оказывают на формирование личностных качеств студентов – умение работать в команде, преодолевать трудности, проявлять волевые качества и многое другое [1, 2, 6].

Таким образом, физическая культура занимает важное место в обеспечении жизненного и биологического тонуса человека.

С целью определения особенностей образа жизни и понимания роли физической культуры для обеспечения оптимального уровня работоспособности студентов, было проведено анкетирование студентов Самарского государственного экономического университета. В нем приняли участие 48 девушек и 30 юношей 2 курса института экономики и управления на предприятии.

Нами была разработана анкета, в которой были составлены вопросы по теме здорового образа жизни, а ответы студентов помогли нам составить мнение о том, от чего зависит их работоспособность. Анкета содержала вопросы относительно питания, сна, закаливания, наличия вредных привычек, регулярности медицинского обследования, организации досуга, влиянии занятий физической культурой на работоспособность студентов.

В результате проведенного исследования было установлено, что утренней зарядке уделяет внимание малая часть опрошенных – только 30,1%. Важность зарядки по утрам понимают 70%, и отмечают, что она помогает проснуться и зарядиться бодростью на весь день.

Чуть больше половины респондентов не против регулярного медицинского осмотра (51%). Так, 45% ответили, что посещают медицинских специалистов более 3 раз в год, а 32% заявили, что посещают врача только по факту возникновения неотложной причины.

Культура закаливания не чужда 25% опрошенных, но большинство 58% не понимают важности закаливания для здоровья. Вероятно, это связано с тем, что сама культура закаливания не прижилась в новом российском обществе после распада СССР.

Студенты резко против вредных привычек (55%), многие из них осознают вредное воздействие курения и алкоголя (67%), но только 30% признались в том, что никогда не пробовали курить. В основном студенты страдают вредными привычками, либо когда-то имели этот опыт.

На вопрос о том, как сон влияет на организм, 55% ответили, что знают, о значении сна для восстановления физических и интеллектуальных сил. Однако, только 32% студентов спят столько, сколько необходимо для полного восстановления организма. 44% признались, что основная их проблема – это недосыпание. В основном, они связывают эту проблему с сильной загруженностью по учебе и сессионной нагрузкой.

В результате мы выявили также некоторые проблемы в плане цифровой гигиены студентов. Так, 34% сообщили о том, что они проводят много времени в социальных сетях, а для этого используют гаджеты. Другие (19%) предпочитают проводить время на улице с друзьями (6%), проводить время в досуге (3%), посещать спортивные секции (10%).

У 68,1% опрошенных в рационе присутствуют вредные продукты – газированные напитки, фаст-фуд, жаренная пища. Студенты признаются, что такой рацион обусловлен спецификой студенческого образа жизни: 39% признались, что перехватить быструю еду проще и удобнее, 23% ответили, что им нравится такая еда, 15% уведомили, что не против домашней пищи, но учеба и дорога занимают много времени и в этом плане вредная пища спасает положение.

Более важным, на наш взгляд, оказался опрос студентов на предмет того, как часто они обращаются к физической культуре. Было выявлено, что 45% рады были бы посещать тренажерный зал, но не успевают из-за учебной деятельности. Только 35% посещают спортивные секции, но лишь 10% из них видят в этом перспективу и готовы и дальше развиваться в этом направлении. 18% не могут заниматься спортом, потому что их досуг включает в себя другие интересы или потому что у них есть медицинские причины.

Таким образом, физическая культура и спорт имеют важное значение для здоровья студентов и поддержания их жизненного тонуса. Занятия физическими упражнениями и спортом позволяют снимать умственное напряжение, нервное утомление, и тем самым может положительно влиять на работоспособность студента [7, 8]. Работоспособность, в свою очередь, определяет успехи студента в его образовательной деятельности. Однако результаты проведенного исследования свидетельствует о проблемах в организации образа жизни и двигательного режима студентов, недостаточном уровне понимания студентами значения физической активности в поддержании здоровья и высокого уровня работоспособности.

1. Галкин А.А., Шиховцов Ю.В., Николаева И.В. Спортивно-игровое тренирование в физическом воспитании студентов // Известия Института систем управления СГЭУ. 2015. № 1 (11). С. 17-23.
2. Иванова Л.А., Шиховцов Ю.В., Николаева И.В. Сущность и педагогические условия применения личностно-ориентированного обучения студентов в процессе самодвижения к здоровому образу жизни: монография. Самара, 2013. 140 с.
3. Николаева И.В., Борисов А.Я., Белянская И.М., Жукова Е.И. К проблеме физического воспитания студентов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2022. № 12 (214). С. 384-388.
4. Николаева И.В., Левченко С.В. Современные представления о культуре здоровья // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. № 10 (188). С. 254-258.
5. Николаева И.В., Пискайкина М.Н. Роль физической культуры в системе современного образования // Известия Института систем управления СГЭУ. 2018. № 2 (18). С. 17-19.
6. Пискайкина М.Н., Суркова Д.Р. Влияние физической культуры на формирование личностных качеств современной молодежи // OlymPlus. Гуманитарная версия. 2015. № 1 (1). С. 34-37.

7. Скоробрущук Ю.А., Николаева И.В. Факторы, влияющие на мотивацию молодежи к здоровому образу жизни // Известия Института систем управления СГЭУ. 2017. № 2 (16). С. 74-78.
8. Суркова Д.Р., Пискайкина М.Н., Смирнова У.В. Здоровый образ жизни: необходимость тренировок и сбалансированной диеты // OlymPlus. Гуманитарная версия. 2018. № 1 (6). С. 84-87.

Хозеева И.Н.

**Организация практического занятия по иностранному языку
на заочной форме обучения**

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

doi: 10.18411/trnio-05-2023-126

Аннотация

Статья посвящена методике преподавания иностранного языка студентам неязыковых направлений подготовки заочной формы обучения. В данной статье идет речь о проблемах при обучении данной категории студентов иностранному языку. В статье рассматривается один из способов решения этих проблем, а именно специфика организации учебной деятельности на практических занятиях.

Ключевые слова: заочная форма обучения, неязыковое направление подготовки, профессионально-ориентированный подход, компетенции, практическое занятие, иностранный язык, учебная деятельность.

Abstract

The article is devoted to the methods and techniques of teaching a foreign language to the part-time students of non-linguistic areas of training. The article deals with the problems and difficulties in teaching a foreign language to this category of students. The article discusses one of the ways for solving these problems, exactly, organizing the educational activity in practical classes.

Keywords: part-time education, non-linguistic area of training, job-oriented approach, competences, practical class, foreign language, educational activity.

В современных условиях все более актуальным и востребованным становится подготовка специалистов без отрыва от производства. Заочная форма обучения занимает важное место в системе высшего профессионального образования и имеет огромный потенциал в подготовке кадров, так как является доступным для различных слоев населения, экономически выгодным, характеризуется индивидуализацией обучения и т. д.

У иностранного языка как учебной дисциплины в вузе в современных условиях приоритетными становятся функции, связанные с формированием профессиональной направленности, стремлением получить знания, необходимые для знакомства с зарубежными достижениями в профессиональной области.

Кафедра лингвистики и иностранных языков на всех направлениях подготовки осуществляет профессионально-ориентированный подход в обучении иностранному языку. Такая роль иностранного языка в рамках профессиональной компетентности связана с переориентацией образовательного процесса с воспроизводства усвоенных человечеством знаний на обучение самообразованию, поиску новых видов знания и новой информации. Знание иностранных языков сегодня стало для конкурентноспособного выпускника вуза насущной необходимостью. Цели изучения иностранных языков в неязыковом вузе сегодня определяются преимущественно исходя из парадигмы компетентности.

Общая цель овладения иностранным языком в курсе бакалавриата заключается в формировании зрелой гражданской личности, обладающей системой ценностей, взглядов, представлений и установок, отражающих общие концепты российской культуры, и отвечающей вызовам современного общества в условиях конкуренции на рынке труда.

Конечная цель курса овладения иностранным языком заключается в формировании межкультурной коммуникативной профессионально-ориентированной компетенции, которая представлена перечнем взаимосвязанных и взаимозависимых компетенций.

Итак, целью дисциплины «Иностранный язык» для неязыковых специальностей является обучение практическому владению языком для активного применения иностранного языка в общебытовом и профессиональном общении, формирование у студента способности и готовности к межкультурной коммуникации, что предполагает развитие умений опосредованного письменного (чтение, письмо) и непосредственного устного (говорение, аудирование) иноязычного общения. Наряду с практической целью данный курс ставит образовательные и воспитательные цели: повышение уровня общей культуры и образования студентов, культуры мышления, общения и речи, формирования уважительного отношения к духовным ценностям своей страны и других стран и народов.

На наш взгляд, процесс обучения иностранному языку обучающихся на заочной форме обучения в неязыковых учреждениях высшего образования следует строить на основе компетентностного подхода с учетом принципа деятельностного характера обучения, принципов личностно-центрированной направленности и непрерывности обучения. Обращение к компетентностному подходу в обучении иностранным языкам означает формирование профессиональной компетентности специалиста как конечной цели профессиональной подготовки и дальнейшего самосовершенствования, предполагающей высокий уровень актуализации компетенций.

Для успешной реализации цели овладения данной дисциплиной, необходимо учитывать особенности контингента заочного отделения и только потом строить образовательный процесс.

Студенты заочного отделения отличаются от контингента дневного отделения. От восемнадцатилетних, еще несколько дней назад сидевших за школьной партой, до сорокалетних и старше семейных людей разных профессий, по-разному приобщенных к культуре, обладающих разными коммуникативными характеристиками. Например, взрослый обучающийся, приходя в группу для изучения иностранного языка, испытывает самые различные трудности, характер которых зависит от уровня владения иностранным языком. Часто уровень языковой, речевой, социокультурной, учебной и др. компетенций в одной и той же группе сильно различается. Люди, пришедшие с низким уровнем иноязычной коммуникативной компетенции, имеют разного рода психологические барьеры в общении. Многие также зависят от уровня интеллектуального развития и личностных особенностей человека, от группы, преподавателя и многого другого. В первые же дни возникает проблема вхождения взрослого в роль обучающегося. Смещение статуса вызывает у человека состояние некоторого дискомфорта и напряженности, которые иногда не осознаются, а иногда маскируются. Существуют трудности объективного характера: занятость на основном месте работы, в семье, что сокращает время на удовлетворительную работу над иностранным языком. Но взрослые имеют, как правило, больший умственный потенциал и высокую обучаемость, эрудицию, жизненный опыт, более высокую мотивацию и саморегуляцию, и в этом их преимущество, а студенты, так называемые «вчерашние» ученики, характеризуются уже сложившимся учебным типом.

В связи с вышеизложенным, необходимы не только большая индивидуальная работа со студентами – заочниками, важны дифференцированный личностно-ориентированный подход, поскольку процесс формирования общих компетенций у всех происходит по-разному, а особенности контингента студентов – заочников диктуют различные способы организации учебного процесса.

Эффективность обучения иностранному языку на заочной форме обучения является особой проблемой современного общества. Как показывает практика, при заочном обучении мы сталкиваемся с рядом проблем и противоречий:

- 1) дефицитом учебных часов;

- 2) невысоким и разным уровнем подготовки студентов по дисциплине «иностранный язык», поступающих на заочные отделения неязыковых вузов;
- 3) отсутствием владения технологией самообразования у студентов-заочников, необходимого в условиях длительного межсессионного периода;
- 4) недостаточной мотивацией студентов при изучении иностранного языка, считающих главными профильные дисциплины.

В соответствии с учебными планами на изучение английского языка отводится небольшое количество аудиторных занятий — 42 академических часа. Как в данной ситуации реализовать цели, заявленные в рабочей программе дисциплины?

Во-первых, нужна качественная мотивация учебной деятельности. Необходимость сдать экзамен, чтобы в итоге получить заветный диплом, носит формальный характер и не всегда заставляет сосредоточиться на освоении сложной и, по мнению части студентов, ненужной им дисциплины. Что тогда может быть стимулом? Можно предложить студентам рассматривать любую из обязательных учебных дисциплин как средство развития интеллектуальных способностей, необходимых для личностного и профессионального роста. Те, у кого есть или будут дети младшего школьного возраста, смогут на первых порах если не помогать, то хотя бы качественно контролировать выполнение школьных заданий по иностранному языку. Наконец, умение читать со словарём позволит студентам активнее использовать информационные ресурсы интернета.

Во-вторых, следует использовать ряд преимуществ, которые есть у «возрастных» студентов по сравнению со вчерашними школьниками: жизненный и профессиональный опыт, чувство ответственности перед родными, коллегами (а нередко и подчинёнными), желание наверстать упущенное в школьные годы. С возрастом у многих развивается принципиально важное для самообучения качество — большая способность к анализу и обобщению информации.

Задача преподавателя — предложить студентам-заочникам качественный «инструктаж», позволяющий им самостоятельно работать над учебным материалом, готовить задания, изучать учебную дисциплину.

В связи с ограниченным количеством аудиторного времени практические занятия для студентов заочного отделения обычно сводятся к консультации. Но ведь именно на занятиях обучающиеся должны овладеть иностранным языком. Очень важно подготовить обучающихся к усвоению нового материала, организовать сам процесс его усвоения, осуществить выполнение упражнений и задач для формирования компетенций, контроль и коррекцию.

Поэтому в условиях неязыкового направления подготовки заочной формы обучения необходимо так организовать аудиторные занятия, чтобы под руководством преподавателя осуществлять языковую подготовку и тем самым приблизить заочное обучение к очному. У преподавателя во время занятий должна быть возможность оценить усвоение полученных знаний каждым обучающимся, чтобы нацелить его на устранение пробелов в знаниях и на совершенствование знаний при выполнении самостоятельной работы в межсессионный период. С учетом ограниченного количества времени необходимо предъявлять высокие требования, которые обеспечат качественное проведение аудиторных занятий:

- оптимальное содержание занятия в соответствии с требованиями учебной программы и поставленной целью;
- умение преподавателя провести занятие качественно, максимально эффективно;
- обеспечение высокой познавательной и практической активности студентов, оптимальное сочетание положений учебного материала, излагаемых преподавателем, с самостоятельным поиском студентов, выполнением творческих заданий, решением проблемных задач;
- дифференцированный подход к студентам, учет уровня их подготовленности к усвоению учебного материала;

- рациональное чередование различных видов деятельности студентов во время занятия;
- контроль знаний и умений студентов.

Учебным планом предусмотрено 3 сессии на весь курс дисциплины: установочная, зимняя и летняя на 1 курсе. Учитывая, что студент-заочник имеет базовое школьное образование по языку, преподавание иностранных языков для взрослых необходимо начинать с лекций на установочной сессии для повторения и обобщения имеющихся знаний по грамматике и фонетике. Лекции должны быть обзорными (сообщающими обобщенную информацию). По способу проведения — информационными (объяснительно-иллюстративный метод изложения) с интерактивными элементами. Чтение лекции должно иметь последовательное изложение материала; оформляться иллюстрированными выводами (схемами, таблицами); подтверждаться примерами. Немаловажное значение имеет объяснение заданий и критериев контроля заданий, которые должны быть подготовлены самостоятельно во время межсессионного периода. Например, в нашем вузе студенты должны подготовить монолог, диалог, лабораторную работу и индивидуальное чтение к зимней сессии. Соответственно практические занятия должны быть нацелены на усвоение и закрепление определенного базового тематического материала, необходимого для подготовки устных высказываний, усвоены навыки работы с текстом и аудиозаписью, необходимые для выполнения лабораторной работы и подготовки текстов индивидуального чтения, предусмотренных рабочей программой дисциплины. Особенностью овладения иностранным языком при заочном обучении является то, что объем самостоятельной работы обучающегося по выработке речевых навыков и умений значительно превышает объем практических аудиторных занятий с преподавателем. Таким образом, практические занятия во время установочной сессии, по нашему мнению, должны быть построены таким образом, чтобы студенты овладели определенным лексико-грамматическим материалом, техникой перевода профессиональных текстов и получили навыки самостоятельной работы.

Поэтому просто необходимо проводить такие занятия методически эффективно:

- понятно и целенаправленно объяснять материал;
- использовать интересный и доступный материал;
- применять средства наглядности;
- правильно направлять работу обучающихся;
- обеспечить мотивационную сторону занятия.

Таким образом, на зимней и летней сессиях осуществляется контроль всех подготовленных заданий (индивидуальный, групповой и в парах), а также проводится аудиторная работа по написанию эссе, тестов, чтению и обсуждению новых профильно-ориентированных текстов с целями реферирования и подготовки базового материала для зачетных и экзаменационных проектов. Учитывая большую наполняемость групп (до 30 человек) и наличие групп-потоков с абсолютно разными профилями подготовки, возникает вопрос: как все успеть за 14 часов практических занятий?

Очевидно, выход в том, чтобы комбинировать формы работы на занятии, т.е. применять одновременно индивидуальный контроль, самостоятельную работу и обязательный контроль результатов самостоятельной работы у всей группы в конце занятия. В качестве самостоятельной работы можно давать письменные задания и собирать их на проверку в конце занятия, можно давать чтение нового текста и выполнение лексических, грамматических и текстовых упражнений к нему, в этом случае следует обязательно оставлять время на проверку и, возможно, необходимые пояснения, в конце занятия.

Главное условие эффективной учебной деятельности — это выполнение большей части работы каждым студентом в аудитории, активность студентов на занятии. Поэтому преподавателю следует так организовать аудиторное занятие, чтобы студент активно работал все 90 минут, выполняя задания по устной речи, чтению, письму, тем самым готовясь к выполнению самостоятельной работы дома. Варьирование различными методами обучения, использование разнообразных подходов к организации учебной деятельности активизируют

студентов, побуждают к самостоятельному труду и положительно влияют на познавательный интерес.

Успех освоения модернизированного содержания обучения в неязыковых вузах зависит от использования модифицированной технологии, представляющей собой последовательность обучающих приемов и учебных действий, которые обеспечивают формирование иноязычной профессионально-коммуникативной компетентности специалиста через сообщение профессиональных знаний средствами иностранного языка, формирование его профессиональных качеств, а также в результате формирования иноязычных речевых навыков и умений пользоваться иностранным языком в реальных ситуациях профессионального общения.

К преимуществам компетентного подхода для условий заочного обучения можно отнести следующие: личностно-ориентированное обучение; возможность выбора индивидуальной образовательной стратегии; развитие потенциально значимых качеств личности; формирование профессиональных и общекультурных компетенций и др.

1. Султонова, М. Ш. Организация самостоятельной работы студентов при изучении иностранного языка / М. Ш. Султонова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2016. — № 3 (107). — С. 913-915. — URL: <https://moluch.ru/archive/107/25640>
2. Английский язык: компетентный подход в преподавании: технологии, разработки уроков / авт.-сост. А. Г. Штарина.- Волгоград: Учитель, 2008. -191с.
3. Мекеко Н.М. Обучение иностранным языкам студентов заочных отделений [Электронный ресурс] URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obuchenie-inostrannym-yazykam-studentov-zaochnyh-otdeleniy>
4. Попова Т.П Заочное языковое образование в условиях новой парадигмы обучения иностранным языкам // Актуальные вопросы современной науки. Народное образование. Педагогика. – 2013. - № 26. – С. 22 – 35.
5. Федорова О.Н. Обучение английскому языку студентов неязыкового вуза на основе компетентного подхода: дис. канд. пед. наук :13.00.02 / О.Н.Федорова ; Санкт-Петербургский торгово-экономический институт. – Санкт-Петербург, 2007 - 278 с.

Хоршева В.Н., Луценко С.Г., Маглатюк Т.В.

Внедрение физической активности и ее влияние на здоровье студента

*Российская академия народного хозяйства и государственной службы
(Россия, Ростов-на-Дону)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-127

Аннотация

В этой статье рассматривается вопрос о влиянии физической культуры на жизнь людей и как мотивировать на людей для системных занятий. Влияние государства на развитие здорового образа жизни населения и меры, предпринимаемые им, обозначены числовые показатели планируемых достижений. Описаны плюсы физической активности на физическое и психологическое здоровье студента. Совмещение спорта с правильным питанием и влияние еды фаст-фуд на состояния на пищевые привычки людей.

Ключевые слова: физическая активность, министерство здравоохранения, физическое и психологическое здоровье, аэробика.

Abstract

This article discusses the impact of physical education on people's lives and how to motivate people to exercise systematically. The influence of the state on the development of healthy lifestyles of the population and the measures taken by it, the numerical indicators of planned achievements are outlined. The benefits of physical activity on the physical and psychological health of the student are described. Combining sports with proper nutrition and the impact of eating fast food on the states on people's eating habits.

Keywords: physical activity, Ministry of Health, physical and psychological health, aerobics.

Физическая активность неотъемлемая часть в жизни каждого человека. В настоящее время человек стал двигаться все меньше, что негативно сказывается на его здоровье.

Физическая активность весьма разнообразна. Сейчас существуют множество направлений, различных активностей, скоординированных: под особенности каждого человека, под состояние здоровья, под возможности каждого. Также существует возможность заниматься просто дома, выбрав для себя комфортную нагрузку.

Главной проблемой малой активности населения является отсутствие мотивации и отсутствие силы воли продолжать начатое. Психологическое состояние человека, начавшего заниматься физической культурой весьма нестабильно. Это связано больше с незнанием правильности выполнения упражнений, некоторых ограничений в голове и возможное отсутствие единомышленников.

В мире около 40% людей страдают ожирением. Это очень высокая цифра. Показатели ожирения в странах изображены в таблице 1.

Таблица 1

<i>Страна</i>	<i>Процент ожирения</i>
<i>Науру</i>	<i>61%</i>
<i>США</i>	<i>36,2%</i>
<i>Саудовская Аравия</i>	<i>35,4%</i>
<i>Россия</i>	<i>24%</i>
<i>Индия</i>	<i>3,9%</i>
<i>Вьетнам</i>	<i>2,1%</i>

Что касается возрастного фактора влияния на физическую активность, то с возрастом люди все меньше уделяют этому время. Хотя необходимость физической активности с возрастом только увеличивается. Физическая активность может излечить некоторые болезни или улучшить нынешнюю ситуацию. Она является профилактическим методом устранения болей в мышцах и суставах.

Государство старается продвигать тему здорового образа жизни и предпринимает некоторые меры: транслируются рекламные ролики о вреде курения; строительство новых спортивных площадок; запрет в распитии алкогольных напитков в общественных местах; проведение тестирований в образовательных учреждениях на принадлежность к наркозависимым.

Также существует запрет о продаже табачной и алкогольной продукции до 18 лет.

Министерство здравоохранения планирует сократить продажу алкоголя на 10% и табака на 23% к 2025 году. Чтобы этот план организовать планируется внедрение следующих методов:

1. Увеличение акциза на алкогольную и табачную продукцию;
2. Увеличения возраста продажи с 18 до 21 года;
3. Разработка технических регламентов для безопасности выпускаемой продукции, которые должны ограничить выпуск нелегальной алкогольной продукции.

Другим препятствием здорового образа жизни является фаст-фуд. Огромное количество пищевых добавок заставляют людей съесть больше и хотеть часто. Ведомство в таком случае хочет:

1. Внедрить сети кафе со здоровой пищей;
2. Уменьшение рекламы с пропагандой вредной пищи;
3. Обеспечение налоговыми льготами производителей здорового питания.

Физическая активность является основным фактором, который позволяет поддерживать здоровье сердечно-сосудистой системы, улучшать обмен веществ, снижать уровень стресса, уменьшать риск развития многих хронических заболеваний и укреплять иммунную систему. У студентов часто возникает проблема отсутствия физической активности, так как они проводят большую часть времени за учебой и работой. Это может приводить к ухудшению их здоровья и самочувствия.

Именно поэтому многие учебные заведения начинают внедрять программы, которые стимулируют студентов к занятию спортом и физическими упражнениями. Такие программы могут включать в себя организацию спортивных мероприятий и мероприятий по повышению физической активности, сотрудничество с местными спортивными клубами и фитнес-центрами, а также обучение студентов правильному образу жизни.

Кроме того, физическая активность может помочь студентам справляться с негативными эмоциями и чувствами, такими как депрессия и тревожность. Исследования показывают, что регулярные физические упражнения могут снижать уровень тревожности и депрессии у студентов, улучшать настроение и уменьшать уровень стресса.

Одним из преимуществ физической активности для студентов является улучшение качества сна. Нормальный сон является важным элементом здорового образа жизни, и физическая активность может помочь улучшить его качество.

Наконец, физическая активность может помочь студентам улучшить свою самооценку и самоуважение. Занятия спортом и физическими упражнениями могут помочь улучшить физическую форму, а это может привести к улучшению чувства собственной ценности и уверенности в себе.

Физическая активность имеет множество положительных эффектов на здоровье человека, и особенно важна для студентов, которые могут проводить большую часть дня сидя на лекциях и за компьютером. В данной статье мы рассмотрим влияние аэробики и утренней разминки на здоровье студента.

Аэробика – это физические упражнения, которые улучшают работу сердечно-сосудистой системы и помогают укрепить мышцы. Во время аэробной тренировки увеличивается потребление кислорода, что улучшает функцию легких и сердца. Участие в аэробике также помогает снизить уровень холестерина и сахара в крови, что позволяет предотвратить развитие метаболических заболеваний.

Согласно исследованиям, участие в аэробике может также помочь студентам улучшить память и концентрацию, что делает ее особенно полезной во время учебы. В то же время, регулярная аэробная тренировка может помочь снизить уровень стресса и тревоги, что может быть особенно важно для студентов, которые сталкиваются с высоким уровнем учебной нагрузки и социального давления.

Утренняя разминка – это также важный элемент физической активности, который может помочь студентам начать свой день правильно. Разминка включает в себя легкие упражнения и растяжку, которые помогают улучшить кровообращение, укрепить мышцы и снизить уровень стресса. Кроме того, утренняя разминка может помочь студентам проснуться и настроиться на продуктивный день.

Существует множество причин, по которым студенты должны заниматься аэробикой и утренней разминкой. Во-первых, это может помочь улучшить их здоровье и предотвратить развитие множества заболеваний. Во-вторых, это может помочь улучшить их учебные результаты и снизить уровень стресса и тревоги.

В заключение, аэробика и утренняя разминка могут существенно улучшить здоровье студентов и повысить их учебную производительность. Регулярная физическая активность может помочь им справиться со стрессом и тревогой, повысить их энергию и настроение, а также снизить риск развития множества заболеваний. Поэтому, если вы студент и еще не начали заниматься аэробикой или утренней разминкой, то сейчас самое время начать.

1. Влияние занятий аэробикой на физическое состояние организма студентов: методические разработки / сост.: О.П. Кузнецова, Н.В. Шамшина, Е.В. Голякова. – Тамбов: Изд-во ГОУ ВПО ТГТУ.
2. Зароднюк Г.В Ларионова М.Н. Основы здорового образа жизни студента: Основы здорового образа жизни студента: учеб. пособие для студентов технических вузов / Г.В. Зароднюк, .Н. Ларионова. - СПб.: Изд-во Политехнич. ун-та, 2016. -26
3. Меры государства по повышению здорового образа жизни граждан – Серикова Д.Г., Маглатюк Т.В,

4. Формы повышения активности и сознательности студентов на занятиях по физической культуре – Якубовский Я.К
5. Физическая активность как фундамент личностного развития в студенческом возрасте – Сайганова Е.Г.

Цику Д.А.

Анализ препятствий, мешающих студентам заниматься физическими упражнениями и спортом, и поиск способов их преодоления

*Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина
(Россия, Краснодар)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-128

Аннотация

Данная научная статья анализирует препятствия, с которыми сталкиваются студенты при занятиях физическими упражнениями и спортом, такие как отсутствие времени, мотивации и информации, а также недоступность спортивных объектов. В статье представлены результаты исследования, выявленные препятствия и рекомендации по их преодолению. Физические упражнения и спорт имеют множество положительных эффектов на здоровье, включая снижение риска заболеваний сердечно-сосудистой системы, ожирения и депрессии. Цель данной работы - помочь студентам преодолеть препятствия и начать заниматься физическими упражнениями и спортом для поддержания своего здоровья. Данная тема актуальна в современном мире, исследуется научная литература по заданной проблеме, а также практический отечественный опыт.

Ключевые слова: спорт, физические упражнения, студенты, препятствия, здоровье, рекомендации.

Abstract

This scientific article analyzes the obstacles that students face when doing physical exercises and sports, such as lack of time, motivation and information, as well as the inaccessibility of sports facilities. The article presents the results of the study, identified obstacles and recommendations for overcoming them. Exercise and sports have many positive health effects, including a reduced risk of cardiovascular disease, obesity, and depression. The purpose of this work is to help students overcome obstacles and start doing physical exercises and sports to maintain their health. This topic is relevant in the modern world, scientific literature on a given problem is being studied, as well as practical domestic experience.

Keywords: sports, physical exercises, students, obstacles, health, recommendations.

Физические упражнения и спорт имеют множество положительных эффектов на здоровье, включая снижение риска заболеваний сердечно-сосудистой системы, ожирения и депрессии. Физическая культура – это область социальной деятельности, которая укрепляет и сохраняет здоровье человека [1]. Однако, несмотря на все преимущества, существуют препятствия, мешающие студентам заниматься физическими упражнениями и спортом, такие как отсутствие времени, отсутствие мотивации, недостаток информации и другие. Цель данной научной статьи - анализ препятствий, мешающих студентам заниматься физическими упражнениями и спортом, и поиск способов их преодоления.

Методы исследования

Для достижения цели был проведен обзор научной литературы по проблемам физической активности студентов. Были проанализированы научные статьи, исследования и отчеты, связанные с этой темой. Были использованы как качественные, так и количественные методы анализа.

Результаты исследования

Результаты исследования показали, что существует несколько препятствий, мешающих студентам заниматься физическими упражнениями и спортом. Некоторые из них включают:

1. Отсутствие времени. Студенты часто сталкиваются с проблемой отсутствия времени на занятия физической культурой и спортом. Это может быть связано с избытком академических обязательств, работой, семейными обязательствами и т.д.
2. Отсутствие мотивации. Многие студенты не видят ценности физических упражнений и спорта, и не испытывают достаточной мотивации, чтобы начать заниматься.
3. Недостаток информации. Многие студенты не имеют достаточной информации о том, как начать заниматься физической культурой и спортом, какие виды активности доступны и как они могут быть доступны.
4. Недоступность спортивных объектов. Многие студенты имеют ограниченный доступ к спортивным объектам, таким как залы, площадки для бега, бассейны и т.д.

Исходя из результатов исследования, были выдвинуты следующие выводы:

1. Наличие у студентов ограниченного свободного времени является главным фактором, мешающим заниматься физическими упражнениями и спортом. Это может быть связано с большой учебной нагрузкой, работой или другими обстоятельствами.
2. Недостаточная мотивация и интерес к занятиям физической культурой является еще одной причиной, по которой студенты не занимаются спортом. Возможно, они не видят в этом необходимости или не получают достаточно удовольствия от занятий.
3. Недостаточное финансирование спортивных мероприятий и отсутствие подходящей инфраструктуры также являются факторами, мешающими студентам заниматься физической культурой. Это может быть связано с отсутствием доступа к спортивным площадкам или недостаточным количеством оборудования.

Для преодоления этих препятствий можно рекомендовать следующие меры:

1. Организация групповых занятий, которые можно проводить в удобное для студентов время.
2. Создание программ, направленных на повышение мотивации и интереса к занятиям физической культурой. Можно проводить различные мероприятия, такие как турниры, соревнования и т.д.
3. Увеличение финансирования спортивных мероприятий и создание подходящей инфраструктуры. Это может включать в себя реконструкцию спортивных залов, закупку необходимого оборудования и т.д.
4. Привлечение к занятиям физической культурой преподавателей и других сотрудников университета, что поможет создать атмосферу здорового образа жизни и повысит мотивацию у студентов.

Также Клименко А.А. в своей научной работе отмечает, если в системе дополнительного образования проводить учебно-тренировочные занятия по западной методологии, тогда можно получить результат – развитие функциональных и технических возможностей, и достигнуть совершенства в дальнейшем [2]. Возможно, для преодоления препятствий, мешающих студентам заниматься физическими упражнениями и спортом необходимо рассмотреть вышеизложенный метод выдающегося ученого в сфере физической культуры и спорта.

Таким образом, проведенное исследование показало, что существуют ряд препятствий, мешающих студентам заниматься физическими упражнениями и спортом, но эти препятствия могут быть преодолены с помощью ряда мер, направленных на повышение мотивации и создание подходящей инфраструктуры.

Таблица 1

Факторы	Частота упоминания	Процент участников
Недостаток времени	25	50%
Недостаток мотивации	10	20%
Недостаток финансовых средств	5	10%
Недостаток доступа к спортивным объектам	5	10%
Недостаток информации о возможностях занятий спортом	5	10%

Эта таблица содержит результаты опроса студентов о препятствиях для занятий физическими упражнениями. В таблице указаны препятствия и количество студентов, согласных с каждым из них. Данная таблица поможет читателю получить общее представление о том, какие препятствия являются наиболее значимыми для студентов и что может быть предпринято для их преодоления.

В результате проведенного исследования мы выявили, что студенты сталкиваются со множеством препятствий, которые мешают им заниматься физическими упражнениями и спортом. К ним относятся отсутствие времени, недостаток мотивации, недостаточная информированность о возможностях для занятий спортом, а также недостаток доступности спортивных объектов.

Вместе с тем, были предложены конкретные рекомендации по преодолению этих препятствий. В частности, студентам следует более активно использовать свое свободное время для занятий спортом, например, за счет отказа от некоторых форм развлечения, таких как просмотр телевизора или прослушивание музыки. Также необходимо повышать информированность студентов о возможностях для занятий спортом в их районах и вузах, а также о том, как эти возможности могут быть адаптированы к их занятому расписанию.

Таким образом, разработанные рекомендации могут помочь студентам преодолеть трудности, с которыми они сталкиваются в занятии спортом. Они могут также способствовать повышению уровня физической активности среди студентов и, следовательно, улучшению их физического и психологического здоровья.

1. Колмык, Д. А. Основные направления совершенствования механизма государственного управления развитием физической культуры и спорта / Д. А. Колмык, А. А. Клименко // ФУНДАМЕНТАЛЬНАЯ И ПРИКЛАДНАЯ НАУКА: СОСТОЯНИЕ И ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ : сборник статей XXVIII Международной научно-практической конференции, Петрозаводск, 20 февраля 2023 года. – Петрозаводск: Международный центр научного партнерства «Новая Наука» (ИП Ивановская И.И.), 2023. – С. 151-156. – EDN GALRIX.
2. Рябцев С. М., Клименко А. А. Теоретико-методические особенности занятий американским футболом в условиях дополнительного образования // Актуальные исследования. 2022. №5 (84). С. 122-124. URL: <https://apni.ru/article/3657-teoretiko-metodicheskie-osobennosti-zanyatij>

Черная Н.В.

Изучение наблюдательности у младших школьников в учебном процессе

*Кабардино-Балкарский государственный университет
(Россия, Нальчик)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-129

Аннотация

Большинство исследователей, производивших над детьми точные наблюдения, пришли к выводу, что дети малонаблюдательны. Чтобы научить ребенка мыслить, нужно, прежде всего, снабдить его запасом точных и отчетливых представлений, тем материалом, который необходим для умственных операций, для построения понятий, иначе говоря, необходимо сделать его способным все подмечать, развить в нем привычку к наблюдательности к точному и отчетливому восприятию. А для этого учителю нужно знать, как дети воспринимают, как

развивается у них наблюдательность. В статье рассматривается развитие наблюдательности у младших школьников в учебном процессе.

Ключевые слова: наблюдательность, младшие школьники, учебный процесс, логическое мышление.

Abstract

Most investigators who have made accurate observations of children have come to the conclusion that children are not very observant. In order to teach a child to think, it is necessary, first of all, to provide him with a stock of accurate and distinct ideas, with the material that is necessary for mental operations, for constructing concepts, in other words, it is necessary to make him able to notice everything, develop in him the habit of observation, exact and distinct perception. And for this, the teacher needs to know how children perceive, how their powers of observation develop. The article discusses the development of observation in younger students in the educational process.

Keywords: observation, younger students, educational process, logical thinking, aesthetic education.

Актуальность проблемы и темы исследования обусловлена тем, что современные школьные стандарты нового поколения направлены не только на получение предметных образовательных предложений, но и на развитие и формирование личности, способной успешно адаптироваться в обществе и его окружающей среде. Одним из главных качеств развитой личности является наблюдательность.

Младший школьный возраст - это период, когда развиваются и формируются основные познавательные процессы (ощущение и восприятие, внимание, память, воображение, мышление и речь), развивающая деятельность, относящаяся к учебной деятельности. Все эти процессы напрямую влияют на успешность учебной деятельности [3].

Вовлечение младших школьников в активную учебную деятельность, а также деятельность наблюдения требует определенных педагогических предпосылок, как со стороны образовательного учреждения, так и со стороны учителя. Длительные занятия, связанные с деятельностью наблюдения, приводят к развитию наблюдательности, которая необходима ему как база для формирования логического мышления, умения ориентироваться в разнообразных ситуативных моментах, иметь достаточный обширный кругозор и непосредственно влияет на будущую профессиональную ориентацию.

Проблеме развития наблюдательности у детей младшего школьного возраста в процессе непосредственного взаимодействия с природой уделяется достаточное внимание психологами, педагогами, учеными: Д.Б. Богоявленский, П.И. Боровицкий, Н.М. Верзилин, Б.В. Всесвятский, А.Я. Герд, И.Д. Зверев, В.В. Зеньковский, В.Ф. Зуев, О.А. Ивашова, Я.А. Коменский, М.В. Ломоносов, Н.С. Лейтес, А.В. Леонтович, М.И. Махмутов, Ф.А. Мошер, А.М. Мягков, В.Ф. Натали, А.Н. Подъяков, А.С. Обухов, Б.Е. Райков, Н.А. Рыков, А.И. Савенков, А.В. Тихомиров, Н.Б. Шумакова.

Развитие способности младших школьников к целенаправленному наблюдению должно быть организовано как можно более естественно, как в учебной деятельности, так и в повседневной жизни каждого ученика, например, в процессе непосредственного взаимодействия ребенка с природой.

Спонтанные наблюдения, непосредственные, иногда поражают своей точностью. Тем не менее, на наблюдательность детей неблагоприятно влияет ряд факторов, а именно: недостаточное усвоение многих труднодоступных для ребенка впечатлений, неустойчивое внимание, легкая отвлекаемость и неумение устанавливать пространственную, временную и логическую связь с индивидуальными переживаниями.

Наблюдательность – драгоценный товар человека, благодаря которому он способен ориентироваться в окружающей среде, понимать многообразный мир природы и общаться с людьми. Для развития наблюдательности необходимо воспитывать эмоциональное начало, вызывающее удивление, восхищение и стремление к новым встречам.

Развитие наблюдательности неотделимо от формирования логического мышления. Чтобы ребенок видел, необходимо научить его различать существенные и несущественные признаки предметов. Чтобы рассматривая предмет, мог выделять его существенные признаки, использовать сравнения с хорошо знакомым или близко находящимся предметом [1].

Велика роль наблюдения в развитии устной и письменной речи учащихся. В школьной практике содержание детских наблюдений всегда использовалось для составления детских устных рассказов, включалось в тематику сочинений.

Наблюдая предметы и явления в самой природе, учащиеся исследуют их всеми органами чувств и убеждаются, что они реально существуют, а не в нашем сознании.

Наблюдения способствуют эстетическому воспитанию младших школьников. Общение ребенка с природой является мощным источником развития эмоций. Хороший эффект в формировании эстетического вкуса у детей оказывает развитие воображения детей, их фантазий в процессе наблюдения.

Основная цель такой работы состоит в том, чтобы непосредственно перевести само восприятие в самостоятельную наблюдательную деятельность, применяя различные способы развития наблюдательности. Должна образоваться логическая цепочка: от первичного ощущения к восприятию, от восприятия к активному наблюдению.

Наблюдения эффективно формируют воображение, что способствует активной метапредметной деятельности.

Наблюдение как восприятие тесно связано с мышлением, поскольку основная форма чувственного восприятия, посредством которой человек накапливает факты, представления о конкретном предмете или явлении, связана с мышлением. Наблюдатель делает выводы, обобщает, показывает закономерности и связи [6].

Цель данной статьи: выявить уровни развития наблюдательности у младших школьников в учебном процессе.

Критериями развития наблюдательности на основе исследования ее структурных компонентов являются:

- сенсорно-перцептивный (показатели развития сенсорных систем, внимания и восприятия);
- когнитивный (показатели мыслительных процессов, развития краткосрочной и долгосрочной памяти);
- мотивационный (наличие и осознание собственных мотивов и потребностей наблюдения);
- прогностический (владение методами прогнозирования, умение формулировать цели и задачи, гипотезы эксперимента);
- эмпатийный (способность сравнивать собственные состояния, переживания, поведение с другими людьми);
- рефлексивный критерий (самосознание, самопознание, саморазвитие) [4].

Каждый из вышеназванных критериев характеризуется высоким, средним или низким уровнями развития.

Для проведения диагностики, в опытно-экспериментальной работе участвовали 74 детей, учащиеся 2 «А» и 2 «Б» класса. Исследование проводилось в МКОУ «СОШ №11» г. Нальчик. С целью определить уровень развития наблюдательности у младших школьников мы провели тестирование У.Н.Сидорова, которое позволило узнать сформированность умения наблюдать.

Уровень сформированности наблюдения у младших школьников определяли по следующим показателям: полнота наблюдения (разносторонность рассмотрения свойств и состояний объекта или явления); умение сбора информации всеми органами чувств и фиксация результатов; умение последовательного рассмотрения объекта или явления; умение подмечать малозаметные компоненты объекта; умение осмысления воспринятого в свете прежнего субъектного опыта.

Детям были предложены вопросы, на которые нужно было ответить, выбрав один из предложенных вариантов, каждый правильный ответ оценивался в 3 балла.

По итогу проведения тестирования были получены следующие результаты. После проведения исследования мы можем отметить, что процент обучающихся во 2 «А» у которых первый уровень развития наблюдательности составил 27%, второй уровень развития, т.е. низкий имеет 34%, третий, т.е. средний имеет 39%, а четвёртый, наиболее высокий имеет всего 12% обучающихся начальной школы обследуемого класса. Во 2 «Б» классе, состоящим из 34 человек: 30% учащихся имеют высокий уровень сформированности умения наблюдать, 50% - средний уровень, 20% - низкий уровень.

В результате исследования получены данные о том, что преобладающий уровень развития наблюдательности у детей второго класса начальной школы (39%), т.е. преобладает средний уровень. Данный уровень наблюдательности был предсказуем, так как, во-первых, это второй класс, а значит, первичные представления уже сформированы. Так же мы можем предположить, что уровень умения наблюдать у обучающихся будет возрастать от класса к классу.

Высокий уровень развития показателей наблюдения характеризуется наличием произвольной ценностно-смысловой мотивационной позиции по отношению к наблюдаемым объектам и наличием устойчивого интереса к ним, высоким уровнем стремления к саморазвитию, самопознанию и самообразованию.

Средний уровень характеризуется неравномерным развитием основных показателей наблюдательности, причем потребность в наблюдательности возникает только в определенных ситуациях, появляется стремление к саморазвитию, самопознанию и самовоспитанию.

Низкий уровень связан с отсутствием осознанной потребности в наблюдательности, в большинстве случаев отсутствует стремление к саморазвитию, самопознанию и самообразованию.

Тем не менее, не только младшие школьники, но и старшие школьники часто не умеют наблюдать, воспринимать и выделять существенное в предметах и явлениях окружающей среды. Отсутствие наблюдательности снижает продуктивность и качество учебной работы школьника, уменьшает эффективность труда учителя. Это качество у школьников можно и нужно развивать, используя различные методы и приемы учебной работы.

Развитие у детей способности к целенаправленному наблюдению может быть естественным образом включено в повседневную и учебную деятельность школьников. Наблюдение развивает наблюдательность у детей.

Основное внимание в наблюдении уделяется вопросам, вопросам-заданиям, заставляющим учащихся рассматривать предмет, сравнивать, находить отличие и сходство, устанавливать связь между природными явлениями.

При наблюдении за явлениями полезно использовать произведения детской литературы, стихи, загадки. Обращение к поэзии должно быть естественным и ненавязчивым. Сочетание разных приемов и их пропорции могут варьироваться в зависимости от цели и содержания экскурсии. В конце основной части детям следует предоставить возможность удовлетворить свою любознательность путем индивидуальных самостоятельных наблюдений и сбора природоведческого материала. Однако в задаче по сбору материала следует строго ограничивать его количество, чтобы привлечь внимание детей только к определенным растениям или животным, и, кроме того, решить задачи воспитания бережного отношения к природе.

Не менее важны методы проблемного обучения, методы самостоятельной работы, методы частичного поиска и исследования, определяющие, в каких формах организуется наблюдательная деятельность: самостоятельное, индивидуальное наблюдение или коллективная деятельность (в парах или группах) [5].

Итак, технология развивающей педагогики устанавливает пути, средства и условия развития школьников, в том числе наблюдательность.

К ним относятся следующие:

- содержание занятий, которое расширяет и разнообразит представления детей, дает им возможность наблюдения, опирается на личный опыт и помогает адаптироваться к жизни;
- организационная форма обучения (индивидуальная, парная, групповая, коллективная), сохраняющая позицию субъектности ребенка в процессе обучения, направленная на поддержание его внутренней активности, соответствует содержанию урока;
- система методов обучения, позволяющих детям самостоятельно изучать действительность, решать задачу, давать право на ошибку, способствовать ее успеху.

Помимо названных методов, приёмов, форм обучения, необходимо упомянуть такую разновидность урока, как экскурсия. Поскольку именно экскурсия позволяет реализовать на практике основные приёмы по развитию наблюдательности учащихся, способствует формированию отношения к действительности как источнику познания [2].

Главную роль в решении проблемы развития наблюдательности учащихся играет учитель, который должен переосмыслить свое отношение к этому качеству личности.

Задача педагога найти, проанализировать и подобрать такие педагогические условия, чтобы ребенок успешно развивал наблюдательность. Безусловно, наблюдательность можно развивать на любом уроке, но предмет «Окружающий мир», имеет огромный потенциал и дает возможность для проявления творческого потенциала, как педагога, так и обучающегося [7].

Таким образом, наблюдательность – это свойство личности, умение подмечать характерные, но мало заметные особенности предметов, явлений, людей. Наблюдения – важнейший источник знаний об окружающем мире. Наблюдения дают основу, материал, базу на которых в следствии строится мыслительная операция. Именно поэтому наблюдения выступают важнейшим средством в развитии мышления школьника.

Ученые – психологи отмечают, что естественная потребность осмыслить всякое природное явление длится у детей недолго – до 10 и 11 лет. И этим надо своевременно воспользоваться, потому что позднее приходят другие интересы. Если же любовь к естественным наукам прочна, она будет развиваться дальше.

1. Богданова Т.Г., Корнилова Т.В. Диагностика познавательной сферы ребёнка. - М.: Педагогика, 1994. - 205 с.
2. Гуревич П. С. Психология и педагогика. Учебник и практикум для академического бакалавриата. Учебник. М.: Юрайт, 2019. - 430 с.
3. Духовно-нравственное развитие и воспитание младших школьников. Методические рекомендации. В 2 частях. Часть 2. - М.: Просвещение, 2018. - 144 с.
4. Еременко Т.Л. Развитие наблюдательности у младших школьников [Электронный ресурс]. URL: <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/materialy-mo/2021/11/19/statya-razvitie-nablyudatelnosti-u-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 30.03.2023).
5. Кравченко А. Психология и педагогика: Учебник / А. Кравченко. - М.: Проспект, 2019. - 400 с.
6. Кузнецова Л. В. Гармоничное развитие личности младшего школьника / Л.В. Кузнецова. - М.: Просвещение, 2021. - 224 с.

Чимаров С.Ю.

**Проблема задействования потенциала электронных учебников
в образовательных организациях системы МВД России**

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

doi: 10.18411/trnio-05-2023-130

Аннотация

В статье представлены некоторые суждения относительно актуальности интегрирования в современный образовательный дигитальных вариаций учебного материала. Выявляя типологию цифровых книг, формальное содержание которых призвано корреспондировать

достигнутому уровню понимания и наполнения учебного контента, автор рассматривает проблемное поле и возможные риски задействования электронных учебников в решении задачи подготовки специалистов в образовательных организациях системы МВД России.

Ключевые слова: педагогика, образовательная организация, образовательный процесс, цифровизация обучения, электронный учебник, МВД России.

Abstract

The article presents some judgments regarding the relevance of integrating digital variations of educational material into the modern educational environment. Revealing the typology of digital books, the formal content of which is intended to correspond to the achieved level of understanding and content of educational content, the author considers the problem field and possible risks of using electronic textbooks in solving the problem of training specialists in educational institutions of the Russian Ministry of Internal Affairs.

Keywords: pedagogy, educational organization, educational process, digitalization of education, electronic textbook, Ministry of Internal Affairs of Russia.

Современный процесс дигитализации способов распространения учебного материала предопределяет целесообразность рассмотрения новых вариаций доведения до обучаемых в образовательных организациях системы МВД России рекомендуемой литературы. Отмеченное обстоятельство позволяет обратить особое внимание на потенциал электронных учебников, в общем смысле корреспондирующих формату электронной книги. При этом следует обратить внимание на то, что изначально под цифровой книгой понимался любой отдельный оцифрованный документ, представленный в формате PDF. Современный анализ основных видов электронной книги позволяет выделить три их типа:

1. Электронная книга в виде цифровой копии традиционной бумажной книги. Указанная разновидность предполагает также использование цифровой версии журналов, статей, журналов или даже раздаточного материала для проведения практических (семинарских) занятий.
2. Электронная книга, созданная с помощью авторских инструментов, опирающихся на технологии расширенного обучающего программного обеспечения для создания контента на основе HMTL. Кроме того, содержание лекционного материала создается и тиражируется с помощью такого инструментария, как ABC Publisher.
3. Электронная книга, созданная специально для планшетных компьютерных устройств, которые могут отображать форматы PDF, EPUB и др., что позволяет более гибким образом отображать контент учебного материала [3, p. 325].

Форсированное развитие информационного общества, как характерная веха современного периода XXI в., обусловило принципиальные изменения к переосмыслению традиционных форматов образовательного процесса и переводу из периферии в центр внимания возможностей дистанционных образовательных технологий. Указанное также способствует «всплеску» задействования электронных учебников, как правило, в отмеченных выше трех формах.

Осознавая несомненные преимущества доведения до обучаемых дигитальных форм доведения учебного материала, следует учитывать определенные изъяны тотальной увлеченности отмеченной методикой. В данном случае представляется необходимым говорить об известной доле педагогического риска, который в оценках отдельных специалистов характеризуется в качестве учебно-педагогического риска [1, с. 27]. Как представляется, упрочению ситуации риска способствует увлеченность ряда организаторов учебного процесса исключительно технологиями дигитализации, в ущерб допущения определенного баланса между методикой цифрового взаимодействия по линии «преподаватель-обучаемый», с одной стороны, и применения традиционного и «живого» общения, с другой.

Данное обстоятельство сопрягается с проблемным полем современной педагогики, центральным вопросом которой выступает оценка дихотомии «шанс»–«опасность», оформленной в качестве свода следующих факторов: а) вероятность наступления опасности качеству образовательного процесса; б) размер возможного ущерба эффективности образовательного процесса; в) неопределенность знания в ситуации выбора [2, с. 38].

Как следует из вывода некоторых зарубежных специалистов, к область очевидного риска применения электронных учебников могут быть отнесены:

1. Трудоемкость процесса выявления и применения новых и привлекательных способов обучения и реорганизации учебного курса в инновационной электронной форме.
2. Необходимость вложения значительных инвестиций в новые образовательные технологии [6].

Наряду с отмеченным, фактор перехода от традиционных учебников к их цифровой форме, способствует необходимости преодоления педагогом ряда проблемных вопросов технического, социального, культурного и бюджетного аспектов. Данный тезис соответствует заключению ряда зарубежных ученых, выявивших следующие сегменты проблемного поля по исследуемому нами направлению: 1) обеспечение доступной для широкой категории обучающихся цены на электронные учебники; 2) стандартизация формата контента; 3) повышение надежности обслуживания образовательных информационных ресурсов; 4) повышение качества и точности контента; 5) увеличение срока владения электронным учебником; 6) снижение риска для здоровья и визуальной усталости; 7) улучшение читабельности; 8) защита авторских прав [4, р. 34].

Обобщая опыт использования в учебном процессе электронного формата учебников, зарубежный специалист Ч. Лор отмечает: а) простоту их доступа; б) легкость чтения и навигации по страницам; в) портативность; г) возможность тиражирования печатным способом. Вместе с тем, данный автор заключает о негативных моментах обращения к электронным учебникам, в их числе: а) трудность с ведением заметок; б) головные боли/напряжение глаз; в) длительное время загрузки страниц; г) необходимость учета технических требований к интернет-соединению [5, р. 38].

Подводя итог изложенному, представляется необходимым сформулировать следующие выводы.

Во-первых, действующая парадигма интегрирования в современный образовательный процесс новой вариации учебной литературы в цифровой форме выступает в качестве: а) веления времени; б) удобного способа доведения до обучаемых необходимого учебного материала. Отмеченное обстоятельство несомненно способствует процессу интегрирования электронных учебников в методику преподавания в образовательных организациях системы МВД России.

Во-вторых, проявление фактора определенного педагогического риска в случае тотальной увлеченности технологией задействования электронных учебников, и ряд отмеченных недостатков их применения, свидетельствуют о целесообразности «дозированного» обращения к потенциалу указанной формы учебного средства, безусловно заслуживающего особого внимания с точки зрения его очевидной перспективы.

1. Давыдова М.Е., Капичникова О.Б. Сущность и классификация педагогических рисков // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал. – 2017. – № 11 (16). – С. 23-28.
2. Суховеева Н.Д., Бондаренко Н.Г., Васильева Л.М. Педагогический риск как объект междисциплинарного исследования // Успехи современной науки. – 2016. – № 5. – Том 1. – С. 38-39.
3. Ebner M., Ebner C., Khalil M., Kopp M., Lackner E., Raunig M. Potential of EPUB3 for Digital Textbooks in Higher Education // In Proceedings of Smart Learning Conference (7-9 March). – Dubai: HBMSU Publishing House, 2016. – Pp. 324-336.

4. Lee H.J., Messom C., Yau K-L.A. Can Electronic Textbooks be Part of K-12 Education?: Challenges, Technological Solutions and Open Issues // The Turkish Online Journal of Educational Technology. – January 2013. – Volume 12 (Issue 1). – P. 32-44.
5. Lor C. Benefits and Limitations of E-textbook Use // Journal of Student Research. – 2017. – Volume 16. – Pp. 32-47.
6. Uddin M.M., Rogers P.D., Leblanc C.D., Johnson K.V. Pedagogical Risk Taking: Is It Worth It?. American Society for Engineering Education, 2019. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.asee.org/public/conferences/140/papers/25124/download>

Чотчаева М.К.

Использование игр как фактор успешного взаимодействия учителя с учениками

*Карачаево-Черкесский государственный университет им. У.Д. Алиева
(Россия, Карачаевск)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-131

Аннотация

Важно помнить, что для многих учащихся единственный контакт с английским языком осуществляется через учителя, поэтому учителя играют важную роль в изучении английского языка. Из-за этой важной роли многие исследователи рассматривают их влияние на взаимодействия в классе в процессе обучения. Несмотря на то, что некоторые учителя рассматривают языковые игры как способ занять время или развлечься в классе, игры занимают особое место в любой программе обучения иностранному языку, поскольку они облегчают изучение иностранного языка, особенно для младших школьников.

Ключевые слова: учитель, ученики, взаимодействие, игра, обучение, иностранный язык.

Abstract

It is important to remember that for many students, the only contact with the English language is through the teacher, so teachers play an important role in learning English. Because of this important role, many researchers consider their impact on classroom interactions in the learning process. Despite the fact that some teachers consider language games as a way to take time or have fun in the classroom, games occupy a special place in any foreign language training program because they facilitate the learning of a foreign language, especially for younger students.

Keywords: teacher, students, interaction, game, learning, foreign language.

Трудно определить, что такое взаимодействие в классе, потому что оно может проявляться в различных формах. Хоровое повторение, опрос, ответы на вопросы и разыгрывание диалога - все это примеры взаимодействия, но то, как каждый тип взаимодействия влияет на изучение языка, требует дальнейшего изучения. Тем не менее, обзор литературы выявляет различные определения, такие как определение, данное Джонсоном (1995), который рассматривал взаимодействие в классе как явное поведение и изучение языка в классе, в определенной степени определяющие возможности обучения учащихся и использование целевого предмета - язык. Эллис (1990) описал термин «взаимодействие» в контексте изучения второго языка как процесс, в ходе которого учащиеся знакомятся с изучаемым языком и, следовательно, как учащиеся получают доступ к различным языковым образцам для интерактивного использования в классе. Как видно из этих определений, взаимодействие в классе относится к любому взаимодействию, которое имеет место между учителем и учащимися, а также между самими учащимися [4].

С введением коммуникативного преподавания языка обучение английскому языку стало гораздо более требовательным к учителям и учащимся, точно так же, как любые другие инновации создают новые стандарты для своих пользователей. Игры стали чрезвычайно важными для изучающих английский язык и учителей не только потому, что они доставляют

удовольствие и отдых, но и потому, что они побуждают учащихся использовать иностранный язык в творческой и коммуникативной деятельности.

Следует иметь в виду, что изучение языка является сложной задачей, требующей постоянных усилий, особенно для юных учащихся. Игры побуждают учащихся направлять свою энергию на изучение языка, предоставляя им значимые контексты. Поэтому важно, чтобы учителя не рассматривали игры как средства, предназначенные только для развлечения, а интегрировали их в свои программы обучения иностранному языку. Можно придумать множество описаний природы игр, предложенных различными исследователями. [2].

Игры - это деятельность, осуществляемая сотрудничающими или конкурирующими лицами, принимающими решения, стремящимися достичь своих целей в рамках набора правил. Игры включают в себя множество факторов, таких как использование правил, поощрение сотрудничества и способность превратить обучение в развлекательную деятельность. Тем не менее, игра остается инструментом обучения, оказывая влияние на весь учебный процесс, при этом она регулируется правилами и имеет очень четкое начало и конец. Соревнование, связанное с играми, играет решающую роль, поскольку этого требует природа игр. Учеников возбуждает соревнование, потому что вопрос о том, кто выиграет или проиграет, остается без ответа, пока игра не закончится. Во многих играх от учащихся требуется сотрудничество для достижения цели, и большинству учащихся нравится сотрудничество и взаимодействие со сверстниками. Считается, что когда сотрудничество и взаимодействие сочетаются с развлечением, успешное обучение становится более возможным. Как бы по-разному ни описывались игры, нельзя недооценивать их педагогическую ценность, как в обучении, так и в изучении иностранного языка[5].

Еще одно преимущество, связанное с играми, заключается в том, что тревога учащихся по поводу изучения языка снижается по мере использования игр. На языковых занятиях учащиеся испытывают стресс, потому что думают, что должны овладеть незнакомым им изучаемым языком. Кроме того, учащиеся слишком беспокоятся о том, что их учителя будут критиковать и наказывать их за ошибки. На этом этапе игры полезны, потому что они уменьшают беспокойство, усиливают положительные эмоции и повышают уверенность в себе, потому что учащиеся не боятся наказания или критики, свободно практикуя изучаемый язык.

Игры - это деятельность, ориентированная на учащихся, требующая активного участия учащихся. Учащиеся и учителя меняют свои роли и отношения посредством игр, а учащимся предлагается играть активную роль в процессе обучения. В результате игры дают учащимся возможность управлять своим обучением. С точки зрения обучения, создание значимого контекста для использования языка является еще одним преимуществом, которое представляют игры. Используя игры, учителя могут создавать контексты, которые способствуют бессознательному обучению, поскольку внимание учащихся сосредоточено на сообщении, а не на языке. Поэтому при полной концентрации на игре как на деятельности учащиеся усваивают язык так же, как усваивают родной язык, т. е. не осознавая этого. Игры переносят реальные жизненные ситуации в класс, что дает учащимся возможность использовать свои имеющиеся языковые[1].

У игр есть много преимуществ, таких как тот факт, что они

1. концентрируют внимание учащихся на определенных структурах, грамматических моделях и элементах словарного запаса,
2. могут функционировать как подкрепление, обзор и дополнение,
3. предполагают равное участие для учеников с разной степенью усваивания материала,
4. могут быть адаптированы к возрасту и языковому уровню класса,
5. способствуют созданию атмосферы здоровой конкуренции, предоставляя выход для творческого использования языка,
6. могут использоваться в любых ситуациях обучения языку и во всех областях навыков (чтение, письмо, разговорная речь или аудирование) [3].

Подводя итог, можно сказать, что игры имеют большое педагогическое значение, предоставляя учителям иностранных языков множество преимуществ в их использовании на уроках иностранного языка.

1. Бим, И. Л. Обучение иностранному языку: Поиск новых путей/ Иностранные языки в школе. -1989.-№11, Москва. С. 14-19
2. Гулидов И.Н. Использование игр в обучении английскому языку: учебное пособие. – М.: ФОРУМ. 2005.
3. Лепшокова Е.А. Роль мотивации при изучении иностранного языка // НАУКА, ОБРАЗОВАНИЕ И ИННОВАЦИИ. сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции: в 3 частях. 2017. С. 49-52.
4. Лепшокова Е.А., Функции проверки знаний при обучении иностранному языку //В сборнике: Традиции и инновации в системе образования. Сборник научных статей. Карачаевск, 2020. С. 114-120.
5. Шатилов С.Ф. Учебное пособие для студентов педагогических институтов - 2-е издание, доработанное. М., «Просвещение», 1986. С. 223.

Чотчаева М.К.

**Формирование коммуникативной компетенции в процессе обучения
иностранному языку**

*Карачаево-Черкесский государственный университет им. У.Д. Алиева
(Россия, Карачаевск)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-132

Аннотация

Формирование навыков коммуникативной компетенции при обучении иностранному языку является предметом дискуссий на протяжении долгого времени. Были представлены различные теории и методы изучения языка. Интерактивное обучение в рамках преподавания английского языка обеспечивает полноценное общение между учащимися и формирование навыков решения коммуникативных задач. Коммуникативная компетенция, определяемая как значимый компонент ключевых компетенций и результат современного образования, включает лингвистическую, дискурсивную, социолингвистическую и социокультурную компетенции, а также социально-личностный интерактивный компонент, коррелирующий с сотрудничеством учащегося.

Ключевые слова: учитель, ученики, обучение, коммуникативная компетенция, компоненты.

Abstract

The formation of communicative competence skills in teaching a foreign language has been a subject of discussion for a long time. Various theories and methods of language learning have been presented. Interactive learning within the framework of English language teaching ensures full-fledged communication between students and the formation of skills for solving communicative tasks. Communicative competence, defined as a significant component of key competences and a result of modern education, includes linguistic, discursive, sociolinguistic and sociocultural competences, as well as a socio-personal interactive component correlating with the student's cooperation.

Keywords: teacher, students, learning, communicative competence, components.

Коммуникативная компетентность это всеобъемлющий термин, который относится к владению языком, а также к умению использовать язык в реальных жизненных ситуациях для удовлетворения коммуникативных потребностей. Язык, по мнению многих исследователей, является средством общения и включает в себя четыре основных навыка; аудирование, говорение, чтение и письмо. Чтобы приобрести эти языковые навыки, нужно не только выучить грамматические правила, но и практиковать эти навыки. Когда ученик усваивает языковые навыки и способен использовать их эффективно и надлежащим образом в соответствии с

контекстом, в который он вовлечен, мы можем сказать, что обучающийся достиг требуемого уровня коммуникативной компетенции.

Существует несколько компонентов коммуникативной компетенции:

- Грамматическая компетенция: эта компетенция включает знание лексических единиц, правил морфологии, синтаксиса, грамматики и фонологии. Эти знания аналогичны лингвистической компетенции и рассматриваются как часть коммуникативной компетенции, поскольку они представляют собой базовую систему языка и способы точного определения и выражения буквального значения высказывания.
- Социолингвистическая компетенция: этот компонент коммуникативной компетенции состоит из социокультурных правил использования языка. Это знание очень важно для интерпретации и производства высказываний в социальном контексте. Знание социальных правил необходимо для создания и понимания высказываний, соответствующих контексту, в котором используется язык. Это похоже на социолингвистическую компетентность в модели коммуникативной компетентности[1].
- Стратегическая компетентность: этот компонент состоит из вербальных и невербальных коммуникативных стратегий, которые могут быть задействованы для компенсации сбоев в общении. Эти коммуникативные сбои могут быть связаны с недостаточной лингвистической или социолингвистической компетентностью.
- Дискурсивная компетенция: компонент, который представляет собой способность объединять языковые структуры и языковые функции в связный и связный текст.

Поскольку дети обычно формируют свои способности к общению на родном языке через знакомство с окружающим их родным языком, у изучающего иностранный язык нет таких возможностей для знакомства с изучаемым языком в контексте иностранного языка, за исключением учебных часов. Таким образом, учителя должны поощрять учеников к беседе в парах и группах. Эти занятия очень полезны для развития коммуникативной компетенции учащихся, поскольку они предоставляют учащимся больше возможностей для знакомства и помогают им обрести уверенность в своем языке и избавиться от неуверенности в своих навыках[4].

Также учитель должен создавать справедливую и располагающую атмосферу и взаимодействовать со своими учениками. Наблюдения исследователей показывают, что учителя, которые уделяют больше времени взаимодействию с учениками, достигают хороших результатов и готовят компетентных ораторов. В то время как учителя, которые проводят свое время, рассказывая тему своим ученикам, а ученики в свою очередь пассивно слушают и делают записи, часто не могут развивать коммуникативную компетентность учащихся и выпускают учеников недостаточно компетентных в коммуникационной сфере языка. Таким образом, учителя должны взаимодействовать с каждым учеником в своем классе и создавать атмосферу, которая мотивирует учеников взаимодействовать с ним.

Моделирование и ролевые игры также очень эффективны для развития коммуникативной компетенции учащихся. Важнейшим условием здесь является то, что учащиеся должны примерять на себя данную им роль в игре действовать соответствующе своему персонажу. Такие занятия оказываются более эффективными в развитии коммуникативной компетенции и делают урок куда более интересным и интерактивным. Исследования о роли симуляции и игровой деятельности в овладении коммуникативной компетенцией иностранного языка показывает, что такая деятельность более эффективна, чем формальное обучение, для повышения коммуникативной компетенции. Такой вид деятельности на уроке дает учащимся возможность выразить себя, повысить их уверенность в себе, чтобы использовать свои навыки говорения английского языка, который они усвоили[2].

Еще один способ вовлечь учащихся в языковую ситуацию в реальной жизни, который дает им опыт родного языка в классе и за его пределами в контексте иностранного языка, - это мотивировать их смотреть английские новости, фильмы, онлайн-уроки и читать английские новости на веб-сайтах. Это поможет в развитии коммуникативной компетентности учащихся, так как познакомит их с различными типами текстов и лексикой, а также позволит им поддерживать связь с английским языком вне класса. Такой тип учебной деятельности по свободному выбору довольно эффективен в достижении языкового освоения.

Инструменты социальных сетей очень важны для развития коммуникативной компетенции, поскольку они предоставляют учащимся возможность использовать язык и учиться друг у друга в групповых дискуссиях. Учащиеся могут стесняться говорить с глазу на глаз, но им проще делиться голосовыми записями или текстом через социальные сети. Это дает им возможность учиться на своих ошибках посредством дискуссий, так как удаленность от своих собеседников снижает их стресс от совершения ошибок. Эти инструменты помогают учащимся подружиться и получить возможность естественного общения с носителями английского языка[3].

Таким образом, коммуникативная компетентность рассматривается как знание правил языка и использования языка, а также умение эффективно и уместно использовать эти знания в реальных жизненных ситуациях. Коммуникативная компетентность стала основной целью изучения иностранного языка, и ее модели были разработаны с учетом различных аспектов языка, таких как лингвистические, социолингвистические, прагматические, стратегические, языковые макронавыки и т. д.

1. Баранова О.В., Teaching communicative competence: English at school. -2019.-No.11, Moscow. pp. 138-145
2. Захарова Е.А., Коммуникативное обучение иностранному языку и его практическая значимость: Молодой ученый. – Москва: 2016. С. 676-679.
3. Лепшокова Е.А., Абайханова Д.С. Проблема эффективного обучения иностранным языкам// Педагогический вестник №23 г.Крым, 2022 С. 6-8.
4. Шатилов С.Ф. Учебное пособие для студентов педагогических институтов - 2-е издание, доработанное. М., «Просвещение», 1986. С. 223.

Шаповалова Е.Г.

Психолого-педагогические особенности приобщения детей к культурам народов мира

*Южный федеральный университет
(Россия, Ростов – на – Дону)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-133

Аннотация

В современном мире существует проблема, связанная со сложностями межнационального взаимодействия, которые особенно актуальны в условиях полиэтничного российского общества. Развитие отношений этносов между собой и с другими народами мира обуславливает цели и содержание воспитания межнациональной толерантности и этнической культуры у подрастающего поколения. В статье представлены особенности приобщения детей дошкольного возраста к культурам народов мира.

Ключевые слова: межнациональное взаимодействие, социальный мир, культура, народы мира, толерантность.

Abstract

In the modern world, there is a problem associated with the complexities of interethnic interaction, which is especially relevant in the conditions of a multi-ethnic Russian society. The development of relations between ethnic groups among themselves and with other peoples of the world determines the goals and content of educating interethnic tolerance and ethnic culture among the

younger generation. The article presents the features of introducing preschool children to the cultures of the peoples of the world.

Keywords: interethnic interaction, social peace, culture, peoples of the world, tolerance.

Для дошкольного возраста характерно интенсивное вхождение в социальный мир, а также всестороннее развитие и формирование представлений о себе, о сверстниках и окружающем мире. В связи с этим, как отмечает И.А. Акулинина, дошкольный возраст является благоприятным для формирования этнокультурной осведомленности, толерантности и уважения к традициям и особенностям народов мира [1].

Детство – это период, в рамках которого в сознание ребенка закладываются основы личностной и коллективной культуры, формируются ценности, ориентиры и социальные нормы. Эффективность культурного развития ребенка обуславливается характером и способами организации деятельности в дошкольной образовательной среде. Так, такими авторами, как Т.Ф. Бабынина, М.И. Богомолова, С.А. Козлова, отмечено, что для приобщения детей к культурам народов мира в ДОО должны быть организованы этнопедагогические технологии, которые будут основаны на принципе гуманистического воспитания.

Таким образом, от сегодняшних приоритетов дошкольного воспитания, от нацеленности образования на нравственные ценности народной культуры зависит развитие положительного культурного развития подрастающего поколения.

Т.В. Забельская отмечает, что формирование представлений о культурах и этнической принадлежности у ребенка начинается в возрасте 6-7 лет, то есть в старшем дошкольном возрасте. Исходя из этого, именно дошкольный возраст является определяющим в становлении основ личности ребенка и выработке норм поведения в рамках социального окружения и действительности. В этот период целесообразно знакомить ребенка как с собственной этнической идентичностью, так и с культурой народов мира [2].

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования заостряет внимание на приобщение детей к социокультурным ценностям народа, традициям семьи, общества и государства. Особо отмечается во ФГОС обязательность формирования и развитие у детей первоначальных представлений о культурных традициях, о разнообразии культур стран и народов мира. Необходимость данного процесса закреплено данным документом.

В рамках приобщения детей к культуре народов мира большую значимость имеет грамотная организация предметно-пространственной среды и определение методической стратегии образовательной деятельности. Выделим основные направления, которые необходимо реализовывать в рамках приобщения детей к культуре народов мира:

- выбор интересных и актуальных форм взаимодействия;
- привлечение родителей к процессу приобщения детей к культурам народов мира, работа с педагогами для создания ориентира на деятельность по приобщению детей к культурам народов мира;
- организация соответствующей предметно-развивающей среды;
- формирование профессиональной поликультурной компетентности.

Организацию работы с педагогами как направление по приобщению детей к культурам народов мира рассмотрено с опорой на научные труды Н.В. Кагуй и И.Т. Фроловой. Так, авторами отмечено, что в условиях дошкольной образовательной организации дети познают мир через взаимодействие с педагогом. Это обуславливает тот факт, что педагогический состав ДОО должен обладать необходимыми для передачи культурного опыта компетенциями, знаниями и навыками. Так, важными условиями психолого-педагогического подхода к организации деятельности по приобщению детей к культуре народов мира является сформированность у педагога таких качеств и умений, как [3, 4]:

- знания по краеведению и культурным особенностям народов мира;
- творческий подход к передаче опыта и знаний;

- умение интегрировать в образовательный процесс различные формы и методы организации педагогического воздействия;
- уважительное и ценностное отношение к другим народам и культурам;
- способность реализовывать воспитательный и развивающий потенциал национальных традиций и обычаев;
- способность воспитывать у детей интерес и уважение к культуре других народов, а также любовь к родной культуре.

Таким образом, можно сделать вывод, что к психологическим особенностям приобщения детей к культурам народов мира относят сенситивность дошкольного возраста для формирования данных представлений и пластичность сознания ребенка, что позволяет именно в детском возрасте воспитывать в детях основы морали, культурных ценностей, уважения и толерантности. Именно поэтому эта задача прописана во ФГОС ДО, и является одной из ведущих в рамках организации образовательного процесса в ДОО. Для приобщения детей к культурам народов мира важно также учитывать педагогические особенности этого процесса. Организация деятельности по приобщению детей к культурам народов мира должна включать реализацию таких направлений, как работа с семьей воспитанника, работа по повышению профессиональной политкультурной компетентности педагогов, работа по организации соответствующей задачам политкультурного образования предметно-развивающей среды и грамотный подбор современных форм и методов приобщения детей к культурам народов мира.

1. Акулинина И. А. Особенности формирования этнокультурной компетенции детей старшего дошкольного возраста // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. – Челябинск, 2014. – № 7. – С. 229-232/
2. Забельская Т. В. Воспитание детей дошкольного возраста в условиях разных культур // Известия Пензенского государственного педагогического университета им. ВГ Белинского. – 2011. – №. 24. – С. 644-646.
3. Кагуй Н. В. Поликультурное воспитание детей дошкольного возраста в процессе билингвального образования // дисс.... канд. пед. наук. – 2004. – Т. 13. – №. 07.
4. Фролов И. Т. Проблема человека в «век биологии» // Биологическое и социальное в развитии человека. М.: Наука. – 1977. – С. 93-115.

Шендель А.В.

**Эмоциональный интеллект и его влияние на развитие критического мышления
будущего лидера**

*Жетысуский университет им. Ильяса Жансугурова
(Казахстан, Талдыкорган)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-134

Аннотация

Актуальность исследования. В настоящее время фундаментальным вопросом Казахской школы является выявление и формирование способностей обучающихся, формирование конкурентоспособной личности, склонной к жизни в сверттехнологичном мире. Поступающая информация возрастает в объемах и усложняется в учащенном режиме, но при этом очень быстро утрачивает свою актуальность, нововведения должны вновь испытываться и переосмысливаться. Концепция образования Казахстана отмечает, что для будущего нашей страны нужно готовить профессионалов высочайшей степени квалификации, которые обладают такими качествами, как стрессоустойчивость, мобильность, компетентность, терпимость и способность критически мыслить. Исходя из вышеуказанных требований, появилась потребность в подготовке высокоинтеллектуальных, многосторонне образованных выпускников организаций.

Ключевые слова: интеллект, эмоциональный интеллект, критическое мышление, лидер.

Abstract

The relevance of research. Currently, the fundamental issue of the Kazakh school is the identification and formation of the abilities of students, the formation of a competitive personality inclined to live in a super-technological world. The incoming information increases in volume and becomes more complicated in a rapid mode, but at the same time it loses its relevance very quickly, innovations must be tested and rethought again. The concept of education of Kazakhstan notes that for the future of our country it is necessary to train professionals of the highest degree of qualification who possess such qualities as stress resistance, mobility, competence, tolerance and the ability to think critically. Based on the above requirements, there is a need to train highly intelligent, multilaterally educated graduates of organizations.

Keywords: intellect, emotional intellect, critical thinking, leader.

Векслер определил интеллект глобальной возможностью индивида работать целеустремленно, мыслить целесообразно и продуктивно общаться с окружением [1]. Профессиональная успешность личности прямо соединена со знаниями, умениями и навыками, эрудицией и способностью к мышлению в целом, что является степенью общего интеллекта. Но стоит заметить, что чаще всего высокого уровня общего интеллекта оказывается недостаточно. Что, в свою очередь, явилось первопричиной появления «эмоционального интеллекта», это нередкое несоответствие уровня общего интеллекта и успешности личности во взаимодействии с обществом.

Впервые термин «эмоциональный интеллект» был введен П. Сэловеем и Дж. Майером [2] и рассматривался как один из ключевых видов интеллектов, который способен высказывать и принимать эмоции, мысли, познавать себя и других. Люсин под эмоциональным интеллектом понимает дуализм - комплекс способностей и личностных характеристик, которые необходимы для понимания своих, а также эмоций других [3]. Гоулман [4] под эмоциональным интеллектом понимал способность личности разьяснять личные эмоции и эмоции окружающих людей для использования приобретенной информации ради реализации собственных. Андреева [5] даёт определение эмоциональному интеллекту как совокупности ментальных возможностей к идентификации, постижению и управлению эмоциями.

Эмоциональный интеллект соединяет в себе способности личности к эффективному общению за счет видения эмоций людей и способность имитировать эмоциональному. Данная способность, позволяющая контролировать свои эмоции и создавать контакт с окружающими людьми, представляется незаменимой. Как правило, общая интеллектуальная способность позволяет приобрести неплохие показатели академической успешности и ориентирует добиться успехов в жизни, творчестве и трудовой деятельности.

В Казахстане данной теорией занимается С. Мерсеитова [6], являющаяся начальником проекта «Развитие критического мышления через чтение и письмо». Она полагает, что осмысленное обучение является главным и определяет высокий уровень исследовательской культуры обучающегося как основание выработанного критического мышления.

Критическое мышление берет свое начало в трудах знаменитых философов, таких как Платон, Сократ, Аристотель, по их мнению, этот феномен – не что иное как форма познавательной активности, способность транслировать информацию через языковые возможности от поколения к поколению.

Критическое мышление имеет свои особенности, свою понятийную систему, отличающие его от других видов и типов мышления.

Однако мы можем рассматривать критическое мышление лишь во взаимосвязи с другими видами мышления, в соединении и сравнении с такими понятиями, как продуктивное, проблемное, творческое, логическое, системное мышление, интеллект, и другими понятиями активной, направленной умственной и практической деятельности человека.

На рис. 1 [7] изображена взаимосвязь всех видов мышления. Критическое мышление вплетено, интегрировано в каждый из других видов мышления, влияет на их логику, качество,

целостность, служит связующим звеном между всеми типами и видами мышления, поведения; является одним из элементов менталитета индивида, социума, общества.



Рисунок 1. Виды мышления.

Оценивая значимость эмоционального интеллекта и его связь с учебной мотивацией, нужно отметить, что в ряде исследований представлена прямая зависимость у учащихся компонентов эмоционального интеллекта (самосознание, самоконтроль, эмоциональное использование, эмпатия и социальные навыки) и мотивации. Для учащихся с высоким и средним уровнем эмоционального интеллекта свойственны высокие средние значения показателей социальных навыков и эмпатии, хотя и отмечается некоторое снижение самоконтроля в группе со средними показателями эмоционального интеллекта. Следовательно, одним из путей повышения эффективности учебной деятельности становится развитие эмоционального интеллекта учащихся. Значительным аспектом является выявление проблем и рисков развития эмоционального интеллекта в условиях цифровой образовательной среды, а также установление возрастных специфик формирования эмоционального интеллекта в условиях массовой школы.

Значимость вопросов сохранения и развития эмоционального интеллекта участников образовательных отношений и предупреждения эмоционального выгорания учителей в период цифровой трансформации образования обусловлена тем, что в период пандемии изменения в эмоциональной сфере в той или иной степени охватили 90% от всех учащихся в мире на всех уровнях.

Очевидно, чтобы добиться успеха, педагогам нужно знать цели и задачи развития эмоционального интеллекта у обучающихся, а также планируемые результаты, к которым необходимо стремиться, такие как:

- способность разбираться в эмоциях человека, понимать личные эмоции, эмоции других людей и причины, инициирующие те или иные эмоции;
- умение использовать свои эмоции для решения задач, связанных с коммуникативными отношениями и мотивацией;
- умение управлять своими и чужими эмоциями.

Таким образом, при формировании программ развития эмоционального интеллекта, необходимо:

- учитывать индивидуальные и личностные особенности;
- рассматривать эмоциональный интеллект в совокупности с социальной компетентностью и развитием социального интеллекта;
- закладывать фундамент социально-эмоциональной компетентности на уровнях дошкольного и начального общего образования;
- включать развитие эмоционального интеллекта во все аспекты

деятельности учащегося, а не в качестве отдельной дисциплины или

Главная роль в формировании эмоционального интеллекта подростка

принадлежит учителю. То, как он входит в класс, с каким настроением начинает урок, как обращается к ученикам - все это задает эмоциональный тон процессу обучения и общения. В настоящее время одной из задач каждого учителя становится - кроме формирования предметных знаний и умений - развитие эмоционального интеллекта учащихся.

Таким образом, развитие эмоционального интеллекта и критического мышления способствует формированию коммуникативной компетенции, а также носит междисциплинарный характер и воспитывает в первую очередь лидерские качества у учащихся.

1. Алексеева В.П. Историческая антропология и этногенез. – М.: Наука, 2008.
2. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии/ И.Н.Андреева – Новополюцк: ПГУ, 2011. Пригожин, А. И.
3. Баймұханбетов Б.М. Болашақ бастауыш сынып мұғалімдерінің лидерлік сапасын арттыру: PhD дис. - Алматы, 2014.–159 б.
4. Байгурбаева А.Т. Политические факторы формирования имиджа лидера в Республике Казахстан: автореф. ... канд. полит. наук: 23.00.02. – Алматы, 2009. - 20 с.
5. Блондель Ж. Политическое лидерство: Путь к всеобъемлющему анализу / пер. с англ. Г.М. Квашнина. – М.: Российская академия управления, 1992. – 135 с.
6. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект, почему он может значить больше чем IQ – 4-е изд. Манн, Иванов и Фербер, 2016 ISBN– 978-5 -17-050409-1.
7. Жарикбаев К.Б. Образ жизни кочевников и его психология // Психология в школе. – 2007. – №1. – С. 3-7.

Шибанова А.В.

Современные технологии формирования коммуникативной компетентности

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

doi: 10.18411/trnio-05-2023-135

Научный руководитель: Левченко Н.В.

Аннотация

Современный мир становится все более информационным и сетевым. Коммуникативная компетентность становится важнейшей составляющей успеха в различных сферах жизни, начиная от личной и заканчивая профессиональной. В статье рассматриваются эффективные навыки коммуникации в Интернет среде и технологии их реализации.

Ключевые слова: технологии, компетентность, коммуникация.

Abstract

The modern world is becoming more informational and networked. Communicative competence is becoming the most important component of success in various areas of life, from personal to professional. The article discusses effective communication skills in the Internet environment and technologies for their implementation.

Keywords: technologies, competence, communication.

Одно из главных нововведений в области коммуникации - это возможность общаться с людьми по всему миру, используя Интернет. Так как многие люди живут в разных географических регионах, общение через Интернет становится важным способом для установления контактов. Одним из основных преимуществ таких форм коммуникации - это скорость и доступность. Человек может общаться с другими в любое время суток, несмотря на различные часовые пояса или географическое положение. Коммуникативная компетентность - это навык эффективного общения с другими людьми. Умение слушать и понимать других, а также выражать себя ясно и убедительно - это важный навык в любой сфере жизни.

Современные технологии, такие как Интернет и социальные сети, предоставляют множество новых возможностей для формирования и развития коммуникативной компетентности. Однако существует обратная сторона медали в новых формах коммуникации. Интернет и социальные сети также стали причиной повышенного уровня анонимности и отсутствия физического контакта, что может привести к неправильному восприятию сообщений, неправильной интерпретации информации, дезинформации или межличностным конфликтам. Кроме того, многие люди становятся настолько опустошенными в цифровом мире, что не могут проявить свою коммуникативную компетентность в реальной жизни [1, с.58].

Важной задачей для учебных заведений и работодателей является обучение сотрудников и студентов эффективным навыкам коммуникации в Интернет среде. Важно учиться понимать различные типы коммуникативного поведения, учиться проявлять свою эмоциональную и межличностную компетенцию. Осуществление обучения сотрудников и студентов эффективным навыкам коммуникации в Интернет среде может быть реализовано следующими способами:

1. Организация тренингов, семинаров и вебинаров. Эти формы обучения позволяют участникам практиковать навыки коммуникации в реальных ситуациях и получать обратную связь от тренеров и других участников.
2. Использование обучающих материалов. Это могут быть онлайн-курсы, видеоуроки, книги и т.д. Такой метод предоставляет возможность учиться в удобное время и темпе.
3. Инструктаж и консультирование. Руководители и наставники могут проводить инструктажи и консультировать сотрудников и студентов по вопросам коммуникации в интернет среде.
4. Опытный обмен. Сотрудники и студенты могут обмениваться опытом и советами по коммуникации в интернет среде, что способствует совершенствованию навыков.
5. Разработка политики коммуникации. Организации и учебные заведения могут разработать конкретную политику коммуникации в интернет среде, которая будет регулировать взаимодействие в социальных сетях, электронной почте и других онлайн-каналах связи.

Грамотное и эффективное общение является ключевым моментом для успешной профессиональной деятельности и личной жизни. Технологии могут помочь в этом процессе, но только если они используются правильно и в соответствии с целями человека.

Выделим несколько ключевых пунктов, связанных с этой темой:

- 1) Определение коммуникативной компетентности.

Перед тем как рассматривать технологии формирования коммуникативной компетентности, необходимо понять, что подразумевается под этим термином. Коммуникативная компетентность - это способность эффективно и грамотно общаться на языке собеседника. Это включает в себя умение оперировать языковыми средствами (словарным запасом, грамматикой, правилами орфографии), умение понимать контекст, настраиваться на общение с определенным человеком, эмоциональную и социальную адаптивность [6, с.74].

- 2) Использование информационных технологий.

Современные технологии позволяют формировать коммуникативную компетентность различными способами. Одним из главных является использование информационных технологий. С помощью средств онлайн-коммуникации и социальных сетей можно учить языку, общаться с носителями языка, практиковать языковые умения и корректировать ошибки. Кроме того, существуют программы, помогающие в изучении языка, например, Duolingo, Babbel, Rosetta Stone. Они позволяют освоить необходимый минимум языковых знаний, уделяя особое внимание правильной артикуляции и интонации.

- 3) Развитие критического мышления.

Развитие критического мышления в контексте современных технологий формирования коммуникативной компетентности является ключевым фактором для успешного функционирования в современном информационном обществе. Сегодня, с развитием информационных технологий, человек стал сталкиваться с большим количеством информации, которую необходимо анализировать и оценивать. Критическое мышление в этом контексте означает компетенцию способности критически рассматривать информацию, особенно ту, которую представляют медиа, и оценивать ее достоверность и значимость. Кроме того, критическое мышление также включает умение анализировать информацию своих коллег, товарищей и семьи. Современные технологии формирования коммуникативной компетентности включают в себя множество онлайн-курсов, подкастов, блогов, видео-уроков, которые позволяют пользователям получать информацию о практически любой теме. Изучение и использование этой информации может помочь повысить качество жизни и повысить уверенность в своих коммуникационных способностях.

Однако существует риск принимать не всю информацию в верном контексте. Поэтому, критическое мышление в таких ситуациях становится необходимым навыком. Важно уметь анализировать записи, находить источники, оценивать информацию и грамотно выражать свое мнение.

Развитие критического мышления требует как практики, так и обучения. Многие онлайн-курсы и видео рассчитаны на то чтобы обучать и расширять кругозор, при этом позволяют обучаться по собственному графику и темам. Также важно развивать способность к самостоятельному мышлению, чтобы в будущем не зависеть только от чужой информации, а самостоятельно оценивать свои знания и справедливо выражать свои мысли [1, с.59].

4) Общение виртуальных команд.

В современном мире коммуникации виртуальные команды стали неотъемлемой частью многих бизнес-процессов. Они объединяют людей из разных географических точек мира, позволяют сокращать расходы на зарплату персонала и аренду помещений. Однако обеспечение эффективного общения и синхронизации работы команды может быть вызвано некоторыми трудностями.

В контексте формирования коммуникативной компетентности виртуальные команды требуют от сотрудников определенных навыков, таких как умение писать грамотные и понятные сообщения, использование различных технологий для совместной работы и быстрого решения проблем, умение адаптироваться к культурным различиям и т.д.

Одним из основных преимуществ виртуальных команд является возможность участников работать в удобное время, что увеличивает их производительность. Кроме того, виртуальные команды также позволяют избежать частых разрывов работы, связанных с присутствием дополнительных сотрудников, и уменьшить время, необходимое для проведения совещаний и встреч.

Однако, как и любые другие команды, виртуальные могут столкнуться с проблемами, связанными с неэффективной коммуникацией. Например, отсутствие возможности для наполнения ненужной информации при общении в виде мессенджеров может привести к непониманию сути сообщения, особенно если у участников команды разный уровень знаний в данной области. Кроме того, отсутствие непосредственного общения может вызвать непонимание или конфликты между участниками команды.

Для того, чтобы общение виртуальных команд было эффективным, необходимо продумать коммуникационную стратегию, которая будет включать в себя понятные правила работы, перечень документов, требующих долгосрочного хранения, определение ролей и ответственностей каждого участника команды. Важно также уделять внимание правильному выбору коммуникационных технологий, которые будут удобны для всех участников команды, что упростит процесс общения и улучшит согласованность работы команды в целом [2, с.58].

5) Создание научных исследований.

Создание научных исследований - это еще один способ формирования коммуникативной компетентности. Научные исследования требуют умения анализировать и интерпретировать текст, общаться с коллегами, находить и оформлять информацию и т.д. В

процессе проведения научных исследований учащиеся могут вырабатывать не только навыки коммуникации, но и навыки работы в команде.

Что касается того, каким образом могут применяться эти технологии, то существует множество различных методик и подходов. Однако ключевым моментом является непрерывность обучения. Только регулярные практики и тренировки могут помочь сформировать эффективные навыки коммуникации. Кроме того, важно учитывать потребности и индивидуальные особенности каждого ученика. Использование технических новшеств и различных методик помогут каждому человеку развиваться в нужном направлении и стать более профессиональным в своих областях работы.

Таким образом, современные технологии формирования коммуникативной компетентности играют важную роль в развитии навыков коммуникации и сотрудничества. Они помогают людям научиться общаться эффективно независимо от места и времени, а также развивать свою эмпатию и понимание других людей. В целом, они способствуют улучшению качества жизни и приводят к более гармоничным и продуктивным отношениям между людьми.

Однако, несмотря на все преимущества современных технологий, необходимо помнить, что коммуникативная компетентность не может быть развита только с помощью онлайн-ресурсов и программ. Важно также общаться с реальными людьми и участвовать в активном общении, чтобы развивать свои навыки в разных ситуациях и условиях.

1. Гаспарян, А. К. Формирование коммуникативной компетенции в условиях современной школы / А. К. Гаспарян // Современные технологии обучения иностранным языкам: материалы Международной научно-практической конференции. - Москва: Изд-во МГЛУ, 2018. - С. 58-62.
2. Кононова, А.В. Методика преподавания коммуникативной компетентности в условиях современных технологий обучения / А.В. Кононова // Международная научно-практическая конференция «Инновации в образовании и науке». - Санкт-Петербург: Издательство СПбГУ, 2020. - С. 57-60.
3. Китикарь, О.В., Левченко, Н.В. Особенности проектирования муниципальной системы педагогического образования в информационной образовательной среде// Проблемы современного педагогического образования. 2022. № 77-4. С. 96-99.
4. Любарова, О. А. Технологии формирования коммуникативной компетентности в образовательных организациях / О. А. Любарова, Н. В. Новикова // Инновации в науке и образовании: материалы Международной научно-практической конференции. - Санкт-Петербург: Изд-во СПбГУ, 2016. - С. 302-306.
5. Смолянинова, О.А. Эффективность применения интернет-ресурсов для формирования коммуникативной компетентности в современном образовательном процессе / О.А. Смолянинова // Международная научно-практическая конференция «Информационные технологии в науке, технике и образовании». - Санкт-Петербург: Издательство СПбГЭТУ «ЛЭТИ», 2018. - С. 90-93.
6. Савина, А. А. Формирование коммуникативной компетенции студентов в процессе изучения иностранных языков / А. А. Савина // Инновационные технологии в образовании: материалы Международной научно-практической конференции. - Москва: Изд-во Московского государственного университета печати, 2018. - С. 72-76.

Шублакова И.Х.

**Организация работы по формированию духовно-нравственных качеств
у младших школьников**

*Кабардино-Балкарский государственный университет
(Россия, Нальчик)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-136

Научный руководитель: Балкизова Ф.Б.

Аннотация

Статья посвящена изучению организации работы по формированию духовно-нравственных качеств у младших школьников. Рассматривается на необходимость формирования в младшем школьном возрасте системы нравственных ценностей, моральных принципов, толерантности, уважению к окружающим, доброте, сочувствию.

Ключевые слова: духовность, образовательный процесс; нравственность, воспитание, инклюзивное образование, младшие школьники, ОВЗ, общества.

Abstract

The article is devoted to the study of the organization of work on the formation of spiritual and moral qualities in younger students. It is considered the need to form a system of moral values, moral principles, tolerance, respect for others, kindness, sympathy in primary school age., questioning, sociometry, ranking, unfinished thesis, picture test, choice situation.

Keywords: spirituality, educational process; morality, upbringing, inclusive education, younger schoolchildren, disabilities, societies.

Актуальность проблемы духовно-нравственных качеств младших школьников связана с тем, что наше общество особенно остро нуждается в подготовке образованных, высоконравственных людей, которые обладают не только глубокими знаниями, но и замечательными чертами личности.

Образованию в России отводится главенствующая роль в духовно-нравственном укреплении российского общества, его интеграций перед различными внутренними и внешними вызовами, в повышении доверия человека к жизни в России, к жителям страны, государству и обществу в целом, а также настоящему в будущем своей страны [1].

Духовно-нравственных качеств у младшего школьника рассматриваем как педагогически организованный процесс, осуществляемый в учебной и вне учебной деятельности, направленный на усвоение и принятие обучающимися традиционных моральных норм, нравственных идеалов, развитие духовных, эстетических и нравственных чувств, формирование высоконравственного сознания и поведения по отношению к себе, другим людям, обществу, государству, Отечеству[5].

В качестве целей духовно-нравственных качеств младших школьников называют такие: формирование нравственно целой личности в единстве ее сознания, совести, воли, качеств, общественно ценного поведения, духовных и нравственных чувств. Развитое духовно-нравственное сознание включает в себе знание о множестве моральных принципов, различных норм и, одновременно с этим, постоянное осмысление своего духовно-нравственного положения в обществе, а также осознание своего морального состояния, ощущения и чувства[2].

Для изучения уровня духовно-нравственной воспитанности учащихся в современной психолого-педагогической диагностике применяются различные методики, которые в сочетании с психологическими средствами изучения личности образуют комплексы, позволяющие получить целостное представление о воспитанности учащегося на данный момент. Наиболее информативными методами диагностики являются: беседа, наблюдение, тестирование, анкетирование, социометрия, ранжирование, недописанный тезис, рисуночный тест, ситуация выбора[3].

Были подобраны и реализованы опросник «Духовно-нравственные понятия» и методики диагностики нравственной воспитанности учащихся младших школьников при условии разъяснения учащимся вопросов, которые им не ясны.

Перед проведением опытно-поисковой работы нами была проведена беседа со школьным психологом и ознакомление с учебной программой, УМК «Школа России» для предварительного выяснения уровня знаний и умений детей и подбора необходимых диагностических методик[4].

Результаты исследования.

Исследование, касающееся формированию духовно-нравственного качества у младших школьников, проводилось в 3 «В» классе МКОУ СОШ №4 им. З.А.Нырова

Методический инструментарий включает набор диагностических методик для детей 6,5-10 лет проводимых в разных формах: индивидуальная, групповая. Были подобраны

соответствующие методики, которые в комплексе позволяют выявить уровень сформированности духовно-нравственных качеств у младших:

- 1) Диагностика нравственной воспитанности по методике М.И. Шиловой;
- 2) «Диагностика уровня воспитанности учащихся начальных классов» Н.П. Капустина).
- 3) Опросник «Духовно-нравственные понятия».

По результатам констатирующего этапа опытно-экспериментальной работы мы пришли к выводу о том, что общий уровень, что на констатирующем этапе эксперимента в экспериментальной группе высокий уровень был намного ниже, чем в контрольной группе. Учащихся с низким уровнем сформированности духовно-нравственных качеств было больше в экспериментальной группе. Преобладание среднего уровня в этой группе свидетельствует о том, что у учеников понимание о нравственных ценностях верное, но не совсем целое и чёткое, оценки действий и чувственные реакции адекватны, но позиция к моральным нормам ещё не совсем стабильная, также имеется неполная ответственность перед коллективом, присутствие некоторых коммуникативных умений.

В контрольной группе на констатирующем этапе было позитивное процентное соотношение уровней сформированности духовно-нравственных качеств младших школьников, то есть всего лишь 1 учащийся из 20 испытуемых находился на низком уровне. Различия между средним и высоким уровнями были незначительные – 5%.

Анализируя полученные данные, можно сказать о том, что уровень сформированности духовно-нравственных качеств в экспериментальной группе повысился: преимущественно возросло количество учеников с высоким уровнем, а средний и низкий уровни понизились. В контрольной группе произошли незначительные изменения: повысился высокий уровень, и понизились средний и низкий.

Исследование показало, что у большинства опрошенных учащихся сформировались такие качества, как доброта, отзывчивость, искренность. Дети умеют сопереживать и охотно приходят друг другу на помощь. Для учащихся уровень отношения к жизненным ценностям находится на высоком уровне и среднем уровне.

Учащиеся уверены в значимости духовно-нравственных ценностей. Имеют сформированные ценностные ориентации, проявляют духовно-нравственную самостоятельность. Среди основных ценностей выделяют: здоровье родителей, верного друга и иметь доброе сердце.

В целом учащиеся убеждены в значимости духовно-нравственных качеств в окружающей действительности, но есть учащиеся, не всегда проявляющие соответствующей активности. Некоторые ребята не испытывают потребности и интереса заниматься духовно-нравственной деятельностью.

1. Ануфриев С. И. Формирование новой педагогической парадигмы: роль и место инклюзивного образования // Проблемы современной школы и пути их решения: инклюзивное образование: Материалы Международной научно-практической конференции. Томск: Томский ЦНТИ, 2021. с. 24–31.
2. Божович, Л.И. Психическое развитие школьника и его воспитание [Текст]/Л.И. Божович, Л. С Славина. - М.:Питер, 2018. -750с.
3. Инклюзивное образование: методология, практика, технология. // Материалы международной научно-практической конференции 20-22 июня 2020: под ред. С.В. Алехиной. - М.: МГППУ, 2020.
4. Контарбаев, И.А. Нравственное развитие младших школьников в процессе воспитания [Текст]/ И.А. Контарбаев. - М.: Просвещение, 2018. - 426 с.
5. Неводова, Д.П. О духовно-нравственном воспитании младших школьников в процессе организации внеурочной деятельности [Текст]/Д.П. Неводова// Молодой ученый. -2021. - №8. - С.25-27.
6. Сафарова С. Х. Стратегии достижения успеха в инклюзивном школьном сообществе // Инклюзивное образование в Европе и России: опыт, проблемы и перспективы: материалы Международной научно-практической конференции / Под ред. Л. Н. Давыдовой. Астрахань, 2022.

Яровой Р.В., Рябов Г.А., Кривоногова Е.В.
Взаимосвязь образования и науки в инженерно-технических вузах:
ВЫЗОВЫ И ВОЗМОЖНОСТИ

*Военная академия связи
(Россия, Санкт-Петербург)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-137

Аннотация

В данной статье рассматриваются проблемы взаимосвязи инженерных вузов с наукой и возможные подходы к их преодолению с применением новых технологий, созданием более гибких программ обучения и активным участием студентов в научно-исследовательской деятельности.

Ключевые слова: инженерное образование, технические компетенции, взаимосвязь образования и науки, научно-исследовательская деятельность, программы обучения.

Abstract

This article discusses the problems of the relationship between engineering universities and science and possible approaches to overcome them with the use of new technologies, the creation of more flexible training programs and the active participation of students in research activities.

Keywords: engineering education, technical competencies, relationship between education and science, research activities, training programs.

Традиционно российская инженерная школа считается одной из самых сильных в мире. Десятилетиями большое внимание уделялось развитию технической базы инженерной сферы и выпуску квалифицированных специалистов в этой области.

Инженерное образование играет важную роль в развитии современного общества. Инженеры создают новые технологии и инновации, которые повышают качество жизни людей, улучшают производительность и экономику. Но чтобы выпускники инженерных вузов могли соответствовать потребностям рынка труда, необходимо обеспечить связь между образованием и наукой. В этой статье мы рассмотрим вызовы и возможности взаимосвязи образования и науки в инженерных вузах.

Главная особенность российского инженерно-технического образования - сочетание сильной фундаментальной подготовки с широтой профессиональных знаний и умений в соответствии с принципом «обучение на основе науки». Среди сильных сторон российской инженерной школы также следует отметить методическую продуманность учебного процесса, традиционные устойчивые связи с промышленностью. Формы этой связи различны: это и выполнение вузами НИОКР по заказам предприятий или совместно с ними, создание базовых кафедр на предприятиях и научных лабораторий в вузах, приглашение в вуз специалистов промышленности для чтения лекций и проведения учебных занятий на кафедрах, производственные практики на предприятиях и выполнение там курсовых и дипломных проектов. Тесная связь с ведущими предприятиями - одна из отличительных особенностей технических университетов.

Помимо связи с промышленными предприятиями важную роль играет исследовательская деятельность, проводимая в этих учреждениях, основана на знаниях и навыках, приобретенных в результате образования. Отношения между образованием и наукой в инженерно-технических университетах являются симбиотическими, где каждый вносит свой вклад в развитие военной техники. В идеале образование и наука должны дополнять друг друга, однако, существует ряд вызовов, который необходимо преодолеть.

Один из главных вызовов, связанных с взаимосвязью образования и науки в инженерных вузах, заключается в том, что быстро меняющаяся технологическая среда требует от выпускников быстрого и эффективного перехода от теории к практике. Кроме того, современные инженерные проблемы часто являются междисциплинарными, что означает, что они требуют сотрудничества между различными областями науки и технологии. В этой связи

необходимо обеспечить более гибкое и приспособляемое обучение, чтобы выпускники могли легко приспособиться к новым требованиям рынка труда и эффективно работать в междисциплинарных командах.

Требуется постоянное повышение технических компетенций участников учебно-педагогических процессов независимо от материально - технических условий. Общеобразовательная подготовка будущих инженеров должна проходить с помощью применения новых педагогических технологий: эвристических приемов, командных методов работы со студентами, решений проблемных задач, приближенных к будущей профессиональной деятельности, направленных на формирование технических компетенций и развитие способностей выпускников.

Стандартизация навыков и компетенций в рамках основных научно-образовательных дисциплин, формализация профессиональных знаний, снижение трудовой результативности выпускников [1].

Разрыв между инженерной и научной деятельностью. Сущностью инженерной деятельности являются не только расчеты, но и дизайн, важными элементами которого являются креативность и открытость в смысле возможности множественных технических решений для данной проблемы, однако точные науки и математика преподаются в вузах в предположении существования единственного «точного» ответа – как правило, численного - при решении какой-либо инженерной проблемы. [2]

Чтобы преодолеть эти вызовы, важно обеспечить активное участие студентов в научно-исследовательской деятельности. Студенты должны иметь возможность работать на реальных проектах, участвовать в исследованиях и работать вместе с профессорами и учеными. Это поможет им лучше понимать, как наука может быть применена на практике и как их знания могут быть использованы для решения реальных проблем.

Применение новейших технологий в образовании, таких как онлайн-курсы, мобильные приложения и симуляторы, в том числе с использованием технологий искусственного интеллекта [3]. Эти инструменты могут помочь учащимся лучше понять теоретические концепции и сильнее связать их с реальным миром. Они также могут дать возможность студентам обучаться в любое время и в любом месте, что может улучшить доступность образования и помочь обучаемым из удаленных регионов получать доступ к инженерному образованию и современным научным достижениям.

Создание более гибких программ обучения, позволит студентам выбирать специализацию и профессиональное направление в зависимости от своих интересов и потребностей. Это может помочь выпускникам лучше понимать, как их знания могут быть применены на практике и как они могут внести собственный вклад в исследование интересных обучающему проблем.

В заключение можно отметить, что взаимосвязь образования и науки в инженерных вузах является критически важной для обеспечения качественного образования и создания новых технологий и инноваций. Несмотря на то, что существуют проблемы, связанные с необходимостью привлечения в образование научных подходов, имеется и множество возможностей для улучшения связи образования и науки, таких как применение новых технологий, создание более гибких программ обучения и активное участие студентов в научно-исследовательской деятельности [4].

Кроме того, взаимодействие между образованием и наукой может также способствовать развитию инновационной экосистемы и укреплению связей между университетами, индустрией и наукой. Инженерные вузы должны стать ключевым местом для развития новых технологий и исследований.

1. Е.В. Кривоногова, Г.А. Рябов, Р.В. Яровой Возможные проблемы при работе с искусственным интеллектом и методы их решения в высшей школе – Тенденции развития науки и образования, 2022. №91-2 с. 12-15
2. С.Г. Кукушкин, М.В. Лукьяненко, Н.П. Чурляева Некоторые проблемы развития инженерной мысли в России и перспективы непрерывного профессионального образования инженеров

3. О.И. Пантюхин, Г.А. Рябов, Б.В. Солодухин, А.А. Юдин Перспективные направления использования искусственного интеллекта в образовании «Актуальные проблемы инфотелекоммуникаций в науке и образовании X международная НТИМНК сб. научн. ст. в 4 т/Под ред. С.В. Бачевского, СПб: СПбГУТ, 2021 с. 279-284
4. Хашхожева Д.А., Паритов А.Ю., Гелястанова М.Т., Махотлова З.А., Суншева Б.М., Аккизов А.Ю. **ВОВЛЕЧЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ В НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКУЮ РАБОТУ И ЕЕ ПЕРСПЕКТИВЫ КАК ЭЛЕМЕНТА САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТА-МАГИСТРАНТА** // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – № 3.;

Яськина Е.А., Николаев П.П.

Проблемы физического воспитания студентов

*Самарский государственный экономический университет
(Россия, Самара)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-138

Аннотация

В статье рассмотрены проблемы физического воспитания студентов в вузах. Рассматриваются наиболее результативные формы работы по приобщению студентов к систематическим и регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Ключевые слова: спорт, физическая культура, проблема здоровья студентов, здоровый образ жизни, современная молодежь.

Abstract

The article deals with the problems of physical education of students in universities. The most effective forms of work on introducing students to systematic and regular physical education and sports are considered.

Keywords: sports, physical culture, the problem of students' health, healthy lifestyle, modern youth.

Актуальность темы исследования заключается в том, что физическая культура и спорт является неотъемлемым ресурсом государства для развития общества. Физическая культура и спорт играет важную роль в социально-экономическом развитии страны.

Особое внимание социальной политики страны уделяется сохранению и поддержанию здоровья граждан, в том числе студенческой молодежи. Здоровье студентов вузов зависит от качества их физической формы и двигательной активности, что является немаловажным критерием конкурентоспособности будущих работников на рынке трудовых ресурсов [3, 7].

Цель исследования состоит в изучении проблем физического воспитания студентов высших учебных заведений.

Задачи исследования:

- определить основные проблемы физического воспитания студентов вузов на современном этапе;
- предложить пути их решения;
- выявить критерии сформированности физической культуры студента.

Методы исследования: изучение и анализ специальных литературных источников.

Физическое воспитание, как часть физической культуры, преподается в вузах и помогает сформировать личность студента, помогает развивать знания и умения вести здоровый образ жизни, укрепления организма, что является необходимым для полноценной жизнедеятельности [2, 5, 9].

Система физического воспитания должна создать максимально благоприятные условия для комплексного развития студентов (духовного, эстетического, двигательного).

Компоненты физической культуры представлены на рисунке 1:

Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • процесс формирования естественных биологических свойств организма в течение жизнедеятельности
Физическое воспитание	<ul style="list-style-type: none"> • совокупность гимнастических упражнений, правила и образец их выполнения
Фоновые виды физической культуры	<ul style="list-style-type: none"> • утренняя гимнастика, пешие прогулки, велопрогулки, и другие физические упражнения, не сопряжённые со большими физическими нагрузками
Оздоровительно-реабилитационная физическая культура	<ul style="list-style-type: none"> • медицинская гимнастика, спортивная ходьба, бег трусцой, плавание и другие упражнения

Рисунок 1. Компоненты физической культуры.

Отличительной особенностью физического воспитания в высшем учебном заведении является профессиональная направленность занятий. Профессионально-прикладная физическая подготовка занимает особое место в течение всего периода обучения по базовым и вариативным дисциплинам физической культуры в вузах. Именно данный вид подготовки является основным, определяющим готовность будущего выпускника к плодотворной профессиональной деятельности и объединяющим все компоненты физической культуры. На рисунке 2 представлены критерии сформированности физической культуры у студента вуза.



Рисунок 2. Критерии сформированности физической культуры.

Занятия физической культурой для студентов вузов является универсальным механизмом оздоровления, способом самореализации, самовыражения и развития, а также средством борьбы против асоциальных явлений. Здоровье оказывает непосредственное влияние на учебу студентов [4]. Для продуктивной учебной деятельности, сохранения и укрепления здоровья необходимо вести здоровый образ жизни, соблюдать правила гигиены и иметь достаточный уровень двигательной активности [1, 8]. Проблемы здоровья студентов представим на рисунке 3.

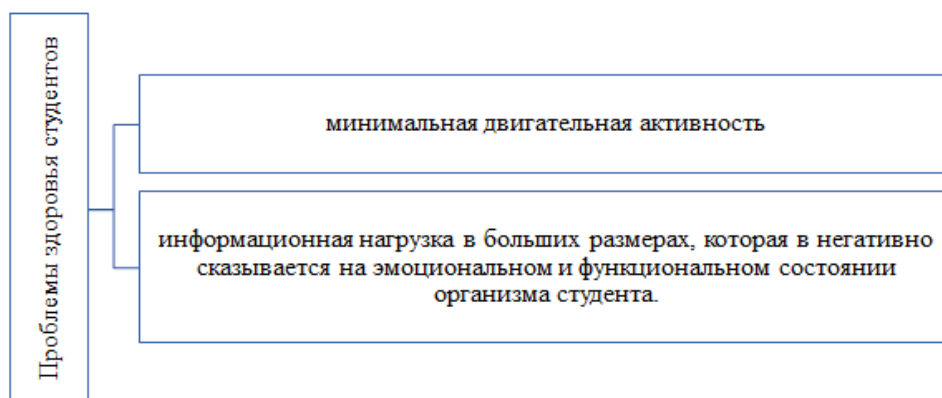


Рисунок 3. Проблемы здоровья у студентов, связанные с их образом жизни.

Факт снижения активности студентов к занятиям по физическому воспитанию становится очевидным:

- 1) все труднее привлечь в секции по видам спорта, требующим работы на выносливость (легкая атлетика, лыжи и пр.); слабо посещают студенты занятия (особенно, если нет зачетов и занятия факультативные);
- 2) массовые физкультурные мероприятия (кроссы, первенства и спартакиады университета) требуют огромных организационных усилий;
- 3) из-за низкого уровня физической подготовленности и двигательных ограничений увеличивается количество студентов с хроническими заболеваниями.

Все это заставляет задуматься о необходимости иного подхода к процессу физического воспитания в вузе, выработки новой концепции [6].

С целью мотивации студентов к занятиям физической культурой и формирования осознанного отношения к здоровому образу жизни необходимо большее внимание уделять теоретической подготовке студентов. Знание основ физической культуры позволит грамотно применять их на практике.

Также необходимо увеличить количество физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с целью популяризации здорового образа жизни, физической культуры и спорта в студенческой среде.

1. Ибрагимов И.Ф. Воспитание физических качеств студентов средством новых физических упражнений // Тенденции развития науки и образования. 2023. № 93-1. С. 110-112.
2. Иванова Л.А., Шиховцов Ю.В., Николаева И.В. Сущность и педагогические условия применения личностно-ориентированного обучения студентов в процессе самодвижения к здоровому образу жизни: монография. Самара, 2013. 140 с.
3. Николаева И.В., Борисов А.Я., Белянская И.М., Жукова Е.И. К проблеме физического воспитания студентов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2022. № 12 (214). С. 384-388.
4. Николаева И.В., Левченко С.В. Современные представления о культуре здоровья // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. № 10 (188). С. 254-258.
5. Николаева И.В., Пискайкина М.Н. Роль физической культуры в системе современного образования // Известия Института систем управления СГЭУ. 2018. № 2 (18). С. 17-19.
6. Петраков М.А. Концепция физического воспитания студентов в аграрном ВУЗе // Современные тенденции развития аграрной науки. 2022. С. 310-314.
7. Савина И.В. Проблемы и поиск их решения в физическом воспитании студентов ВУЗа // Адаптивная физическая культура и спорт: проблемы, инновации, перспективы. Тула, 2022. С. 254-257.
8. Скоробрущук Ю.А., Николаева И.В. Факторы, влияющие на мотивацию молодежи к здоровому образу жизни // Известия Института систем управления СГЭУ. 2017. № 2 (16). С. 74-78.
9. Слущкий М.В. Актуальные проблемы физического воспитания студентов в ВУЗах РФ // Студенческий вестник. 2022. № 20-6 (212). С. 34-35.

Kuzieva N.M., Dadoboyeva M.H.

Theoretical grounds targeted at phonetics teaching and the topic of its discussion

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

doi: 10.18411/trnio-05-2023-139

Abstract

The article dwells on the issue concerned with theoretical grounds of phonetics teaching and the topic of its discussion. Adducing the result of the analysis beset with the theme explored one can come to the conclusion that while canvassing phonetic units three of their aspects, such as: generative, acoustic and functional ones being taken into account as well. The relevant aspects of phonetic units are of various contributions into the implementation of the main function of the language.

Keywords: theory, phonetics, grounds, elements, phonetics teaching, key role, sounds, stress, intonation, educational process.

Аннотация

Теоретические основы обучения фонетике и предмет его обсуждения

В статье рассматривается вопрос о теоретических основаниях преподавания фонетики и предмет его обсуждения. Подводя итоги анализа по исследуемой теме, можно прийти к выводу, что при анализе фонетических единиц учитываются также три их аспекта: генеративный, акустический и функциональный. Соответствующие аспекты фонетических единиц вносят различный вклад в реализацию основной функции языка.

Ключевые слова: теория, фонетика, основания, элементы, обучение фонетике, ключевая роль, звуки, ударение, интонация, учебный процесс.

Introduction

It is well-grounded that the notion “Teaching Methods” is considered to be one of the central and problematic ones in reference to the “didactics” section of the pedagogy course. Up to now there is no common understanding among scientists-didactists in reference to teaching methods definition and their classification. The whole relevant theoretical disagreements, in their turn are intricate in the practical usage of teaching methods [7; 8; 9; 10]. The assertion by outstanding Soviet didactists V.V. Kraevsky and I.Ya. Lerner are relevant to our days: “One of the reasons for insufficient performance of teaching methods is confusion in their didactic development. It leads to the fact that many training manuals set out insufficiently substantiated tasks under our angle, the concepts reflected in teaching practice. Students, assimilating these concepts do not acquire a number of necessary attitudes and skills for full-fledged learning. The main source of shortcomings of traditional concepts of methods is the lack of theoretical integrity and validity in their empirical nature” [16; 11; 15; 14; 17].

Thus, the study of the subject of phonetics is considered to be the set of phonetic phenomenon the language those ones sounds; stress and intonation occupy the main place. Sounds are the principal means of phonetic formation of the language. It is worth mentioning that the literary Arabic language not only unites Arabs, but gathers Muslims either. Within the frameworks of the approach aimed at Arabic phonetic the system of consonant sounds is highly developed, namely guttural, emphatic and interlingual ones, in particular [2, p.6; 3; 4].

The object of the corpus of our study is to determine the importance of the theme explored. At the same time, it is targeted at consideration of the opinions among scientists-didactist in reference to the relevant educational system.

The subject of the corpus of our study is theoretical grounds targeted at phonetics teaching and the topic of its discussion beset with approaches to the development and application of empirical research on the educational process.

The purpose of the corpus of our study is to dwell on the role and position of phonetics.

Methodology

In order to make our study convincing visual method of research was used; at the same time, comparative-historical methods, synchronic and diachronic analysis were resorted to as well.

The main part of the article

One of the main and most complex means of communication is speech, which in its turn is divided into one or more sentences, sentences into words, words into morphemes and morphemes into phonemes [17; 5; 1; 2]. The mentioned elements contain different levels of the language, i.e. syntactic, morphological, lexical and phonetic ones. Therefore, each element of different levels respectively is the subject of discussion in various parts of linguistics: phrase and sentence is the subject of discussion of syntax, word is the subject of discussion of lexicology, morpheme is the subject of discussion of morphology and phoneme is the subject of discussion of phonetics.

Phonemes or sounds do not have a meaning by themselves and they are used only as materials in meaningful units' construction forming the phonetic structure of the language. For instance, the sounds [د] and [ب] or [ق] and [ل] alone have no meaning, but if we combine them in a certain order the words دُبُّ and قُلُّ are obtained the meanings of "bear" and "say" respectively.

Phonetics is derived from the Greek word phone – sound and is a science or discipline that dwells on the phonetics of a language i.e. the sounds of speech, the instructions and rules of combination of sounds in the course of speech and the phonetic system of the language being its rules [5, p.6]. As well as, the topic of phonetics discusses syllable, stress and intonation, because these elements are also involved in the creation of meaningful language units. They are the main elements of the word and form its phonemic, syllabic and lexical structure and by virtue of them one word is distinguished from other ones and they ensure the independent lexical unit of words.

Discussion

Hereby, the great practical importance of phonetics becomes clear, because the latter is considered to be the grounds of teaching reading, writing, differentiating sounds from letters written forms from spoken ones and especially in the course of teaching foreign languages, including Arabic and English. The phonetic structure of any language is a very complicated and multifaceted event and requires us to study it from different angles and methods. Depending on the type of research the following types of phonetics are shown:

- 1) *Specific phonetics* dwells on the issue concerned with the phonetic structure of a particular language (for instance, the phonetic structure of Tajik, Russian, Uzbek, Arabic, etc.). The relevant type of phonetics discusses the phonetic structure of a language without comparing with other (relative or foreign) languages and without referring to the historical periods of language development;
- 2) *Historical phonetics* dwells on the issue concerned with the phonetic structure of the language during several periods of its development, such phonetics called historical one;
- 3) *Comparative-historical phonetics*: sometimes, in order to interpret and explain the phonetic structure of a language under the contemporary conditions or any historical period and it should be draw materials from other languages correlatively. In the first case we will deal with comparative phonetics and in the second case with comparative-historical ones;
- 4) *General phonetics*: in addition to the above-mentioned types of the former in question canvassing general issues beset with the phonetic structure of a language. The relevant type of phonetics is entitled as general one. In reference to it, both general and specific phonetics are closely related and even interdependent: general phonetics basically determines the general rules of phonetic structure of certain languages resorting to the materials of specific one and specific phonetics in its term is used as successes of general one, upon the whole;
- 5) *Descriptive phonetics* dwells on the issue concerned with the phonetic events described according to known linguistic methods, namely with the approach based on observation and comparison;
- 6) *Competitive phonetics* dwells on the issue concerned with laboratory methods used to find more accurate and objective information occasionally. The given type of phonetics is called competitive one [5, p.9].

Phonetics possesses a special status and importance among other linguistic sciences. In conformity with Y.S. Maslov's opinion "phonetics is of great principle importance for all fields of linguistic sciences, for example, for psychology, physiology etc... phonetics takes the sound material of the language, namely exchanging ideas into a material form. It is natural that without knowing the essence and characteristics of these materials, because without knowing phonetics rules it is impossible to carry out any serious linguistic research" [5, p.36].

The Result Obtained and Conclusion

Adducing the result of the analysis beset with the theme explored one can come to the conclusion that while canvassing phonetic units three of their aspects, such as: generative, acoustic and functional ones being taken into account as well. The relevant aspects of phonetic units are of various contributions into the implementation of the main function of the language. Apparently, generative and acoustic aspects are considered to be complementary functionally and they acquire value in the language precisely, because they serve a function in ideas expression. For this reason, these three aspects are studied in two united groups as two branches of one science: the first two aspects are invoked as phonetics and the functional aspect is entitled as phonology.

1. Grammar of modern Tajik literary language. V.1. Dushanbe, 1985. 356 p.
2. Kovalev A.A., Sharbatov G.Sh. Arabic textbook. Ed. 3rd, corrected and supplemented. Moscow: Eastern Literature, 1998. 751 p.
3. Kuzieva N.M. Formation of personality in the process of work of students // Образование от "А" до "Я". 2023. № 1. P.46-48.
4. Kuzieva N.M. Personality formation in the course of labor activity // Тенденции развития науки и образования. 2023. № 93-2. P.22-25. – DOI 10.18411/trnio-01-2023-56. – EDN DJBIEV.
5. Maslov Yu.S. Introduction to linguistics. M., 1975. 36 p.
6. Khaskashev T.N. Phonetics of modern Tajik literary language. Dushanbe, 1983. 101 p.
7. Ashrapov B.P. Effectiveness of video materials for foreign language teaching. // International Journal of Humanities and Natural Sciences. – 2022. № 4-1(67). P. 74-76.
8. Ashrapov B.P. Foreign Language Learning Strategies. // Тенденции развития науки и образования. 2022. № 85-5. P.64-66.
9. Ashrapov B.P. On the issue concerned with communicative culture and its impact on students' personal development. // Designing. An Experience. Result. 2021. № 4. P. 12-14.
10. Ashrapov B.P. On the issue concerned with principles of interethnic tolerance formation of higher educational establishments students. // Designing. An Experience. Result. 2021. № 3. P. 16-18.
11. Ashrapov B.P. On the issue concerned with students' self-sufficient work organization in the educational process (based on credit tuition). // Designing. An Experience. Result. 2021. № 2. P. 5-7.
12. Ashrapov B.P. Teaching foreign languages based on distance tuition system. // International Research Journal. 2023. № 2(128).
13. Ashrapov B.P., Murodi N On the issue concerned with the notion of teaching methods in the didactical system. // Designing. An Experience. Result. 2021. № 4. P. 15-17.
14. Ashrapov B.P., Rizoeva P.S. Empirical research on distance tuition (on the example of a foreign language). // Cognitio Rerum. 2022. № 6. P.93-95.
15. Dodokhojaeva P.I., Ashrapov B.P. Communicative competence of students of foreign languages faculties. // In Situ. 2022. № 12. P.174-176.
16. Smirnova A.I., Kronidova V.A. A practical English phonetics. St. Petersburg, 1996. 200 p.
17. Theoretical Foundations of the Educational Process in the Soviet School- M.: Pedagogy, 1989. 320 p.

Sakibaev S.R.

M-Learning in Mathematical Education

*Zhetysu State University after Ilyas Zhansugurov
(Kazakhstan, Taldykorgan)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-140

Abstract

The article deals with the use of mobile devices in teaching mathematics. The analysis and effects of the integration of mobile technologies in the educational process are given. It is shown that mobile technologies can be successfully used to enhance the interaction between teachers and students

and increase the flexibility of the learning process. Different aspects of mobile technology usage in modern higher education are discussed. The main preferences for the use of mobile devices by students and teachers in learning are analyzed.

Keywords: mathematics, mobile devices, M-Learning, E-Learning.

Аннотация

В статье рассматривается вопрос использования мобильных устройств при обучении математике. Приведен анализ и эффекты интеграции мобильных технологий в образовательный процесс. Показано, что мобильные технологии могут успешно применяться для расширения возможностей взаимодействия преподавателей и студентов и повышают гибкость учебного процесса. Рассматриваются разнообразные аспекты использования мобильных технологий в современном высшем образовании. Проанализированы основные предпочтения использования мобильных устройств студентами и преподавателями в обучении.

Ключевые слова: математика, мобильные устройства, M-Learning, E-Learning.

The current level of development of information and communication technologies and new opportunities offered by Internet-technologies have led to radical changes in the structure of higher education and served as an impetus for the emergence of a new form of educational process, called M-learning. The widespread use of the M-learning concept has led to a radical modernization of learning and educational processes. In turn, this led to the introduction of new approaches to the presentation of educational content, to practical and laboratory classes, the formation and improvement of adaptive learning systems, changing the ways and methods of interaction between teachers and students, adjusting the goals and objectives of the educational process to the needs of the subjects of education and changing the methods of evaluation of academic performance of students. The concept of M-learning is becoming increasingly popular among students and gets a broad impetus to spread due to the development of mobile infrastructure based on the use of Internet-technologies. The widespread development of M-learning gives a powerful incentive to improve the overall level of academic performance of a student at all stages, from general education to higher education. From a technical point of view, mobile learning implies the use of mobile and portable computing devices, including cell phones, handheld and tablet computers.

As of lately there has been an increasing amount of the published research dedicated to the topic of using mobile technology in the context of mathematical education. Scientists and educators have examined the topic from different angles and their results demonstrate the effectiveness of the mobile-based approach to mathematical learning.

Hassler et al. (Hassler, Major, & Hennessy (2016) [1], Crompton and Burke (2015) [2], Kearney and Maher (2013) [3] describe the effect that mobile-based learning has on mathematical education in general.

Hassler et al. (Hassler, Major, & Hennessy, 2016) [1], stress the growing popularity of tablet computers (tablets) in general has led to their popularity in the educational sector. The use of tablets in educational institutions has increased. The teachers report the positive learning outcomes and consequences of using tablets in learning and teaching process. When used appropriately and for specific academic purpose, tablets have a positive impact on students' knowledge and skills. Moreover, students have a positive attitude towards tablets in general and their usage in the classroom in particular. If there are some neutral or negative outcomes concerning the usage of tablets, they are not linked directly to mobile devices themselves. There are certain factors to deal with to ensure the effectiveness of integration of tablets. The factors include, among others, methodological approaches, mobile applications used, the learning content and the relevance of mobile technology in the specific classroom. If these factors are considered, then mobile technology is able to dramatically enhance the learning process. But no matter what technology is used, it is the teacher who is the major variable of the educational process.

A survey of studies in mobile learning in mathematics conducted by Crompton and Burke (2015) [2] showed that educators have an interest in exploiting the benefits of mobile-based approach

in their learning process. Participants of the educational process are aware of the great potential of mobile technology. The number of studies dedicated to the questions of mobile-based learning increases at fast rate. Teachers use various forms of mobile technology in order to facilitate their teaching process.

Kearney and Maher (2013) [3] found that the use of mobile learning for pre-service teachers of mathematics improved the actual practice of teaching mathematics, helping them to develop their mathematical ideas through discussions, ideas exchange, saving information, and informal retrieval of information.

Al-Takhneh (2018) [4], Atan and Shahbodin (2018) [5] and Fei Xue and Zhenyou Wang (Xue, Zhang, Wen, & Wang, 2016) [6] cover the educational benefits brought by using mobile technology in mathematical classes of higher education institutions

Al-Takhneh (2018) [4] surveyed students' attitudes towards teaching mathematics via mobile learning in an educational institution which adopted the open learning system. The survey was conducted among 57 male and female students of the mathematics course of the Arab Open University, Jordan. The results indicated that about 80 percent of these students felt positive towards using mobile technology in the course and about 75 percent of them reported a positive influence of mobile-based approach on their mathematical thinking. The present work enhances the findings of Al-Takhneh (2018) [4] by demonstrating that mobile learning can be of great benefit not only to open learning-based educational institutions, but also to those which follow more formal educational system.

Atan and Shahbodin (2018) [5] provided the results of their research held among 70 students of a technical university in Malaysia and dedicated to evaluating the significance of mobile-based learning in mathematical education. The research examined the topic from a general point of view without focusing on a specific mathematical field. One of the significant results of the research was that mobile devices actually helped to reduce students' mathematical anxiety in general. The present study contributes to the findings of Atan and Shahbodin (2018) [5] by demonstrating that their results are valid in the specific context of a mathematical modelling class as well.

Fei Xue and Zhenyou Wang (Xue, Zhang, Wen, & Wang (2016) [6] described the introduction of the flipping teaching method based on mobile technology to the Calculus classes at Guangdong University of Technology, China. The method brought positive overall results but mobile devices were used more as means for presenting interactive learning content rather than tools for solving problems. The present study emphasizes the role of a mobile device namely as the primary problem-solving tool for mathematical models requiring calculus-based computations.

Fabian, Topping, and Barron (2018) [7], Supandi, Ariyanto, Kusumaningsih and Aini (2018) [8], Etcuban and Pantinople (2018) [9], Liu, Wu, Wong, Lien, and Chao (2017) [10] analyzing the effect of mobile technology on students' performance in school-level mathematical classes.

Fabian, Topping, and Barron (2018) [7] described the experiment conducted in a primary school in Scotland in order to assess the impact of using mobile technology on students' performance in a mathematical class. The participants were 52 Primary 6 and 7 students and the experiment was carried out on a weekly basis spanning over the three-month period. The experiment showed that using mobile technology in a mathematical class elicited welcome responses from students and positively affected their academic performance but had almost no effect on stimulating their attitude towards mathematics itself. Unlike Fabian et al. (2018) the present study deals with college students and demonstrates that the appropriate usage of mobile devices within the confines of the college curriculum can significantly grow students' interest in mathematical activities.

Supandi, Ariyanto, Kusumaningsih, and Aini (2018) [8] presented the results of the study held in Indonesia whose purpose was to determine the role of using mobile applications in mathematical learning. The study, involving students from five schools, focused on using mobile applications in the school-level course of trigonometry and demonstrated that they facilitated the process of learning trigonometric material and solving trigonometric problems. The present study contributes to the findings of Supandi et al. (2018) by showing that mobile devices can facilitate the problem-solving process in the practical course of calculus and differential equations as well.

Etcuban and Pantinople (2018) [9] determined the effect of using a mobile application in teaching mathematics in their experiments held among 40 Grade 8 students of a public national high school in Philippines. The experiments demonstrated that mobile-based mathematical lessons, as opposed to the traditional ones, enhanced students' academic performance and stimulated their interest in the subject. While Etcuban and Pantinople (2018) concentrated on using mobile devices by students in dealing with questionnaires on Linear Equations, the present study covers the questions of using mobile devices for solving mathematical models involving calculus and differential equations.

Taiwanese scientists Liu, Wu, Wong, Lien, and Chao (2017) [10] showed how mobile devices successfully replaced traditional personal computers in building scientific models in high school physics labs. Their experiment involved 32 high school students and lasted during two semesters in four labs. The experiment clearly demonstrated the educational benefits of doing physics labs with smartphones. The positive influence of using mobile technology was confirmed by students' success rates in building models, personal preferences and feedback. The current work builds upon some ideas of this experiment and extrapolates them to solving problems in the mathematical modelling class.

Sabitzer (2011) [11], Raghavendran M. and Jahitha Begum (2019) [12], Sánchez-Pérez N. et al. (2019) [13] focusing on neurodidactical and cognitive aspects of mobile technology-based learning.

Sabitzer (2011) [11] and Raghavendran M. and Jahitha Begum (2019) [12], covered a brain-based approach to using ICT (Information and Communication Technology) tools in a classroom called Brain Based Teaching. This approach uses neurodidactical principles to enhance and facilitate the teaching process in a classroom as it takes into account the natural way of learning that occurs in the neurons of the brain. Combining the results of these studies, it is possible to make a conclusion that ICT tools provide an effective way of introducing neurodidactics to a classroom and it is mathematics classroom in particular which can greatly benefit from this process.

Sánchez-Pérez N. et al. (2019) [13], performed an investigation into the neural connectivity of the school-aged children engaged in computer-based program of cognitive training. The referred study stems from the results obtained by the same author concerning computer-based cognitive training involving mathematical tasks based on working memory. The investigation demonstrates that computer-based cognitive training has a positive impact on the brain functional connectivity in the attentional networks.

The work by Sveta, Nouri, Viberg, and Zhang (2019) [14] provides a review of the research published on a global scale on using mobile technology in mathematical education. The review covers 63 sources and makes an emphasis on tablet technology and, as the result, is focused on tablet-mediated learning. The sources cited in the review prove the positive impact of mobile technology on educational process in a mathematics class in general. At the same time the review analyzes which particular mathematical areas were covered by the sources. The analysis shows that the majority of the research was done in such mathematical areas as arithmetic and computations while there were not enough papers on using mobile devices "at the more complex end of math spectrum", such as, for example, calculus. The present study contributes to the available knowledge by covering the questions of using mobile devices namely in the context of calculus-based disciplines.

Synthesizing the results of the referenced research, it becomes possible to generalize that so far in the majority of cases, the use of mobile devices in a mathematics classroom has been carried out in two ways: viewing the learning content and performing basic mathematical procedures. The first way is often associated with presenting the learning content in a multimedia form supplied with an arbitrary number of interactive means. The second way is concerned with allowing a student to test the theoretical material on simple exercises based on basic calculations and geometric constructions where his role is limited to entering the input data.

1. Hassler, B., Major, L., & Hennessy, S. (2016). Tablet use in schools: A critical review of the evidence for learning outcomes: Tablet use in schools: a critical review. *Journal of Computer Assisted Learning*, 32(2), 139–156. doi:10.1111/jcal.12123

2. Crompton, H., & Burke, D. (2015). Research Trends in the Use of Mobile Learning in Mathematics. *Media Education, International Journal of Mobile and Blended Learning*, 7(4), 1-15, October-December 2015
3. Kearney, M., & Maher, D. (2013). Mobile learning in math's education: Using iPad to support pre-service teachers' professional development. *Australian Educational Computing*, 27(3), 76–84.
4. Al-Takhneh, B. (2018). Attitudes towards using mobile applications in teaching mathematics in open learning systems. *International Journal of E-Learning & Distance Education*, 33(1), 1–16. Retrieved from <https://eric.ed.gov/?id=EJ1180063>
5. Atan, M., & Shahbodin, F. (2018). Significance of mobile learning in learning Mathematics. *MATEC Web of Conferences*, 150, 05049. doi:10.1051/mateconf/201815005049
6. Xue, F., Zhang, L., Wen, J., & Wang, Zh. (2016). Flipping calculus using mobile technology. *US-China Education Review A*, 6(10), 575–583. doi:10.17265/2161-623X/2016.10.001
7. Fabian, K., Topping, K. J., & Barron, I. G. (2018). Using mobile technologies for mathematics: Effects on student attitudes and achievement. *Educational Technology Research and Development*, 66(5), 1119–1139. doi:10.1007/s11423-018-9580-3
8. Supandi, Ariyanto, L., Kusumaningsih, W., & Aini, A. N. (2018). Mobile phone application for mathematics learning. *Journal of Physics: Conference Series*, 983, 012106. doi:10.1088/1742-6596/983/1/012106
9. Etcuban, J. O., & Pantinople, L. D. (2018). The effects of mobile application in teaching high school mathematics. *International Electronic Journal of Mathematics Education*, 13(3), 249–259. doi:10.12973/iejme/3906
10. Liu, C.-Y., Wu, C.-J., Wong, W.-K., Lien, Y.-W., & Chao, T.-K. (2017). Scientific modelling with mobile devices in high school physics labs. *Computers & Education*, 105, 44–56. doi: 10.1016/j.compedu.2016.11.004
11. Sabitzer, B. (2011). Neurodidactics- A New Stimulus in ICT and Computer Science Education. *Inted2011 Proceedings*
12. Raghavendran M., Jahitha Begum A. (2019). Is ICT Mediated Brain Based Teaching a Real Escalating Modus Operandi in Teaching Mathematics. *International Journal of Innovative Technology and Exploring Engineering (IJITEE)* ISSN: 2278-3075, Volume-8 Issue-12S, October 2019. doi: 10.35940/ijitee.L1115.10812S19
13. Sánchez-Pérez N, Inuggi A, Castillo A, Campoy G, García-Santos JM, González-Salinas C and Fuentes LJ (2019) Computer-Based Cognitive Training Improves Brain Functional Connectivity in the Attentional Networks: A Study with Primary School-Aged Children. *Front. Behav. Neurosci.* 13:247. doi: 10.3389/fnbeh.2019.00247
14. Svela, A., Nouri, J., Viberg, O., & Zhang, L. (2019). A systematic review of tablet technology in mathematics education. *International Journal of Interactive Mobile Technologies (IJIM)*, 13(08), 139–158. doi:10.3991/ijim.v13i08.10795

Sakibaeva B.R.

**Research skills of students as a condition for improving the effectiveness
of the educational process in higher education**

*Zhetysu State University after Ilyas Zhansugurov
(Kazakhstan, Taldykorgan)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-141

Abstract

The article deals with the problem of forming students' research skills and abilities in the process of professional training. It is shown that their formation is one of the necessary conditions for the professional competence of the future specialist. The formation of research skills and abilities is relevant and significant for modern education, which is confirmed by the educational standards.

Keywords: research skills, research activities, higher education, competencies.

Аннотация

В статье рассматривается проблема формирования исследовательских умений и навыков у студентов в процессе профессиональной подготовки. Показано, что их формирование является одним из необходимых условий профессиональной компетентности будущего специалиста. Формирование исследовательских умений и навыков является актуальной и значимой для современного образования, что подтверждается образовательными стандартами.

Ключевые слова: исследовательские умения и навыки, исследовательская деятельность, высшее образование, компетенции.

Currently, the changes taking place in modern society give special importance to the process of modernization of higher education. There are changes in goals, objectives and functions, updating the structure and content of higher education. Training a specialist capable of solving problems of scientific and research activities at a modern level is a topical issue for professional education. The efficiency of higher education largely depends on the formation of students' creative abilities. The accelerated technological modernization leads to the necessity of developing other educational content and corresponding technologies of education, in accordance with the requirements of the modern labor market and employers, since they are the main customers for the future specialists' graduation. Professional training of students includes professional competencies that promote social mobility and sustainability in the labor market.

Higher education today is seen as the main factor of social and economic development. The most important value and the main capital of modern society is a person capable of seeking and mastering new knowledge. There is a need to use new methods and technologies in the process of professional training of students and to create a new strategy of higher education. With regard to higher physical education, the structure, content, goals, objectives and functions are being updated. In the modern world, an integral feature of an intellectually developed person is research skills and abilities. Currently, the relevance of their development is reinforced by the State Program of Education and Science Development of the Republic of Kazakhstan for 2020 - 2025, according to which «modernization of higher and postgraduate education will be implemented in the context of global and interdisciplinary competencies of the 21st century (including volunteering, civic and social responsibility, leadership, communication, research skills, entrepreneurialism, etc.)». «New educational programs will focus on the formation of flexible and professional skills (soft skills, hard skills) required in the fast-changing world of VUCA, involving lifelong learning» [1].

The main goal of modern education is to form a versatile personality, who is able to realize the creative potential in modern social and economic conditions. University student is interested in obtaining knowledge necessary for successful socialization and adaptation in society. The use of pedagogical technologies that will form the student's skills of independent acquisition of new knowledge, collection, study and analysis of information, the ability to put forward hypotheses, draw conclusions and build a competent speech position become relevant.

One of the main objectives of higher education is to train a specialist capable of continuous independent acquisition of new knowledge, skills and abilities, creative search, having the skills of scientific approach to the solution of professional problems. It follows that a graduate of a higher education institution should have versatile knowledge and skills. Today, pedagogical science and education faces the task of developing research skills, the solution of which requires answering the questions of formation of research skills and creating conditions for their improvement. Various studies in pedagogy and psychology describe the theoretical prerequisites for the formation of research skills and abilities of students in the educational process. The formation of research skills implies the implementation of student's full research activities that contribute to the development of their intellectual abilities.

The formation of the above-mentioned competencies of students is indicated by the State Compulsory Standard of Higher Education, which defines the requirements to the content of higher education with a focus on learning outcomes. The requirements to the level of students' training are determined on the basis of Dublin descriptors of the first level of higher education (Bachelor's degree) and reflect the mastered competences expressed in the achieved learning outcomes. According to the State Compulsory Standard of Higher Education, a modern graduate of a university should form learning outcomes «both at the level of the whole educational program of higher education, and at the level of individual modules or academic discipline» [2].

The increasing role of science and its penetration into all spheres of human life, the dependence of the quality of future specialist training on the research orientation of the educational process have made the problem of research training of specialists relevant. where an important aspect is the

formation of the future specialist's research skills and abilities, which determines the need to ensure students research approach to life, profession and himself.

It follows that a graduate should achieve such a level of education that would be sufficient for independent and creative solutions of worldview and research problems of theoretical and applied nature. The changes in the system of higher education are aimed at the organization of educational activities, which should provide such a level of training that would allow specialists to solve research problems in professional activities and in the conditions of a particular production. In this case, the mastery of research skills and abilities is one of the important characteristics of the high level of education of a modern student as a future specialist.

The process of reorientation of university educational process on activation of students' research activity as active and independent subjects of educational activity and on updating of scientific and methodological support of the process of specialists' training also becomes urgent. Under these conditions, improving the quality of students' training is associated with the formation of students' research skills and abilities in the process of this training. «One of the main requirements for modern higher education is to ensure a high level of graduates' training, capable of solving research problems both in the process of training at the university and in the conditions of professional activity. This requirement is caused by the growing demand of society for specialists with developed analytical abilities, acute susceptibility and independent thinking» [3].

The analysis of psychological and pedagogical literature and research showed that in practice students very rarely apply research skills in their studies; use research skills in learning activities without awareness of the goals and motives of this activity. The leading way of formation of the future specialist is the formation in the process of learning research skills and abilities, which are necessary directly for a comprehensive approach to the process and results of work. allow, in accordance with the increasing requirements of employers to assess and master the new content of professional activity.

The research orientation of higher education institution is provided through the connection of theory and practice, introduction of new research-type technologies into the educational process. Research activities are leading because they require analysis and evaluation of the material under study, predicting methods and ways to study phenomena, processes, features, finding ways and rational solutions to the problems, determining the existing opportunities and abilities to solve training and research problems. All this contributes to the creation of a sustainable cognitive interest, forming research qualities, research skills and abilities, where the connecting link is research (methodological) thinking of the student, the development of which determines the formation of research skills and abilities of the student. The level of development of research thinking determines the professional erudition, practical orientation of intelligence and professionalism of a specialist. «In science the functions of research thinking in professional training have been defined: intensification of development of intellect as a whole, formation of analytical attitude to all kinds of information, understanding the tools of scientific analysis as the priority of theoretical thinking over empirical, acceleration of all adaptation processes, forecasting and planning one's future in life self-determination, transformation of lifestyle and nature of activity on creative principles» [4].

Today the system of higher education faces an important problem of training specialists in a rapidly changing environment, capable of independently incorporating an increasing flow of information into the system of their activities, constantly improving their knowledge, creative to any changes, the ability to unconventionally and qualitatively solve emerging problems, i.e. able to self-learn based on their developed skills. Research skills and abilities, being the main components of the trainee as a future specialist, include the leading characteristics of the process of professional formation of the personality, contribute to the disclosure of creative self-realization of the individual, stimulate the transformation of knowledge, abilities and skills of research activities in cognitive and practical activities. Also reflect the universality of their connection with the environment, thus contributing to

the emergence of additional opportunities to improve the level of knowledge and contribute to social mobility, confidence and demand for a specialist in the labor market.

1. Государственная программа развития образования и науки Республики Казахстан на 2020 - 2025 годы. Постановление Правительства Республики Казахстан от 27 декабря 2019 года № 988 <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P1900000988>
 2. Государственный общеобязательный стандарт высшего образования. Об утверждении государственных общеобязательных стандартов высшего и послевузовского образования. Приказ Министра науки и высшего образования Республики Казахстан от 20 июля 2022 года № 2. Зарегистрирован в Министерстве юстиции Республики Казахстан 27 июля 2022 года № 28916. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200028916>
 3. Ямщикова А.Г. Формирование исследовательских умений студентов вузов средствами разработки и реализации учебно-методического комплекса. 13.00.08 -теория и методика профессионального образования. Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук.-Санкт-Петербург, 2011.- 214 с. <http://www.dslib.net/prof-obrazovanie/formirovanie-issledovateljskih-umenij-studentov-vuzov-sredstvami-razrabotki-i.html>
 4. Белялова М.А. Исследовательское мышление и исследовательские умения студента в обеспечении качества современного профессионального образования // Международный журнал экспериментального образования. – 2014. – № 10. – С. 78-81; URL: <https://expeducation.ru/ru/article/view?id=6026> (дата обращения: 30.06.2022).
-

РАЗДЕЛ II. ПСИХОЛОГИЯ

Белашина Т.В., Соколова А.Д.

К вопросу о причинах несуицидального самоповреждающего поведения в подростковом возрасте

*Новосибирский государственный педагогический университет
(Россия, Новосибирск)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-142

Аннотация

В статье представлен анализ проблемы проявления самоповреждающего поведения в подростковой среде. Дана характеристика ряда психологических причин несуицидального самоповреждающего поведения в подростковом возрасте.

Ключевые слова: несуицидальное поведение, самоповреждающее поведение, подростковый возраст.

Abstract

The article presents an analysis of the problem of self-harming behaviour in adolescence. The characteristic of a number of psychological reasons of nonsuicidal self-harming behaviour in adolescence is given.

Keywords: non-suicidal behaviour, self-harming behaviour, adolescence.

Проблема самоповреждающего поведения («селф-харм») является одной из наиболее сложных и «табуированных» в обществе тем, однако, статус «запретности» не делает ее менее актуальной. Несуицидальные самоповреждения – прямое непосредственное и преднамеренное, нередко повторное, повреждение (разрушение) тканей своего тела социально неприемлемое (не соответствующее культурным ожиданиям или нормам) без намерения самоубийства [6]. К категории «самоповреждающее поведение» относится широкий спектр аутодеструктивных действий, крайним вариантом которых является суицид. Соответственно, самоповреждающее поведение включает в себя суицидальные и несуициальные действия [5, 6].

Суициальные самоповреждения можно рассматривать как «медленную смерть», предполагающую, что человек хочет умереть и сознательно и целенаправленно предпринимает попытки, приближающие его к этому. Несуицидальные самоповреждения – это своеобразное желание испытать боль, при этом совершение конкретных действий может как сопровождаться желанием умереть, так и проявлять себя без осознанного желания. Основная цель поведения в данном случае – переживание физической боли [6].

В контексте данной проблемы важно рассмотреть вопрос о том, все ли самоповреждающие действия необходимо квалифицировать однозначно как проявление попыток суицида, т.к., например, потребность испытывать боль может быть обусловлена различными причинами и не предполагать наличие сформированного осознанного суицидального намерения [4].

Одной из таких причин может быть выраженная потребность в сохранении и удержании контроля обусловленная неоднозначностью и неопределенностью событий жизни, сложными ситуациями и обстоятельствами, провоцирующими состояние потери контроля и желание его вернуть. Все, что происходит с телом, предполагает воздействия, которые подросток осуществляет сам, тем самым поддерживая иллюзию подконтрольности. В данном случае необходимо учитывать, что самоповреждающее поведение относится к группе аффективных и предполагает формирование устойчивой зависимости [1, 3].

Не менее весомой причиной проявления несуицидальных самоповреждений может быть потребность привлечения внимания к своим проблемам – «немой крик о помощи». В ряде

ситуаций подростку бывает сложно напрямую говорить со взрослым о том, что он нуждается в помощи и поддержке и тогда начинается поиск способов, часто бессознательно, при помощи которых возможно дать понять окружающим, что помощь необходима. Характер самоповреждений в данном случае существенно отличается от других ситуаций, так как в этом случае подросток, совершая те или иные действия (например, наносит неглубокие порезы на видных местах или употребляет какие-то вещества, при этом оставляя их на видном месте) четко определяет граница риска [1].

Еще одной причиной самоповреждающего поведения может стать желание справиться с душевной, эмоциональной болью, заполнить «пустоту внутри себя», т.к. эти переживания настолько сильны и трудно переносимы, что возникает потребность сделать хоть что-то, что улучшит состояние, сделает его более переносимым, обуславливая причинение себе физического вреда. Таким образом, доминанта в мозге переключается на переживание физического дискомфорта, и эмоциональная боль становится менее интенсивной. Успешность избавления от эмоционального дискомфорта зависит от выбранного способа самоповреждения (чем более разрушительный способ выбирает подросток, тем более эффективен временный результат). Опасность данной стратегии прежде всего в том, что в какой-то момент возникает привыкание к испытываемым ощущениям и используемый способ самоповреждения становится мало эффективным, что провоцирует либо увеличение интенсивности воздействия [8], либо расширение спектра используемых способов самоповреждения.

Ряд авторов выдвигают предположение о том, что несуйциальное самоповреждение – это стремление к продолжению своей жизни, которое проявляется в том, что человек, не имея конструктивных способов справляться с негативными эмоциями и стрессом, находит способ, помогающий ему сделать это [4, 5, 6]. Самоповреждение сопровождается переживанием физической боли, которая позволяет снижать интенсивность эмоционального дискомфорта и позволяет какое-то время «спокойно жить».

Принимая во внимание данный подход, необходимо учитывать вероятность перехода несуйциальных самоповреждений в суйциальные. Это может возникнуть в случае утраты контроля над ситуацией и возникновении привыкания к уровню переживаемой боли. Осознание того, что выбранный способ преодоления неэффективен может спровоцировать желание «закончить» эту душевную боль раз и навсегда, и единственным возможным вариантом может оказаться попытка суйцида [2, 8].

В продолжении исследования данной проблемы необходимо рассмотреть, также самоповреждение как механизм защиты. В работе Е. Р. Пилюгиной и Р.Ф. Сулейманова описано двадцать видов психологических защит, которые дифференцированы на четыре группы. Самоповреждение относится к такому типу защит, как компульсивное поведение и характеризуется тем, что для отвлечения от негативных эмоций используются способы внешней стимуляции, позволяющие быстро избавиться от накала негативных эмоций. Компульсивное поведение относится к группе инфантильных защит, характерных для людей с эмоциональным инфантилизмом, стремящихся преодолеть дискомфорт и напряжение любыми способами. В данном случае таким способом выступает отвлечение, переключение (физическая боль помогает «забыть» на какое-то время об эмоциональной, то есть переключает на что-то другое) [7].

В подростковом возрасте наличие эмоционального инфантилизма является вариантом нормы, т.к. личность ещё находится на этапе «формирования» и некоторые психологические конструкты еще остаются не зрелыми. В данном случае важно, чтобы значимые окружающие подростка люди помогли ему найти наиболее конструктивный способ справляться с беспокоящими его переживаниями.

В рамках данной работы был рассмотрен ряд причин несуйциального самоповреждающего поведения. Стоит отметить, что этот перечень может быть продолжен, т.к. всегда есть вероятность индивидуальных проявлений. Однако, в настоящее время крайне важен

вопрос своевременного реагирования на подобные поведенческие проявления с целью минимизации последствий и планирования превентивных мер.

1. Болотов, Д. С. Проблема изучения склонности к суициду // Наука и образование: актуальные вопросы, достижения и инновации: сборник статей III Международной научно-практической конференции: В 2 ч. Пенза, 07 июня 2022 года. Пенза: Наука и Просвещение (ИП Гуляев Г.Ю.), 2022. С. 189-191.
2. Бурова, Е. А. Личностные особенности студенческой молодежи, склонной к суицидальным рискам // Научное мнение. 2022. № 6. С. 66-69.
3. Дюркгейм, Э. Самоубийство: Социологический этюд. Москва: Мысль, 2010. 214 с.
4. Ефремов, В. С. Основы суицидологии. СПб.: «Издательство «Диалект», 2004. 480 с.
5. Ефремова, Д.Н. Психологические аспекты феномена самоповреждения (порезать нельзя удержать, где поставить запятую) // Психотерапия. 2020. №2. С. 19-23.
6. Любов, Е.Б., Зотов, П.Б. Несуицидальные самоповреждения подростков: общее и особенное. Часть 1 // Суицидология. 2020. Т.11. № 3(40). С. 44-71.
7. Пилюгина, Е. Р. Двухмерная классификация механизмов психологической защиты // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2020. № 2. С. 270-280.
8. Садьков, Р. М., Большакова, Н. Л. Суицид среди молодежи как социальная проблема в современной России // Общество: социология, психология, педагогика. 2019. № 9 (65). С. 37-43.

**Григорашенко-Алиева Н.М., Зиновьева Д.В., Галеева Е.А., Холодова Д.А.,
Савинцева В.В., Пискунова Н.Н.**

Изучение уровня стресса личности в период коронавируса и в постковидный период

*Сочинский государственный университет
(Россия, Сочи)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-143

Аннотация

В статье изучены уровни тревоги, страха и стресса личности в период коронавируса, приведены показатели психоэмоционального состояния людей разных стран, находящихся на самоизоляции. Представлены результаты эмпирического исследования в постковидный период: соотношения уровня стресса со страхом и тревогой, вызванные коронавирусной инфекцией, наблюдаемой сейчас в нашем обществе, в сравнении с уровнем стресса, страхом и тревогой перед коронавирусной инфекцией в период самоизоляции. Обоснована актуальность настоящего исследования. Обозначена цель, перечислены методы и методики исследования. В работе были использованы следующие психодиагностические методики: шкала психологического стресса PSM-25 (методика французских авторов Лемура-Тесье-Филлиона) в переводе и адаптации Н.Е. Водопьяновой, шкала страха Covid-19 D.K. Ahorsu и др. (в переводе и адаптации А.Д. Резника и др.), шкала тревоги, связанная с пандемией Covid-19 (Адаптация методики HADS), опросник «Способы совладающего поведения» (WCQ) автора Р. Лазаруса. В результате проведенного исследования авторами был сделан вывод, что в постковидный период в сравнении с периодом самоизоляции отношение людей к коронавирусной инфекции и страх перед ней стали более определенными, снизился общий уровень стресса и ассоциированный с ним уровень тревоги перед Covid-19.

Ключевые слова: личность, коронавирусная инфекция, пандемия, COVID-19, уровень стресса, шкала страха Covid-19, шкала психологического стресса PSM-25, тревога.

Abstract

The article examines the levels of anxiety, fear and stress of the individual during the coronavirus, provides indicators of the psycho-emotional state of people from different countries who are on self-isolation. The results of an empirical study in the postcovid period are presented: the ratio of the level of stress with fear and anxiety caused by coronavirus infection, currently observed in our society, in comparison with the level of stress, fear and anxiety before coronavirus infection during self-isolation. The relevance of this study is substantiated. The purpose is indicated, the methods and

methods of research are listed. The following psychodiagnostic methods were used in the work: PSM-25 psychological stress scale (the method of the French authors Lemur-Tessier-Fillion) translated and adapted by N.E. Vodopyanova, Covid-19 D.K. Ahogsi fear scale, etc. (translated and adapted by A.D. Reznik et al.), the scale of anxiety associated with the Covid-19 pandemic (Adaptation of the HADS methodology), questionnaire "Methods of coping behavior" (WCQ) by R. Lazarus. As a result of the study, the authors concluded that in the post-covid period, in comparison with the period of self-isolation, people's attitude to coronavirus infection and fear of it became more definite, the overall level of stress and the associated level of anxiety before Covid-19 decreased.

Keywords: personality, coronavirus infection, pandemic, COVID-19, stress level, Covid-19 fear scale, PSM-25.

Стремительное распространение новой коронавирусной инфекции в начале 2020 года за очень короткий срок существенно изменило жизнь миллионов людей. Подобное событие было для населения планеты новым, неожиданным и пугающим, перспективы развития пандемии неопределёнными, а меры изоляции, принятые для предотвращения распространения инфекции, лишили многих людей возможности справляться со стрессом привычными для них способами, например ходить в спортзал, гулять, посещать торговые центры, общаться вживую с родственниками и друзьями.

В этот период времени было проведено множество исследований психоэмоционального состояния людей, находящихся на самоизоляции.

Так, у некоторых опрошенных уже после двух недель изоляции были выявлены почти в половине случаев низкие уровни самочувствия, настроения и активности, при этом преобладал высокий уровень личностной тревожности.

В зарубежных исследованиях также отмечается высокий уровень тревоги, так 40% опрошенных жителей США в период карантина серьезно опасались, что они или их близкие могут умереть.

В это же время в Италии масштабное исследование показало, что на 3-4 неделе изоляции клинически значимые симптомы ПТСР наблюдались у 37% опрошенных, выраженного стресса у 22,8%, тревоги – 20,8%, депрессии – 17,3%.

Показано, что у женщин, находящихся на изоляции в условиях неопределенности дальнейшего развития пандемии, был больше выражен стресс, тревожность, рефлексивный компонент тревожности и было отмечено большее субъективное ощущение угрозы от вируса, мужчины при этом чувствовали себя более спокойно и считали, что скорее ситуация находится под контролем.

Проводились исследования по измерению уровней тревожности и рефлексивной тревожности в зависимости от возраста, в которых было показано, что выборки молодых людей до 25 лет воспринимают ситуацию с распространением коронавирусной инфекции более тяжело, чем старшие группы. Это же подтверждается в исследовании Холодовой Ю.Б., в котором у группы респондентов от 18 до 24 лет зафиксирован самый высокий уровень как личностной, так и ситуативной тревожности. Интересно, что при этом последствия перенесенной коронавирусной инфекции и ее негативное влияние на психическое здоровье в старших возрастных группах проявляются гораздо более выражено, что является последствиями интоксикации и гипоксии во время болезни. Считается, что старшие возрастные группы обладают более высоким адаптационным потенциалом, чем молодые люди, и поскольку в развитии тревожных расстройств важную роль играет не объективная опасность, а восприятие ее, старшее поколение оказывается более устойчивым к тревожным расстройствам.

В то же время ряд авторов указывают на то, что старшие возрастные группы, также как и дети, больше страдают от условий изоляции, данные исследования были проведены в Италии и Китае.

Представляется вероятным, что частота возникновения тревожных расстройств, депрессий, развитие симптомов ПТСР связаны с культурными особенностями и информацией, распространяемой в разных сообществах. Используется даже термин ВКБ – внутренняя

картина болезни, это существенно определяет наше восприятие ситуации, поведение и саморегуляцию в условиях пандемии и изоляции.

На данный момент пандемия коронавирусной инфекции уже практически сошла на нет, режим самоизоляции уже не требуется, отношение к вирусу стало более определенным.

Для нас представляется актуальным и интересным оценить особенности соотношения уровня стресса у испытуемых со страхом и тревогой к коронавирусной инфекции, наблюдаемой сейчас в нашем обществе в сравнении с уровнем стресса, страхом и тревогой перед коронавирусной инфекцией в период самоизоляции.

Данные по уровню стресса у испытуемых в период самоизоляции, их уровень страха и тревоги перед коронавирусной инфекцией были взяты из исследования Очировой Л.И. и Чувашевой С.А., затем они были сопоставлены с данными опросов, полученных в нынешнее время уже после окончания режима самоизоляции и пандемии. Для сравнения использовались выборки из представителей одной страны для исключения социокультурного и информационного различий.

Целью статьи является изучение соотношения уровня общего стресса, страха и тревоги перед коронавирусной инфекцией в постковидный период в сравнении с периодом пандемии и изоляции.

Материалы и методы: для анализа психоэмоционального состояния испытуемых применялись следующие методики: шкала психологического стресса PSM-25 (методика французских авторов Лемура-Тесье-Филлиона) в переводе и адаптации Н.Е. Водопьяновой, шкала страха Covid-19 D.K. Ahorsu и др. (в переводе и адаптации А.Д. Резника и др.), шкала тревоги, связанная с пандемией Covid-19 (Адаптация методики HADS). Шкала психологического стресса PSM-25 содержит вопросы общего характера и отражает уровень стресса человека на любые события в его жизни. В то время как шкала страха Covid-19 и шкала тревоги Covid-19 содержат вопросы именно про коронавирусную инфекцию и отражают уровень страха и тревоги перед конкретной угрозой.

Процедура проведения: в опросе участвовали 30 человек от 22 до 65 лет обоих полов. Им было предложено пройти тестирование трем тестам: шкале психологического стресса PSM-25 (методика французских авторов Лемура-Тесье-Филлиона) в переводе и адаптации Н.Е. Водопьяновой, шкале страха Covid-19 D.K. Ahorsu и др. (в переводе и адаптации А.Д. Резника и др.) и шкале тревоги, связанной с пандемией Covid-19 (Адаптация методики HADS). Далее их результаты были сравнены с результатами исследования, проведенного в период самоизоляции.

Предполагается, что в результате данного исследования мы выполним следующие задачи:

- Исследуем уровень стресса испытуемых в постковидный период.
- Оценим страх и тревогу перед Covid-19 в постковидный период.
- Сравним полученные данные с подобными исследованиями периода пандемии, когда испытуемые находились в режиме изоляции.

Результаты:

Результаты исследования представлены на диаграмме.

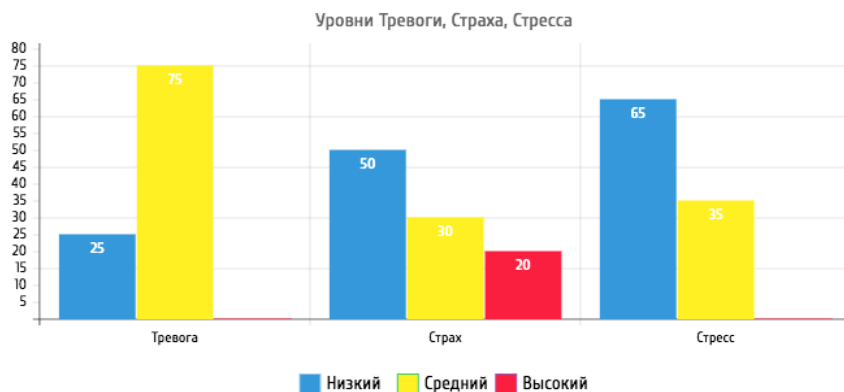


Рисунок 1. Результат оценки уровней психологического стресса, тревоги Covid-19 и страха Covid-19 в процентах в группе испытуемых.

Корреляция результатов тестирования внутри группы показала, что существует значимая взаимосвязь между уровнем общего психологического стресса и уровнем тревоги перед Covid-19, чем большую тревогу испытывает человек при мыслях о коронавирусной инфекции, тем выше у него уровень стресса. Однако уровень стресса в изучаемой группе не показал корреляции с уровнем страха перед Covid-19.

Тревога отличается от страха своей неопределенностью, если страх человек способен четко осознать, дифференцировать и понимать источник угрозы, то тревога является гораздо более неопределенным и менее осознаваемым чувством, где источник неприятностей не точно определен. Состояние неопределенности является для человека психотравмирующим и как показывает наше исследование именно тревога связана с более высоким уровнем стресса.

Далее было проведено сравнение результатов нашего исследования, проведенного в 2023 году уже после снятия ковидных ограничений, с более ранним исследованием Очировой Л.И. и Чувашевой С.А., которые провели тестирования по тем же методикам в 2021 году среди людей, находящихся в режиме самоизоляции в условиях неопределенности дальнейшего развития пандемии.

Результаты нашего исследования показали, что сейчас люди стали менее подвержены стрессу в целом, мы зафиксировали у 65% низкий уровень стресса против 46% в 2021 году, 35% среднего уровня против 46% в прошлом исследовании и в нашем исследовании не было ни одного случая высокого уровня стресса, против 8% высокого уровня стресса у испытуемых на самоизоляции. Можно сделать вывод, что в целом уровень стресса сейчас снизился по сравнению с периодом распространения коронавирусной инфекции в 2021 году.

Так же можно отметить снижение уровня тревоги перед коронавирусной инфекцией: 75% респондентов имеют низкий уровень тревоги, а 25% средний, высокий уровень не зафиксирован нами. В исследовании 2021 года у 31% человек был отмечен высокий уровень тревоги, у 29% средний и только у 40% низкий. Мы отмечаем помимо снижения уровня общего стресса значительное снижение тревоги перед Covid-19. Можно сделать вывод, что помимо показанной выше корреляции между уровнем стресса и уровнем тревоги испытуемого, мы можем также наблюдать снижение сейчас обоих показателей, что также доказывает тот факт, что стресс у человека сильно связан именно с тревогой.

Интересен тот факт, что уровень страха перед Covid-19 в 2023 году не стал в целом ниже, зато основная группа со средним уровнем страха в 2021 году в количестве 58% стала менее значительной – в нашем исследовании это 30%, люди более четко разделились на группы не боящихся Covid-19 (50%) и людей с высоким уровнем страха (20%), которых стало даже больше, чем в период самоизоляции в 2021 году. Возможно, это связано с тем, что люди столкнувшись с коронавирусом в реальности, а не находясь в состоянии ожидания перед грядущим распространением инфекции более точно определились в своем уровне страха перед ней, вероятно здесь сыграл свою роль личный жизненный опыт или примеры близких или знакомых, переболевших данной инфекцией.

Таким образом, мы можем сделать следующие выводы по нашему исследованию:

- 1) была обнаружена положительная корреляция уровня общего стресса с тревогой перед Covid-19.
- 2) было обнаружено снижение уровня стресса и тревоги в постковидный период в 2023 году в сравнении с данными исследований, проведенных в период нахождения испытуемых на самоизоляции в 2021 году в условиях дальнейшей неопределённости распространения инфекции.
- 3) было показано, что страх перед коронавирусной инфекцией не связан с уровнем стресса человека, возможно потому, что в чувстве страха в отличие от чувства тревоги нет неопределенности угрозы, страх хорошо осознается человеком и потому возможно меньше его стрессует.
- 4) Испытуемые в постковидный период больше разделились в своем страхе перед Covid-19, стало больше людей как с высоким уровнем страха перед болезнью, так и с низким.

В целом, получается, что в постковидный период в сравнении с периодом самоизоляции отношение людей к коронавирусной инфекции и страх перед ней стали более определенными, снизился общий уровень стресса и ассоциированный с ним уровень тревоги перед Covid-19.

1. Дашкин Э.Р., Мальшева Н.А., Цицельский А.А. Психические нарушения, ассоциированные с Covid-19 // Медицина. Социология. Философия. Прикладные исследования. – 2021. – No2. – С. 36-41.
2. Мосолов С.Н. Проблемы психического здоровья в условиях пандемии Covid-19 // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2020. – No5. – С. 7-15.
3. Очирова Л.И., Чувашева С.А. Психоэмоциональное состояние личности и особенности совладания с трудной ситуацией (пандемия COVID-19) // Мир науки: Педагогика и психология. – 2022. – Том 10. – No1.
4. Первичко Е.И., Митина О.В., Степанова О.Б., Конюховская Ю.Е., Дорохов Е.А. Восприятие COVID-19 населением России в условиях пандемии 2020 года // Клиническая и специальная психология. – 2020. – Том 9. – No2. – С. 119-146.
5. Тузова О.Н., Попова Е.М. Психоэмоциональное состояние населения Российской Федерации в период самоизоляции // Актуальные проблемы исследования массового сознания: материалы 6-й Междунар. науч.-практ. конф. / отв. ред. В.В. Константинов. М.: Перо, 2021. С. 330–336.
6. Холодова Ю.Б. Особенности переживания тревоги в период пандемии Covid-19 представителями разных возрастных групп // Международный журнал медицины и психологии. – 2020. – Том 3. – No2. – С. 114-117.
7. Schwartz V.J. New poll: COVID-19 Impacting Mental Well-Being: Americans Feeling Anxious, Especially for Loved Ones. APA News releases. March 25, 2020
8. Rossi R., Socci V., Talevi D., Mensi S., Pacitti F., Di Marco A., Rossi A., Siracusano A., Di Lorenzo G., COVID-19 pandemic and lockdown measures impact on mental health among the general population in Italy. 2020

Григорьян М.Р.

Научные представления о процессе эволюции живых систем.

Развитие личности в акмеонике как открытой термодинамической системы

*Академия народного хозяйства и государственной службы
(Россия, Москва)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-144

Аннотация

В статье рассматривается проблема развития личности в акмеонике как открытой термодинамической системы. Проанализированы подходы к описанию сущности открытых систем, выявлены их ключевые характеристики. Описана специфика функционирования динамической системы, термодинамические закономерности, воздействующие на жизнедеятельность живых систем. Обосновано содержание развития личности в процессе достижения акме как эволюции живой системы.

Ключевые слова: акмеоника, акме, личность, открытая система, эволюция живых систем.

Abstract

The article deals with the problem of personality development in acmeonics as an open thermodynamic system. Approaches to describing the essence of open systems are analyzed, their key characteristics are identified. The specifics of the functioning of a dynamic system, thermodynamic patterns that affect the vital activity of living systems are described. The content of personality development in the process of achieving acme as the evolution of a living system is substantiated.

Keywords: acmeonics, acme, personality, open system, evolution of living systems.

В рамках исследования мы рассматриваем развитие и функционирование объективных законов акмеоники как нового интегративного научного направления, изучающего факторы непрерывного развития личности и достижения ею максимальной эффективности во всех сферах жизни [5,9]. Данная научная отрасль исследует достижение «вершин» развития таких ипостасей, как природного существа (индивида), как личности и как субъекта деятельности (как профессионала)» [9, с.9]. На наш взгляд, действие законов акмеоники как науки о

«развивающемся» человеке, возможно рассматривать с позиций одного из основных разделов физики – термодинамики биосистем. Мы считаем важным проанализировать законы и закономерности развития личности в контексте взаимодействия человеческой психики с окружающей средой, при рассмотрении человеческого организма как открытой термодинамической системы. Мы вслед за Б.А. Вяткиным, считаем, что «системный подход открывает многоаспектное видение явления и позволяет рассматривать его в нескольких системах координат» [3, с.145].

В настоящее время в научном мире существует множество концепций, рассматривающих человека как «большую систему, складывающуюся из иерархической совокупности разноуровневых подсистем, много-многозначно (полиморфно) связанных между собой» [3, с.148]. Концепции интегральной индивидуальности В.С. Мерлина, функциональных систем П.К. Анохина, высокоорганизованных систем Ф.Е. Темникова и другие представляют собой варианты целостного подхода к человеку с позиций принципов общей теории систем. Поэтому, рассматривая личность развивающегося человека в рамках достижения им акме, с вовлечением всех подструктур системы его индивидуальности в процесс личностного и профессионального самосовершенствования, считаем важным рассмотреть основы теории систем. Одним из основателей данной теории является биолог Л. фон Берталанфи, который ввел в научный оборот понятие «открытой системы» (ОС). Ученый объяснил суть процессуальности систем разной физической природы, обосновал необходимость «подвижного равновесия» как условия их функционирования [5]. В таблице 1 мы обобщили ключевые характеристики феномена «открытая система».

Таблица 1

<i>Автор, название концепции</i>	<i>Суть и ключевые характеристики ОС</i>
<i>Л. фон Берталанфи Организмическая концепция</i>	<i>Любая система является открытой при наличии фактора взаимодействия со средой. В ОС постоянно происходит «ввод и вывод энергии и вещества» [2, с.14]. В ОС действуют термодинамические закономерности (сохранения вещества и энергии и возрастающей энтропии).</i>
<i>Эрвин Бауэр Концепция принципиальной неравновесности живых систем</i>	<i>Живая система нацелена на сохранение устойчивого неравновесия с целью сохранения энергии для поддержания неравновесной структуры (наличие избытка энергии), наличие биопотенциала организма.</i>
<i>А.А. Богданов Тектология</i>	<i>ОС подчиняется «принципам подвижного равновесия на основе активности ее компонентов, а также при наличии обмена веществ и энергии со средой» [5, с.12].</i>

Человеческий организм как открытая система, осуществляет обмен энергией и информацией с окружающей средой, «вывод из системы в окружающую среду материи как результата функционирования системы» [5, с.6]. Благодаря данным характеристикам «ввода-вывода» энергии, веществ, информации организм способен достигать определенного равновесия, устойчивого состояния по отношению к среде.

Описывая ОС как термодинамическую систему, обратимся к исследованиям И. Пригожина, посвященным проявлениям связи феноменов «бытия и становления». При этом термодинамические характеристики системы особенно отчетливо проявляются в отношении «возникающего, становящегося» [10], так как уровень энтропии (неопределенности характеристик ОС) возрастает в моменте бифуркаций, кризисных явлений. Личность находится в ситуации постоянного вызова, требующей высокой степени личностной вовлеченности, зрелости психических функций, постоянного саморазвития и, как следствие, достижение множественных акме. По И. Пригожину, психическая активность, выраженная в мысли – это, прежде всего «творческая активность природы в целом». В его тезисе «созидательную, творческую активность и инновативность человека можно рассматривать как усиление законов природы» [10] содержится важная для развития акмеологического потенциала мысль: достижение высшего уровня личностного развития человека - творческой индивидуальности связано с идеей эволюционного развития живых термодинамических систем. Последнее

предполагает активность и созидательность ОС для наработки определенного потенциала личности и его продуктивного использования в целях совершенствования функционирования системы в целом.

Согласно воззрениям И. Пригожина для всех уровней организации живой природы характерны универсальные процессы «самопроизвольной, внутренней активности» [6, с.2]. Данные процессы связаны с феноменом необратимости физических процессов, благодаря чему становится возможным создание и функционирование открытых динамических систем. Основные характеристики динамических систем по И. Пригожину представлены на рисунке 1.



Рисунок 1. Основные характеристики динамических систем.

В исследованиях А. Баблянец также указано, что диссипативные структуры, их становление и развитие в рамках динамической системы (в том числе человеческого организма) связано с задачей достижения условного равновесия за счет рациональной самоорганизации внутрисистемных элементов. Следовательно, ОС через определенную трансформацию собственных ресурсов и «кооперацию свойств» создает и оптимизирует механизмы приспособления организма с целью выживания, а также лучшего использования окружающей среды» [1, с.171]. Важно отметить, что И. Пригожин относит к ключевым свойствам динамических систем то, что они представляют собой неравновесные структуры с запечатлением прошлых, настоящих и будущих состояний и траекторий развития. Поэтому ОС способны к эволюционным изменениям. Личность, ее психическое развитие как части открытой системы подчинено этим законам, согласно которым вектор эволюции направлен в будущее, на достижение акме в разных сферах жизни.

Эволюционные механизмы действуют как следствие способности динамической системы к самоорганизации. Важным для акмеоники являются положения в теориях И. Пригожина, А. Баблянец о сути динамической системы как некой диссипативной структуры с присущими ей феноменами необратимости и направленности природных процессов. В связи с чем любая природная система является эволюционирующей, с направленностью всех процессов на становление «возможностей» и новых состояний организма в будущем. Постоянно развивающаяся и самореализующаяся личность как предмет изучения акмеоники, представляет собой пример системы с направленностью «от существующего к возникающему», нацеленной на преобразование [6, с.252]. Процессы развития, эволюционные по своей природе, требуют постоянной самоорганизации всех подсистем, усложнения их структур для адекватного ответа на воздействия окружающей среды.

Наличие термодинамических характеристик ОС связано с тем, что человеческий организм как открытая неравновесная система подчиняется общим для всех живых форм законам природы, законам термодинамики. Так, согласно второму закону, любая энергия старается перейти в менее организованную форму, возрастает энтропия [8, с.37]. Однако, по точному выражению С.О. Ондар, в отношении живых организмов используется «характеристика отрицательной энтропии» [8, с.37], так как они способны поддерживать функционирование сложной системы. Мы разделяем мнение ученого, согласно которому, любая открытая термодинамическая система (живой организм, состоящий из вещества и энергии) все таки подчиняется закону энтропии, поэтому система «вынуждена постоянно

работать, создавая, преобразуя и поддерживая и упорядочивая ансамбли вещества и энергии» [8, с.37]. Как сложное образование, система должна регулировать количество поступающей извне информации, веществ, расходование энергии или ее переизбыток в определенной области. Психика не выносит полярности - это часто является причиной психосоматических заболеваний, поэтому так важно обеспечивать необходимый и достаточный по качеству и количеству состав термодинамических характеристик. Важно отметить, что от уровня упорядоченности и сбалансированности описанных выше характеристик зависят и особенности личностного функционирования, предпосылки для достижения вершин зрелости в различных областях жизнедеятельности.

В заключение отметим, что основой эволюционного развития, согласно формулировке Э. Бауэра является «накопление биопотенциала и управление им для достижения цели организма». Этот постулат вполне применим и для описания акмеологических процессов, описывающих закономерности прогрессивного развития человека до ступени его зрелости. В процессе многочисленного достижения акме на уровне индивидуальных и личностных характеристик биосистема находится в условиях «постоянного, активного преодоления всей совокупности факторов относительно стабильной внешней среды» [8, с.45]. В связи с этим в рамках акмеологии ученые рассматривают человека как «существо непрерывно и целенаправленно «культивируемое» и «самокультивируемое» [7], усилия которого направлены на формирование эмоционально-когнитивного ресурсного потенциала, как основы самосознания и творческого подхода в достижении вершин функционирования интегральной индивидуальности как сложной термодинамической системы.

Таким образом, базируясь на достижениях естественных наук, акмеоника исследует закономерности развития личности на основе законов взаимодействия человеческой психики с окружающей средой, рассматривая человеческую психику как открытую термодинамическую систему, являющейся составной частью более крупной термодинамической системы – человека. Подчиняясь описанным выше законам, развитие личности обусловлено эволюционной направленностью процессов, достижением упорядоченности и сбалансированности термодинамических характеристик системы (направленных на преодоление энтропии) и постоянным развитием способностей к самоорганизации и самоусложнению в ответ на вызовы окружающей среды.

1. Баблюяц А. Молекулы, динамика и жизнь. Введение в самоорганизацию материи / А. Баблюяц. – М. : Мир, 1990. – 375 с.
2. Васильев Ю. С., Волкова В. Н., Козлов В. Н. Теории систем и системный анализ: истоки и перспективы // SAEC. 2021. №1. – С.12-14.
3. Вяткин Б. А., Дорфман Л. Я. Теория интегральной индивидуальности В. С. Мерлина: история и современность // Образование и наука. 2017. №2. – С.145-148.
4. Григорьян М. Р. Формирование концептуально-идеологических оснований акмеоники в процессе развития научного знания о человеке // Контекст и рефлексия: философия о мире и человеке. – 2019. – Т. 8. – № 5А. – С. 258-264.
5. Ильина А. Р. Концепция открытой системы Людвиг фон Бергаланфи и её применение для объяснения процессов в системах различной физической природы // Неделя науки СПбПУ: материалы научной конференции с международным участием, Санкт-Петербург.- 2019. – С. 6-8.
6. Карако П. С. Концепция природы И. Пригожина и постнеклассическая рациональность / П. С. Карако // . – 2016. – № 3. – С. 245-256.
7. Ларина А. А. Саморазвитие как активность человека по преобразованию самого себя / А. А. Ларина // Территория науки. – 2014. – № 1. – С. 52-58.
8. Ондар С. Принципы термодинамики в биологических системах // Вестник Тувинского государственного университета. Естественные и сельскохозяйственные науки. 2011. №2. – С.37-38.
9. Педагогическая акмеология: коллективная монография / под.ред. О.Б. Акимовой; ГАОУ ВПО «Рос.гос.проф.-пед.ун-т». – Екатеринбург, 2012. – 251 с.
10. Пригожин И. Конец определенности. Время, хаос и новые законы природы / И. Пригожин. – Ижевск : НИЦ «Регулярная и хаотическая динамика», 2001. – 208 с.

Гроссул Н.С.

Роль идентичности в выборе копинг-стратегии

*Карагандинский университет Казпотребсоюза
(Казахстан, Караганда)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-145

Аннотация

Данная статья обсуждает важность идентичности в выборе копинг-стратегии. Рассматриваются различные аспекты идентичности, которые могут влиять на выбор конкретной стратегии. Отмечается, что данная тема до сих пор недостаточно изучена, даются рекомендации для исследователей в этой области.

Ключевые слова: копинг-стратегии, совладающее поведение, идентичность, стресс.

Abstract

This article discusses the importance of identity in choosing coping strategies. Various aspects of identity that can influence the choice of a specific strategy are examined. It is noted that this topic is still insufficiently studied, and recommendations are given for researchers in this area.

Keywords: coping strategies, coping behavior, identity, stress.

Как показывают исследования, продолжительный стресс может привести к серьезным последствиям для здоровья, таким как повышенный уровень артериального давления, депрессия, бессонница, проблемы с пищеварением и даже сердечные заболевания. Кроме того, высокий уровень стресса может оказывать отрицательное влияние на качество жизни, снижая уровень удовлетворенности жизнью и социально-психологическое благополучие.

Поэтому люди постоянно находятся в поиске эффективных способов борьбы со стрессом. Среди наиболее популярных методов можно выделить регулярные занятия спортом, медитацию, йогу, глубокое дыхание, путешествия, хобби и другие. Однако, эффективность этих методов может зависеть от индивидуальных особенностей человека, а также от уровня стресса и его причин.

В целом, понимание того, как стресс влияет на нас и как с ним бороться, является важной задачей для поддержания здоровья и благополучия. Поэтому, изучение этой темы продолжается и может привести к появлению новых методов борьбы со стрессом и улучшению качества жизни людей.

В контексте борьбы со стрессом, копинг-стратегии представляют важную и актуальную информацию для исследователей. Копинг-стратегии или совладающее поведение – это способы, которыми люди могут реагировать на стрессогенные ситуации и адаптироваться к ним.

Исследования показывают, что использование эффективных копинг-стратегий может помочь снизить уровень стресса и улучшить психологическое состояние. Эти стратегии могут включать в себя позитивное мышление, постановку целей, релаксационные техники, социальную поддержку и другие.

Однако, эффективность копинг-стратегий может зависеть от индивидуальных особенностей человека и ситуации, в которой он находится. Поэтому, исследования нацелены на изучение эффективности различных копинг-стратегий в разных контекстах.

Помимо этого, исследования направлены на разработку новых копинг-стратегий и их адаптацию к различным ситуациям. Например, с использованием технологий в последнее время были разработаны мобильные приложения, которые помогают людям бороться со стрессом и использовать эффективные копинг-стратегии.

Таким образом, изучение копинг-стратегий является важным направлением в исследованиях борьбы со стрессом, и может привести к разработке новых методов, способных помочь людям более эффективно бороться со стрессом и улучшить их качество жизни.

Белашева И.В. различают несколько видов копинг-стратегий, которые могут быть применены человеком в ответ на стрессовые ситуации:

- реактивное совладание, которое направлено на компенсацию или возмещение ущерба, вызванного прошлой угрозой.
- проактивное совладание, которое позволяет человеку подготовиться к предстоящей стрессовой ситуации и накопить ресурсы для достижения позитивных целей.
- антипационное совладание, которое заключается в предотвращении или снижении рисков возникновения стрессовой ситуации, которая уже считается неизбежной.
- превентивное совладание, которое предусматривает заранее готовиться к возможной стрессовой ситуации и принимать меры для ее предотвращения.

Множество факторов влияет на выбор стратегии копинга, прежде всего – это личностные особенности и характеристики конкретной ситуации. Кроме того, на выбор копинг-стратегии могут влиять пол, возраст, социальный статус, культурные особенности и другие факторы.

Существуют половые стереотипы, связанные с копинг-поведением: женщины и феминные мужчины склонны к эмоциональному и защитному реагированию, в то время как мужчины и мускулинные женщины предпочитают инструментальный подход и преобразование внешней ситуации.

Некоторые формы копинга, связанные с ярким проявлением эмоций, могут быть спорными. Хотя яркое проявление чувств позволяет более эффективно преодолеть стрессовую ситуацию, некоторые эмоции лучше сдерживать, например, агрессию асоциального характера. В целом, сдерживание эмоций может привести к психосоматическим нарушениям и негативным последствиям для психологического благополучия человека.

Выбор копинг-стратегии также зависит от уровня жизнестойкости, который включает в себя три компонента: вовлеченность, контроль и принятие риска. Люди с высоким уровнем жизнестойкости склонны к использованию эффективных копинг-стратегий, таких как планирование решения проблемы и положительная переоценка, в то время как люди с низким уровнем жизнестойкости часто прибегают к малопродуктивным стратегиям, таким как бегство и дистанцирование.

Тезисом данной статьи является предположение о высокой роли идентичности в выборе копинг-стратегии.

Идентичность – это совокупность убеждений, ценностей и поведенческих паттернов, которые формируются в ходе социализации человека и определяют, кто он есть и как он воспринимает мир вокруг себя. Фактор идентичности может оказывать большое влияние на выбор стратегии совладающего поведения.

К примеру, человек с сильной идентичностью с религиозными убеждениями может использовать религиозный копинг, такой как молитва или посещение религиозных обрядов, для совладания со стрессовыми ситуациями. В том случае, если идентичность тесно связана с профессиональной карьерой, то индивидом может активно применяться инструментальный копинг, такой как планирование и организация своей работы, чтобы преодолеть трудности на работе.

Также идентичность может влиять на то, какие эмоции человек считает приемлемыми для выражения в стрессовых ситуациях. Например, если у человека сильная идентичность с мужской ролью, то он может считать, что проявление сильных эмоций, таких как гнев или страх, несовместимо с его идентичностью. В таком случае он может предпочесть использовать стратегии копинга, которые не требуют яркого выражения эмоций, например, дистанцирование от проблемы.

На выбор копинг-стратегии могут влиять различные особенности идентичности, но некоторые из них могут быть особенно важными:

1. Гендерная идентичность: она определяется восприятием себя как мужчины или женщины, и может сильно влиять на то, как человек воспринимает стрессовую ситуацию и какую копинг-стратегию он выбирает. Например, исследования показывают, что женщины часто используют эмоционально-экспрессивные стратегии копинга, такие как общение о проблеме с друзьями, в то время как мужчины часто выбирают инструментальные стратегии, такие как решение проблемы путем изменения ситуации. Однако, это не является универсальным правилом, и каждый человек может выбирать стратегии копинга в зависимости от своих личных особенностей, ситуации и контекста.
2. Этническая и культурная идентичность: культурные и этнические факторы могут сильно влиять на то, как человек воспринимает стрессоры и какие копинг-стратегии он выбирает. Например, некоторые культуры могут приветствовать выражение эмоций, в то время как другие могут поощрять их сдерживание.
3. Социальная идентичность: принадлежность к определенной группе может влиять на то, как человек реагирует на стресс. Например, люди, которые чувствуют себя близко связанными с определенной социальной группой, могут выбирать копинг-стратегии, которые помогают им сохранять связь с этой группой.
4. Личностная идентичность: индивидуальные различия в личности также могут влиять на выбор копинг-стратегии. Например, люди с высокой степенью самоэффективности могут выбирать инструментальные стратегии, такие как активное решение проблемы, в то время как люди с низкой самоэффективностью могут выбирать защитные стратегии, такие как избегание или сдерживание эмоций.
5. Идентичность по отношению к болезни: люди, которые сталкиваются с хронической болезнью, могут выбирать копинг-стратегии, которые помогают им справляться с болезнью и сохранять свою самоидентичность. Например, они могут выбирать стратегии позитивной переоценки, такие как поиск новых возможностей или новых взглядов на жизнь.

Таким образом, идентичность может сильно влиять на выбор копинг-стратегии, которую человек использует для совладания со стрессовыми ситуациями.

Тема влияния идентичности на выбор стратегии копинга является актуальной и важной для психологии. Однако, в настоящее время она не получила достаточного исследовательского внимания. Существует необходимость проведения более глубоких исследований в этой области, с целью выяснить, как идентичность влияет на выбор конкретных стратегий копинга, какие аспекты идентичности являются наиболее значимыми в этом процессе и как эту информацию можно применять для разработки эффективных методов поддержки людей в условиях стресса и трудных жизненных ситуаций.

1. Белашева И.В. Технологии формирования модели безопасного поведения: учебное пособие / Белашева И.В., Ершова Д.А., Есян М.Л. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2017. — 165 с.
2. Мякотин И.С. Взаимосвязь копинг-стратегий и особенностей идентичности при социальной фобии / Ярославский педагогический вестник. — №3. — 2018. — С. 200-206.
3. Башутина, М. В. Взаимосвязь копинг-стратегий со свойствами личности и темперамента у студентов младших курсов различных специальностей / Молодой ученый. — 2022. — № 40 (435). — С. 30-33.

Ермакова Д.Р.**Проблема суицидального поведения среди молодежи***Государственный университет управления
(Россия, Москва)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-146

Аннотация

В данной статье суицид рассматривается как одна из главных проблем современного общества. Выявлены основные причины суицидального поведения, психологические особенности подросткового возраста, предложены эффективные способы профилактики самоубийства. Выделены причины суицидального поведения в молодежной среде. Результатом стали рекомендации совершенствованию коммуникационных механизмов для решения обсуждаемой проблемы.

Ключевые слова: суицидальное поведение, суицид, подростки, всемирная организация здравоохранения, подростковый суицид, следственный комитет.

Abstract

In this article, suicide is considered as one of the main problems of modern society. The main causes of suicidal behavior, psychological characteristics of adolescence are identified, and effective methods of suicide prevention are proposed. The causes of suicidal behavior in the youth environment are highlighted. The result was recommendations to improve communication mechanisms to solve the problem under discussion.

Keywords: suicidal behavior, suicide, adolescents, World Health Organization, teenage suicide, investigative committee.

Суицид является серьезной проблемой для современного мира. Смертность по этой причине преобладает среди 15-24-летних молодых людей. Частыми мотивами покушений на самоубийство у подростков являются неудачная любовь, оскорбления окружающих, личносемейные конфликты, опасения уголовной ответственности, страх наказания или позора, неуспехи в учебе, что является проблемой для современного мира. Среди прочих факторов риска суицидального поведения выделяются психотравмирующие ситуации, связанные с учебой, расстройство характера или поведения. Основные объяснения самоубийства опираются на психодинамическую, биологическую и социокультурную модели. [1]

По данным Всемирной организации здравоохранения Россия занимает 15 место в мире по числу самоубийств на сто тысяч жителей, уступая сердечно-сосудистым и онкологическим заболеваниям, третье место по числу самоубийств, среди подростков. Подростковый суицид - отражает тенденции современной действительности. В настоящее время у многих детей и подростков, напрочь отсутствуют истинные жизненные ценности и ориентиры. Целью демонстративного суицидального поведения является обращение внимания других на себя и свои проблемы, такие действия совершаются не с целью лишить себя жизни или причинить реальный вред. Их цель-напугать окружающих, заставить их задуматься над проблемами, именно поэтому проблема лишения себя жизни является очень важной и должна освещаться. [2]

Согласно данным Следственного комитета, в 2021 году число детских самоубийств возросло на 37,4% по сравнению с 2020 годом и составило 753 случая. В 2018 году СК зафиксировал 788 суицидов среди несовершеннолетних, в 2019-м — 737, а в 2020 году — 548. Генеральной прокуратурой на основе анализа данных в 30 субъектах также был отмечен рост числа детей с суицидальным поведением, имеющих психические заболевания: в 2021 год — 882 несовершеннолетних, по сравнению с 635 в 2020 году. За последние годы Россия вошла в число лидеров по количеству самоубийств на сто тысяч населения. Это объясняется многими

факторами, ведущую роль в которых традиционно играют алкоголизм, наркомания и безработица. [2]

Жизненные ценности могут оказывать существенное влияние на показатель суицида. Уровень самоубийств был напрямую связан с социальным объединением человека -согласно которой индивид чувствует себя частью большой группы. В особенности, когда подобная проблема встаёт перед ним внезапно, например, при потере работы. Данная зависимость наблюдается и в других областях. Статистика показывает, что рейтинг суицида среди взрослых выше у одиноких, чем у женатых людей. СМИ оказывает на сознание людей, в особенности, на сознание молодёжи (в молодые люди, на своём этапе развития, лишь формируют свою систему ценностей, и если рядом не будет людей, которые смогут помочь им в этом, то молодёжи придётся расставлять свои приоритеты самостоятельно, а СМИ может им в этом помочь и оказать влияние). Человечество входит в цифровую и информационную эпоху. А это значит, что нас окружают информационные технологии. Информация поступает ежеминутно, зачастую она недостоверна, что не может не оказывать существенного влияния на сознание людей. Кроме таких явлений как влияние на систему ценностей, СМИ способны вызывать единичные случаи вспышек суицида, основанные преимущественно на подражании. Это относится к некорректным или слишком подробным вариантам освещения самоубийств, особенно среди знаменитостей. [3]

Самоубийство является изменением личности в условиях современного общества. Психологические кризисы возникают в результате семейно-личных, социальных и творческих конфликтов. Главной обычно является одна причина, но ее стимулирует целый комплекс обстоятельств, во время которых и созревает мысль о суициде. Очень трудно получить точные цифры, отражающее реальное число самоубийств, многие исследователи считают приведенные цифры явно заниженными. Статистика свидетельствует, что самоубийства среди подростков имеют тенденцию к увеличению. Анализ материалов и проверки обстоятельств причин самоубийств несовершеннолетних, показывает, что большая часть всех самоубийств подростков, связано семейными конфликтами и неблагополучием, боязнью насилия со стороны взрослых, бестактным поведением отдельных педагогов, конфликтами с учителями, одноклассниками и друзьями, черствостью и безразличием окружающих постоянные стрессовые ситуации и как следствие депрессия. Изучение проблемы суицида среди подростков показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство в целях привлечь на себя внимание родителей, педагогов на свои проблемы и протестовали таким страшным образом против бездушия, безразличия и жестокости взрослых. [2]

Суицид, даже выполненный очень быстро, не происходит внезапно - человек приходит к нему постепенно: сначала возникает мысль, а дальше действие, до задуманного проходит определенное время. Суицидальное поведение – это проявление суицидальной активности – мысли намерения, высказывания, угрозы, попытки, посягательство. При изучении суицидального поведения следует различать следующие типы: демонстративное поведение, аффективное суицидальное поведение, истинное суицидальное, непосредственной целью которого является смерть, является проявлением дееспособной воли человека. Самоубийство — это акт уничтожения себя, это добровольное осознанное деяние, характеризующееся наличием поводов, намерений, цели, способов и смыслов. Однако, хотя смысл и цель у любого суицидального акта есть всегда, в ряде случаев они могут быть неявными и неосознанными в полной мере. Признаками суицидального поведения являются: постоянная сосредоточенность на проблемах, отсутствие способа их решения, новые потери, видение только негативных сторон жизни, сосредоточенность на смерти; изменение эмоционального состояния, слезливость, без явной причины, возрастание раздражительности, нетерпимости, снижение внимания к самому себе, замкнутость, буйное поведение или драки; вербальные выражения, предшествующие суицидальным попыткам; раздача личных вещей, упорядочивание жизни, составление завещания; внезапное улучшение, просветление после периода длительной депрессии[2]

Эксперты выделяют ряд основных мотивов суицидального поведения-различные формы активности людей, обусловленные стремлением лишить себя жизни и служащие средством разрешения личностного кризиса, возникшего при столкновении личности с препятствием на пути удовлетворения ее важнейших потребностей подростков: переживание обиды, одиночества, отчужденности и непонимания; действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность. Переживания, связанные со сложной обстановкой в семье, со смертью, разводом или уходом родителей из семьи; чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения, связанного с насилием в семье, боязнь позора, насмешек или унижения; страх наказания, нежелание извиниться, любовные неудачи; чувство мести, злобы, протеста, угроза или вымогательство; желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации, проблемы в учебе, ЕГЭ; сочувствие или подражание товарищам, кумирам, героям книг, фильмов, все это сильно влияет на подростка и может вызвать суицидальные мысли, которые в дальнейшем могут перерасти в действия. Взаимосвязь между алкогольными злоупотреблениями и суицидальным поведением не носит прямого причинного характера, но она зафиксирована во многих специальных исследованиях. Найдена связь роста самоубийств у подростков, употребляющих наркотики, затуманенный рассудок, чувство одиночества может привлечь к невозвратимым последствиям. Прослеживается зависимость самоубийств от обсуждения темы насилия в сети Интернет и СМИ; от социально-экономического статуса подростка и от легкости доступа к средствам суицида. [4]

Для предотвращения самоубийств и попыток суицида может применяться целый ряд мер. Задачи, которые должны быть поставлены: анализ ситуации, повышение осведомленности о проблеме, развитие уже данных ресурсов на эту тему, выделение финансирования, а также наблюдение и оценка. При решении данной проблемы усилия должны осуществляться в сотрудничестве между различными секторами общества, включая сектор здравоохранения, образования, трудовая сфера. Эти усилия должны иметь комплексный характер, так как ни один подход не может отдельно оказать воздействия на такую сложную проблему, как самоубийства. Все это вызывает необходимость появления психологических консультаций по профилактике суицида. В Москве существует огромное количество телефонов доверия, претендующих оказывать психологическую поддержку. Каждый желающий в состоянии получить квалифицированную консультативную помощь. [5]

Подводя итог всему вышесказанному, можно сделать вывод, что на сегодняшний день суицид является одной из важнейших проблем России, в частности для молодого поколения. Для успешного решения проблемы необходимо комплексное её изучение, применение всех мер и поставленных задач.

1. Эрдынеева К.Г., Филиппова В.П.// Журнал //Фундаментальные исследования. – 2007. – № 12 (часть 2) – С. 304-306 - <https://fundamental-research.ru/ru/article/view?id=4197>
2. Мансурова Р.Р. // Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Дворец детского и юношеского творчества» //2018 г.- С. 41 - <https://school-science.ru/5/9/34691>
3. А.Е. Федоровский// Гуманитарный факультет Томского государственного университета систем управления и радиоэлектроники. // 2015-С.5 <http://ovv.esrae.ru/pdf/2015/8/1112.pdf>
4. Булатова Раиса Рафаиловна// Индикаторы суицидального поведения подростков (причина, признаки, профилактика)// 18.04.2017 -<https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2017/04/18/indikatory-suitsidalnogo-povedeniya-podrostkov-prichina>
5. Самоубийство// Всемирная организация здравоохранения// 17 июня 2021 года <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
6. Васильева О. А. Адаптационные механизмы поколения Z в условиях стресса, вызванного самоизоляцией из-за пандемии COVID-19 // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. - 2021. -№03. -С. 43-48

Махмутов Д.В.

Развитие лидерских компетенций в командах аспирантов: проблемы и решения

*Белгородский государственный национальный исследовательский университет
(Россия, Белгород)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-147

Аннотация

В данной научной статье описывается развитие лидерских компетенций в команде аспирантов, проблемы, которые возникли на её пути и их решения.

Ключевые слова: аспиранты, вовлечение в науку, лидерские компетенции.

Abstract

This scientific article describes the development of leadership competencies in a team of graduate students, the problems that have arisen in its path and their solutions.

Keywords: graduate students, involvement in science, leadership competencies.

В современной российской действительности развитие науки и технологий крайне важно. В феврале 2022 года президент Российской Федерации Владимир Владимирович Путин объявил 2022 – 2031 года десятилетием науки и технологий. Целями десятилетия названы привлечение молодежи в науку, вовлечение исследователей и разработчиков в решение важных для страны задач, повышение доступности информации о достижениях российской науки для граждан. [1]

Для вовлечения в науку существует аспирантура, которая даёт возможность войти в науку и даже стать кандидатом наук. В своих исследованиях аспиранты часто объединяются в команды, в которых совместно занимаются научными исследованиями. В данной статье будет рассмотрено развитие лидерских компетенций в командах аспирантов, а также проблемы и их решения, которые возникали в команде авторов статьи.

По Манфреду Геллерту и Клаусу Новаку, команда - это совместная целенаправленная работа от двух до восьми специалистов, решающих определенную общую комплексную задачу, проблему или реализующих совместный проект на основе интеграции знаний в различных профессиональных областях по правилам, выработанным сообща. [2]

Участники команды аспирантов характеризуются научным стилем мышления, технологической готовностью к исследованию и творческой активностью личностью. В любой команде нужен лидер. В исследуемой команде умудрённый опытом лидер изначально начал вербовать новых участников в команду. Им было принято решение остановиться на 8 аспирантах. Команда получилась мультикультурной с технической направленностью и средним возрастом 30 лет.

На начальном этапе формирования команды был составлен кодекс со следующими основными принципами: стремление к истине и академическая свобода, честность и открытость, сотрудничество и взаимоуважение. Направлением исследования было выбрано исследование возможностей конкурентно способного производства радиотехники высокого класса в условиях санкционных ограничений. Данная тема была выбрана поскольку основная часть группы в ней хорошо разбирается, а техническая подготовка остальных участников позволяет рассмотреть её с разных сторон. Было выбрано название для команды «Инженер». Оно связано с инженерной подготовкой подавляющего большинства членов команды.

Для решения поставленной задачи был выбран распределённый стиль лидерства. Суть такого лидерства состоит в том, что основной лидер команды выполняет роль мотиватора и координатора, связанных со стратегией, во всех остальных лидерство передается членам команды. Конфликты практически отсутствуют, так как при распределённом лидерстве сильная позиция основного лидера и лидеров на подзадачу. [3]

В ходе совместной работы возникли следующие проблемы лидерства: языковой барьер, распределение обязанностей и зон ответственности, пассивность в группе, пониженный авторитет основного лидера. Для каждой из них был найден свой способ решения.

Команда состоит из аспирантов разных стран, национальностей культур и народов, которые находились в разных частях мира, поэтому возникла проблема языкового барьера. Не всегда одному члену команды удавалось устно донести своё видение исследования другому при помощи онлайн конференции. Языковой барьер был преодолен при помощи чата. Современные электронные письма позволяют встроить переводчик. В качестве языка общения в команде используется русский, поскольку его знают в той или иной степени совершенства все участники группы.

Распределение обязанностей и зон ответственности в группе началось во время формирования группы. Были проанализированы слабые и сильные личностные стороны каждого участника команды и в соответствии с ними распределены изначальные ролевые позиции: эксперт-новатор, администратор, разработчик, докладчик-консультант, координатор-инспектор, критик-аналитик. В ходе работы пришло понимание, что роли необходимо изменить и перераспределить. В конечном итоге остались следующие роли: генератор идей; критик; администратор, консультант. Отдельно стоит отметить сильные и слабые стороны лидера как главного лица команды:

Сильные стороны: Умение системно анализировать имеющуюся информацию с целью формирования определенных прогнозов, стратегии действий, выработки новых направлений деятельности. Нацеленность на действие и результат, способность брать на себя ответственность за достижение поставленных целей, преодолевая внешние трудности и бюрократические барьеры.

Слабые стороны: плохо развитое умение создавать атмосферу доверия, ценить идеи, выдвигаемые другими, вовлекать коллектив в активную работу, не замыкая все задачи на себе.

Из данных плюсов и минусов возникли проблемы пассивности в группе и авторитета лидера. Лидер брал на себя ответственность, в то время как часть команды мало участвовала в деятельности группы. Свою роль сыграл распределенный стиль лидерства. Основной лидер группы передал роль мотиватора другому сильно вовлеченному в научно-исследовательский процесс участнику команды с сильными коммуникативными и мотивационными навыками, благодаря которому была преодолена проблема пассивности.

Лидер по мотивации смог убедить пассивных членов команды при помощи адресных телефонных звонков. При этом были использованы правила коммуникации и ораторского искусства, разработанные в ходе работы команды и согласованные всеми её участниками. Всецело переключившись на координацию и стратегию, основной лидер смог наладить работу команды на выполнение поставленной задачи, таким образом была решена проблема с авторитетом основного лидера.

В итоге аспиранты выполнили поставленную задачу и получили опыт работы не только в области радиотехники, но и работы в команде. Помимо основного лидера могут быть и лидеры в своих областях. Вся команда может состоять из лидеров, каждый из которых управляет своим процессом. Совместная работа позволяет прикрывать слабые места участников и использовать сильные. Также члены команды стали ближе к золотой середине между тем, чтобы брать на себя всю ответственность и слишком сильно полагаться на других. Чтобы сохранить работоспособность и психологическое равновесие нельзя сильно перенапрягаться или слишком расслабляться.

Данный опыт развития лидерских компетенций можно использовать и в других научно-исследовательских командах. Случай не стандартен и многое зависит от состава группы, поставленной задачи, опыта, принятых решений и прочих обстоятельств. Опыт работы в команде аспирантов может пригодиться в вовлечении исследователей и разработчиков в научно-исследовательские команды, в которых можно более эффективно решать важные для страны задачи. В ходе работы команды было опытным путём выяснено, что целое больше, чем сумма отдельных частей.

сложность задач, решаемых при создании и управлении функционированием таких организационных систем, как научно-исследовательская команда, делает целесообразным использование современных цифровых технологий.

1. Путин объявил в России десятилетие науки и технологий // РБК https://www.rbc.ru/technology_and_media/25/04/2022/6266b4d39a79479cfaf15985
2. Команда как групповая форма организация труда // Вестник Алтайской академии экономики и права <https://vaael.ru/article/view?id=858>
3. ссылка на презентацию https://pegas.bsu.edu.ru/pluginfile.php/2128376/mod_resource/content/1/2%20лекция%20команды%20и%20лидерство%20.pdf
4. Ломазов, В. А. Инструментальная поддержка принятия решений при отборе и оценке персонала с учетом мотивации / В. А. Ломазов, Я. Е. Прокушев // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). – 2013. – № 8. – С. 31. – DOI 10.12731/2218-7405-2013-8-31.
5. Ломазов, В. А. Алгоритмизация поддержки принятия решений при отборе управленческого персонала на основе нечетких модельных представлений и процедур / В. А. Ломазов, Я. Е. Прокушев // Информационные системы и технологии. – 2014. – № 5(85). – С. 20-27.4.

Медеуова М.М.

Взаимосвязь кризисов, кризисных переживаний и копинг-стратегий

*Карагандинский университет Казпотребсоюза
(Казахстан, Караганда)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-148

Аннотация

В данной статье представлена проблема кризисов, кризисных переживаний и копинг-стратегий. Одной из основных проблем, которые непосредственно связаны с психическим здоровьем в период кризиса и кризисных переживаний, выступает способность человека обратиться к психосоциальным потребностям и возможность преодолеть внешние и внутренние трудности. Копинг-стратегия представляет собой комплекс навыков, которые используются для управления и контроля сложными обстоятельствами.

Ключевые слова: кризис, кризисные переживания, копинг-стратегия.

Abstract

This article presents the problem of crises, crisis experiences and coping strategies. One of the main problems that are directly related to mental health during a crisis and crisis experiences is a person's ability to address psychosocial needs and the ability to overcome external and internal difficulties. Coping strategy is a set of skills that are used to manage and control complex circumstances.

Keywords: crisis, crisis experiences, coping strategy

В современной науке проблема кризисных состояний личности представляет одну из ведущих. Количество ситуаций, которые негативно влияют на человека сегодня постоянно растет. Переживание проблемных и трудных ситуаций способно отразится на восприятии человеком окружающего мира и даже своего места в нем.

Кризис – это эмоционально-психологическая стрессовая ситуация, которая требует от человека за короткое время кардинально изменить свое представление о мире и о себе. Обычно пересмотр такого восприятия приводит к структурным изменениям в человеке, которые могут быть как положительными, так и отрицательными. Люди в кризисных состояниях не могут оставаться неизменными; другими словами, они не могут использовать знакомые, сформулированные категории или использовать знакомые модели адаптации для понимания своего нынешнего травматического опыта. Это довольно длинное определение дал известный психолог Г. Олпорт [1].

В качестве основных способов преодоления стрессовых, трудных ситуаций выделяют механизмы копинг-стратегии. Копинг – это поведенческие, эмоциональные, психологические и познавательные методы, стратегии сознательного поведения посредством которых человек справляется с жизненными трудностями. Проблема копинг-стратегий личности как способа совладания с трудными и стрессовыми ситуациями в психологии возникла во второй половине XX в. Копинг – это индивидуальный способ взаимодействия с ситуацией, который зависит именно от ситуации и ее значимости для самого человека, а также от его собственных возможностей.

Кризисные состояния возникают на фоне переживаний, превышающих существующие регуляторные способности человека по силе и продолжительности и приводящих к нарушению соматических, психофизиологических, психосоциальных механизмов адаптации. Кризисный опыт может способствовать возникновению аномалий и качественно изменить личность человека.

Исследование кризисных переживаний студентов приобретает особую актуальность, которая связана непосредственно с наложением одновременно кризиса перехода к взрослости и кризиса идентичности. Именно в этот период кризисные переживания могут быть усилены экзаменационной сессией, которая выступает мощнейшим стрессовым фактором. И, в этом случае, справиться с трудной жизненной ситуацией или стрессом помогают копинг-стратегии посредством адекватных личностных особенностей, осознанных действий и путем приспособления или преобразования ситуации [2].

Процесс приспособления к трудностям и их преодоление проходит следующим образом. Вначале совершается первичная оценка ситуации – соединение когнитивного процесса с эмоциональными компонентами. Далее идет оценка своих возможностей, вместе с поддержкой со стороны окружающих, и появление возможно новых стратегий поведения. Самой последней идет оценка проблемы, здесь включается новая постановка задачи или выбор более приемлемого поведения. Желанный исход наступает, если обстоятельства становятся благоприятными и комфортными для человека. При этом оценки взаимозависимы друг от друга, т.е. они могут переходить одна в другую или испытывать взаимное влияние.

Копинг-стратегии, которые выбирают молодые люди достаточно широко исследованы в научной литературе. Так, в своей работе Т.Л. Крюкова описывает копинг-стратегии, которые предпочитают выбирать молодые люди: профессиональная помощь, социальная поддержка, уход и игнорирование проблемы, беспокойство [3]. Также автор утверждает, что студенты в период стресса, вызванного экзаменами, используют, главным образом, эмоционально и проблемно фокусированные копинг-стратегии.

Р.А. Амасьянц также придерживается мнения, что молодые люди чаще всего используют эмоционально ориентированные копинг-стратегии [4]. Как правило, большинство людей склоняются к использованию активных проблемно-фокусированных стратегий таких, как поиск социальной поддержки и планомерное решение проблемы. В свою очередь, эмоционально-фокусированные стратегии (принятие ответственности, самоконтроль) применяются лишь в ситуациях, которые изменению не поддаются. В частности, девушки в сложных для себя ситуациях и при кризисных переживаниях за помощью обращаются к социальному окружению [5].

Т.Ю. Морозова, занимавшаяся исследованием динамики копинг-стратегий молодых людей в возрасте 17 лет, сделала вывод, что молодые люди, в первую очередь, используют в когнитивной и поведенческой сфере – адаптивные копинг-стратегии, а в эмоциональной, как адаптивные, так и неадаптивные [6]. При этом необходимо учитывать, что неадаптивные копинг-стратегии затрудняют процесс поиска конструктивного выхода из сложной ситуации.

С точки зрения З. Фрейда существует два способа преодоления тревожного состояния. Ситуацию взаимодействия с фактором, который вызывает переживания, он считал первым способом. В данном случае он выделял процесс осознания мотивов собственного поведения, преодоление возникающих препятствий. Второй способ представляется менее безопасным и надежным, он более пассивен и заключается в том, чтобы справиться с переживаниями и

тревожным состоянием посредством бессознательной деформации реальности, иными словами, посредством формирования механизма защиты.

Выбор конструктивных стратегий совладания с трудными ситуациями становится фактором, который определяет успешность развития личности, ее зрелость, целостность и устойчивость. Неспособность применения совладающего поведения вполне может стать причиной нарушений психологического здоровья человека. В большинстве случаев копинг понимается, как стратегия действий человека при решении сложной ситуации с использованием внутренних и внешних ресурсов. Основные факторы появления видов копинг – стратегий являются социальная активность, ориентация личности на эмоции, а также разум и логику. Естественно, можем полагать, что это и есть эффективность копинга и его полезность.

1. Пергаменщик Л.А. Кризисная психология. Мн. 2004. – 239 с.
2. Политова С. П. Кризисная ситуация как источник развития личности // Ученые записки Казанского государственного университета. – 2012. – Т. 150, № 3. – С. 41–49.
3. Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни. – Кострома: КГУ, 2010. – 294 с.
4. Амастьянц Р. А., Ефремова Д. Н. Психологические особенности совладающего поведения личности при деструктивных эмоциональных состояниях. – М.: Изд-во СГУ, 2014. – 239 с.
5. Ледовская Т. В., Резникова О. А. Динамика защитно-совладающего поведения студентов на разных курсах обучения // Ярославский педагогический вестник. – 2015. – № 4. – С. 194–200.
6. Крюкова Т. Л. Человек как субъект совладающего поведения // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29, № 2. – С. 88–95.

Несмеянова Е.И.

Формирование осмысленной миссии ВУЗа

*Казанский инновационный университет им. В.Г. Тимирязова
Набережночелнинский государственный педагогический университет
(Россия, Набережные Челны)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-149

Аннотация

В статье рассматривается процесс поиска смыслового понимания студентами «миссии вуза», посредством отработки мнений представителей двух групп 2-го и 3-го курсов. Тренинг показал, важность процесса «образовывания» студентов, необходимость их участия в научных форумах, формирование профессиональных компетенций и навыков, акцент на практику в процессе обучения. Студентам удалось сформулировать смысловое понимание миссии вуза и найти 4-й аспект миссии, который отражает их ожидания от вуза и требования рынка труда. В научном сообществе этот вопрос активно обсуждается, идёт поиск «миссии вуза».

Ключевые слова: осмысленность, коллективной выработки решений, миссия вуза, практическая и управленческая подготовка студентов, тесное взаимодействие предприятий и вузов.

Abstract

The article considers the process of finding the meaningful understanding of the “mission of the university” by the students by working out the opinions of the representatives of two groups of the 2nd and the 3rd course years. The training showed the importance of the process of student’ “forming”, the need for their participation in scientific forums, the formation of professional competencies and skills, the emphasis on practice in the learning process. The students were able to formulate a semantic understanding of the mission of the university and to find the 4th aspect of the mission, which reflects their expectations from the university and the requirements of the labor market. The scientific community is actively discussing this issue and is searching for the “mission of the university”.

Keywords: meaningfulness, collective decision making, mission of the university, practical and managerial training of students, close interaction between enterprises and universities.

Введение

В современных реалиях, человек во всём ищет СМЫСЛЫ! Шаблонное существование не создаёт новаций, не мотивирует на свершения. Хочется понимать – ради чего или кого мы что-то делаем и куда идём?

В газете «Ведомости» за 30.09.2020 г. выпуска, представлена статья «Три миссии университета», в ней авторы представили обзор основных проблем, стоящих перед вузами в современных условиях. Гришанков Д., Жердев Ф., Ходырев А. проанализировали исследования, которые проводятся независимым Московским международным рейтингом вузов «MosIUR», который публикуется с 2017 г. Данный рейтинг ведётся с поручения Президента РФ Путина В.В., курирует этот рейтинг Российский союз ректоров и Ассоциация составителей рейтингов. В нём заложены объективные показатели, отражающие основную миссию университета – роль не только в сфере образования и науки, но и во взаимодействии вуза с обществом. Авторы, по итогам материалов интервью с ректорами ведущих вузов, проведенных агентством RAEX и журналом «Стимул» обращают внимание на три важных аспекта миссии вуза:

- 1) тектонические сдвиги образования;
- 2) науке важно опереться на регионы;
- 3) общество как базис для университета [1].

По мнению проректора НИУ ВШЭ Валерии Касамара «вписывание университетов в региональную повестку развития, установление плотной коммуникации на уровне администраций субъектов РФ, регионального бизнеса, некоммерческого сектора и университетских команд является ключевым для успешного развития третьей миссии. Более того, в проекте новой программы стратегического академического лидерства «Приоритет-2030», разработанной Миннауки и ВО РФ, присутствует целый блок, связанный с третьей миссией. Студенческие команды – это результат кооперации университета, региональных властей и личной заинтересованности студентов. Трудно сказать, какой компонент преобладает в большей степени – в проекте всегда важна командная работа, поскольку без интереса одного из участников он вряд ли будет реализован. Каждая из сторон обладает своей экспертной позицией, осведомленностью о проблемах, потенциалом для их решения, и только при равной коммуникации их можно продуктивно совместить и получить качественный результат» [2].

Обзор литературы

В начале XX в. вопросы миссии вузов получили новый смысл в работах Х. Ортега-и-Гассет, Р.М. Хатчинса, К. Ясперса, С. Хука, Д. Белла. Развитие прагматической теории в образовании рассматривали: Ч. Пирса, У. Джемса и Д. Дьюи. Концепции «идеального университета», его роль и место в обществе сформулированы Т. Вебленом и А. Флекснером, Л. Мишедом. Проблемы возрастающей роли университета в развитии общества, возрастающее значение университетов для экономики: Б. Риддингсом, Р. Барнеттом, К. Керром, Р. Бауманом, Ю. Хабермасом. Роль университета в постиндустриальном обществе: Ф. Альтбаха, Ж. Деррида, Ж.Ф. Лиотара, Г. Маркузе, Т. Парсонса, Ж.П. Сартра, Дж. Салми, А. Турена, Г. Хаймпеля, М. Шелера. Предложили новые модели функционирования университетов: предпринимательский (Б. Кларк, А. Гибб, Д. Бронштейн), исследовательский (Ф. Альтбах), инновационный (Э. Дельбанко), корпоративный (Д. Роджеро). Вопросы взаимодействия университетов и общества рассматриваются с разных позиций: теории стейкхолдеров (Р. Фримен, Дж.Саваж, Т.Никс, Д. Харрисон, К. Джон, Р.Митчелл, Р. Эйгл, Д. Вуд); теории социальной ответственности (С. Ааронсон, С. Адамс, Р. Агилер, Д. Бенито, П. Друкер, Б. Корнелл, А. Мак Уильямс, Дж. Мун, С. Уильямс, С. Уэддок) [2].

Таким образом, можно утверждать, что вопросы миссии вуза вызвали споры, желание найти смыслы и обоснование затрат времени и ресурсов на образовательную деятельность.

Поиск смыслов образовательной деятельности имел чёткий посыл – как университету быть востребованными и полезными для общества?

Метод исследования

В этой связи, со студентами вуза был проведён тренинг на тему «Что мы вкладываем в понятие МИССИЯ вуза?». В процессе тренинга был применён «метод коллективной выработки решений», который состоял из следующей последовательности шагов:

1. Медиатор предлагает каждому участнику написать своё видение данного вопроса.
2. Объединиться в пары и вместо двух решений выработать одно.
3. Объединиться в четвёрки и вместо двух решений найти одно.
4. Разделиться на две группы и выработать одно общее решение. Это решение записывают на листе флипчарты.
5. Медиатор предлагает представителям от групп доложить о проделанной работе.
6. Медиатор просит группу рассчитаться на «1 и 2». Образовавшиеся группы начинают работать с теми «словами, которые были общими и подчёркнуты».
7. Медиатор просит группы ответить на вопросы: «есть ли отличия в формулировках?» и «если есть различия, то какое больше нравится, или можно взять за основу?».
8. Медиатор предлагает группе проголосовать: «насколько Вы согласны с этим решением?»

Материалы исследования

Технология проведения тренинга позволяет всесторонне обсудить поставленный вопрос и прийти к решению, которое будет устраивать всех участников. В процессе проведения тренинга группы сформулировали семь вариантов трактовок понятия «миссия вуза» (см. табл. 1).

В результате отработки ключевых слов у студентов получилась следующее: «миссия вуза заключается в передаче профессиональных знаний за счёт расширения границ, применения знаний на практике, приобретения профессиональных компетенций, развития коммуникативных навыков и творческого потенциала студентов. С целью становления новой личности, как специалиста, знающего что делать в жизни дальше, т.е.: как не стать бедным? Как не быть Индюком и найти в себе Фазана? Зачем нужен Дом и почему именно Сын и какое Дерево посадить?».

Таблица 1

Вариации понимания студентами 2-го курса понятия «миссия вуза».

№	Вариации	Ключевые слова
1	Сохранение и передача профессиональных знаний, увеличение качества и количества образованных, конкурентоспособных специалистов и развитие коммуникативных навыков студентов	профессиональных знаний, качества, конкурентоспособных специалистов, коммуникативных навыков
2	Открыть двери в мир с помощью развития социальных навыков, приобретение профессиональных компетенций, разностороннее развитие личности студентов	развития социальных навыков, приобретение профессиональных компетенций, разностороннее развитие личности студентов
3	Применение знаний, которые получают в вузе на практике, путём расширения границ знаний и обучения, становления новой личности, путём свободного творчества	знаний на практике, границ знаний, личности, творчества
4	Дать «школьникам-незнайкам» возможность получить статус в обществе и выбор профессиональной деятельности для построения карьеры	статус в обществе, выбор профессиональной деятельности, построения карьеры
5	Вуз должен расширять границы знаний, выпускать высококвалифицированных специалистов чтобы они в дальнейшем могли построить карьеру	границы знаний, высококвалифицированных специалистов, карьера
6	Повышение уровня образования с применением инновационных технологий, формирование у студентов коммуникативных навыков, развитие творческого	инновационных технологий, коммуникативных навыков, творческого потенциала, научных

	<i>потенциала, участие в научных форумах, выпуск специалистов, знающих что делать дальше в жизни</i>	<i>форумах, специалистов, знающих что делать дальше</i>
7	<p>1. Объяснить зачем нужно построить Дом? Почему нужно родить Сына? С какой целью вырастить Дерево?</p> <p>2. Институт - это не Вход, - это Выход из бедности!</p> <p>3. Институт может показать, как не быть Индюком в супе!</p> <p>4. Каждый институт желает показать вектор развития Фазана!</p> <p>5. Когда ты «пересолишь» борщ, нужно знать насколько ты переборщил!</p> <p>6. У института есть потребность, чтобы ты был в Моменте, в Ресурсе, на Паре!</p>	<p>зачем строить Дом? почему Сын? Какое вырастить Дерево? не Вход - Выход из бедности! как не быть Индюком в супе! показать вектор развития Фазана! нужно знать насколько ты переборщил! в Моменте, в Ресурсе, на Паре!</p>

Отработка данного метода со студентами 3-го курса позволила расширить спектр понимания миссии вуза. В результате коллективной работы студентов были предложены следующие вариации (см. табл. 2).

Таблица 2

Вариации понимания миссии вуза студентами 3-го курса.

<i>№</i>	<i>Вариации</i>	<i>Ключевые слова</i>
1	<i>За ограниченное время дать студенту возможность развить свои способности, приобрести новый опыт и навыки для дальнейшей профессиональной деятельности и жизни в целом, стать признанным в обществе, реализовать мечты, дать трамплин, раскрыться как личность, приобрести друзей, новые связи, наставника, близких по духу людей, остаться следом и незабываемым опытом в жизни каждого</i>	<i>развить способности, приобрести новый опыт и навыки профессиональной деятельности, признанным в обществе, реализовать мечты, дать трамплин, раскрыться как личность, приобрести друзей, новые связи, наставника, близких по духу людей, остаться следом и незабываемым опытом в жизни</i>
2	<p>1. Помочь студентам в развитии своих навыков.</p> <p>2. Набрать профессиональных преподавателей, которые смогут дать информацию в доступной форме и на жизненном примере.</p> <p>3. Давать студентам актуальную информацию.</p> <p>4. Объединить студентов по их интересам (внеучебные факультативы, кружки)</p>	<i>развитии навыков, профессиональных преподавателей, актуальную информацию, Объединить студентов по интересам</i>
3	<p>1. Социализация:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование связей с людьми со схожими интересами; - коммуникация с людьми разных возрастов и жизненных позиций; - настроить к активной жизни и работы в обществе. <p>2. Умение мыслить не стандартно.</p> <p>3. Первоначальные ЗУН (знания, умения и навыки) для становления успешной личности.</p>	<i>- формирование связей с людьми со схожими интересами; - коммуникация с людьми разных возрастов и жизненных позиций; - настроить к активной жизни и работы в обществе; - мыслить не стандартно; - ЗУН для становления успешной личности.</i>
4	<p>1. Возможность воплотить свои мечты.</p> <p>2. Знакомство с новыми людьми.</p> <p>3. Участвовать в студенческой жизни.</p>	<i>воплотить мечты, знакомство с новыми людьми, студенческой жизни</i>
5	<p>1. Обрести новые знакомства, улучшить навыки социализации.</p> <p>2. Студенты учатся дисциплине.</p>	<i>новые знакомства, навыки социализации, учиться дисциплине</i>
6	<i>Миссия вуза заключается в предоставлении качественных услуг образования, оптимизация и структурирование процесса обучения, формирование своей личности и развитие интересов для дальнейшей профессиональной деятельности</i>	<i>качественных услуг образования, оптимизация и структурирование процесса обучения, формирование личности и развитие интересов профессиональной деятельности</i>
7	<p>Сведение между собой определённой группы лиц для облегчения осуществления дальнейших планов и идей:</p> <p>1) укрепление межличностных отношений;</p>	<i>группы людей, разделение по интересам, объединение по темпераменту и характеру</i>

	2) первичное разделение на некие группы, по их интересам и направления обучения; 3) вторичное разделение по личным интересам; 4) предконечное объединение студентов по их интересам, темпераменту и характеру.	
8	Дать человеку возможность налаживать деловые связи, которые пригодятся ему в будущем, возможность заводить новые знакомства.	деловые связи, пригодятся в будущем, заводить новые знакомства
9	Создание собственного имиджа в процессе обучения, новые связи и знакомства, социализация в вузе	собственного имиджа, новые связи и знакомства, социализация

Все вариации понятия миссия вуза даны в редакции студентов. Из представленного в таблице 2 видно, что некоторые группы отработали понимание миссии вуза через общие фразы, и лишь немногим группам удалось найти понимание, в котором имеется смысловая нагрузка. Первая редакция получилась самая интересная, над ней работала одна студентка, поскольку при разделении группы, она не вошла ни в какую группу.

По итогам отработки ключевых слов получилось следующее понятие миссии вуза (в редакции студентов 3-го курса) (см. табл. 3). Таким образом, можно сравнить результаты работы двух групп над пониманием миссии вуза.

Таблица 3

Варианты понятия миссия вуза.

2-й курс	3-й курс
«миссия вуза заключается в передаче профессиональных знаний за счёт расширения границ, применения знаний на практике, приобретения профессиональных компетенций, развития коммуникативных навыков и творческого потенциала студентов. С целью становления новой личности, как специалиста, знающего что делать в жизни дальше, т.е.: Как не стать бедным? Как не быть Индюком и найти в себе Фазана? Зачем нужен Дом и почему именно Сын и какое Дерево посадить?».	«миссия вуза заключается в социализации людей со схожими интересами, способных мыслить не стандартно, ориентированных на формирование собственного имиджа, нового опыта профессиональной деятельности, чтобы иметь возможность налаживать деловые связи, реализоваться, раскрыться как личность, приобрести друзей, участвуя в студенческой жизни, оставить след в жизни каждого».

Из представленного в таблице 3 сложно сказать, чьё восприятие миссии вуза получилось осмысленным, поскольку оба варианта интересны и могут быть использованы вузом. Следовательно, проделанная работа студентами 2-го и 3-го курсов над поиском смысла в понятии «миссия вуза» позволила найти 4-й аспект миссии – как стать профессионалом, компетентным и востребованным на рынке труда региона.

Обсуждение

Насколько этот вопрос актуален для других вузов, и что по данному поводу пишут в научных статьях и важно ли это в современных реалиях? Лысенко Н.Н. в статье «Анализ организации взаимодействия предприятий-работодателей и вуза» утверждает, что «основными внешними потребителями услуг высших учебных заведений являются работодатели (предприятия, организации, органы государственной власти и др.), которые принимают на работу выпускников вузов и ожидают от них владения комплексом профессиональных компетенций, соответствующих требованиям развития инновационной модели экономики и общества» [4, с. 126].

Чумакова Е.В. также поддерживает важность 4-го аспекта миссии вузов, утверждая, что «важнейшим мероприятием в рамках проведения политики занятости должно стать четкое формирование процедуры взаимодействия вузов и работодателей, в первую очередь на региональном уровне. Это позволит снизить напряженность на рынке труда, сократить

безработицу, повысить эффективность функционирования предприятий и увеличить объем внутреннего регионального продукта» [5, с. 262].

Морозова Е.В. провела исследование ожиданий работодателей и руководителей вузов от системы подготовки специалистов в Кемеровской области, в котором участвовали 23 руководящих работника образовательных организаций высшего образования (ректоры всех семи государственных вузов Кемеровской области, 9 проректоров, 1 директор и 2 заместителя директора института-филиала российского вуза, 1 директор и 1 заместитель директора института-филиала регионального вуза, 2 бывших ректора вуза, на момент исследования ведущих активную образовательную и научную деятельность), с другой стороны, 63 представителя реального сектора экономики (43% опрошенных руководителей представляли ведущие отрасли Кузбасса – топливно-энергетический комплекс ТЭК), 30% – прочие производственные предприятия, включая строительство и сельское хозяйство, и 27% – организации, оказывающие различные услуги); 30% экспертов принадлежат к малому бизнесу, 32% – к среднему, 38% – к крупному [6, с. 70].

Как видно, выборка репрезентативная и её результаты могут быть признаны объективными. «Представители реального сектора экономики в первую очередь сетуют на недостаточную практическую и управленческую подготовку студентов, что обуславливает необходимость более тесного взаимодействия предприятий и организаций, с одной стороны, и образовательных учреждений, с другой, в деле подготовки высококлассных специалистов» утверждает Морозова Е.В. [6, с. 75].

Заключение

Тренинг, проведённый со студентами вуза ещё раз подтвердил актуальность для них профессиональной значимости подготовки специалистов в вузе. Руководители вузов должны обратить внимание на важность практической значимости образования и на возможности профессионального погружения студентов в реалии своей будущей профессии. Например: обучаясь по направлению «менеджмент организации» помимо основных знаний по экономике, маркетингу, бухгалтерскому учёту, управление проектами, управленческие решения, информационным технологиям и т.д., студентам важно формировать навыки коммуникабельности, поскольку это их основная компетентность. Будущие менеджеры должны уметь свободно общаться с разными людьми, ставить задачи персоналу, сплачивать коллектив, снимать конфликты, отрабатывать бизнес-модели с сотрудниками фирмы. Все эти умения и навыки они должны получить в вузе. Это возможно только при условии совмещения теории с практикой, имея возможность работать в реальном секторе экономики и учиться. Только тогда они могут быть готовыми к работе по выбранной профессии.

1. Гришанков Д., Жердев Ф., Ходырев А. Три миссии университета / Д. Гришанков, Ф. Жердев, А. Ходырев // Вестник. 2020 (30.09) [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://www.vedomosti.ru/society/articles/2020/09/29/841592-tri-missii>
2. Третья миссия актуальна для всех университетов без исключения. Интервью с Проректором НИУ ВШЭ Санкт-Петербурга, 17 мая, 2021 г. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://spb.hse.ru/news/470507644.html>
3. Социальная миссия федеральных университетов. Практики воспитательной работы: монография / С.Э. Сорокин, Е.А. Согурина. – Архангельск: Северный федеральный университет им. М.В. Ломоносова, 2020 – 430 с.
4. Лысенко Н.Н. Анализ организации взаимодействия предприятий-работодателей и вуза // Профессиональное образование в России и за рубежом. – 2015. – № 3 (19). – С. 125-129.
5. Чумакова Е.В. Взаимодействие вузов и работодателей: направления сотрудничества и проблемы развития / Е.В. Чумакова // Вестник ТвГУ. – 2014. – № 3. – С. 260-268.
6. Морозова Е.А. Взаимодействие вузов и работодателей как условие качественной подготовки выпускников: мнения экспертов / Е.А. Морозова // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2016. – № 1. – С. 70-76.

Степанова С.А., Смирнова О.Е., Блажевич Л.Е.

Перфекционизм и трудоголизм студентов Петрозаводского государственного университета как факторы возникновения синдрома эмоционального выгорания

*Петрозаводский государственный университет
(Россия, Петрозаводск)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-150

Аннотация

Цель статьи заключается в рассмотрении особенностей возникновения синдрома эмоционального выгорания у студентов Петрозаводского государственного университета. Для анализа факторов возникновения синдрома эмоционального выгорания была заложена многомерная шкала перфекционизма. Авторами данной шкалы являются П. Л. Хьюитт и Г. Л. Флетт. Так же в опрос были включены вопросы на выявление уровня продуктивности от Harvard Business Review.. С помощью этих методов были выявлены главные факторы возникновения стресса: перфекционизм и трудоголизм. Углубленное прочтение позволяет более полно выявить, что именно стресс, как первоисточник синдрома эмоционального выгорания оказывает влияние на психоэмоциональное состояние студентов разных возрастных групп Петрозаводского государственного университета.

Ключевые слова: стресс, эмоциональное выгорание, трудоголизм, перфекционизм.

Abstract

The purpose of the article is to consider the features of the occurrence of burnout syndrome among students of Petrozavodsk State University. To analyze the factors of the burnout syndrome, a multidimensional scale of perfectionism was laid. The authors of this scale are P. L. Hewitt and G. L. Flett. Also included in the survey were questions to identify the level of productivity from the Harvard Business Review. Using these methods, the main factors of stress were identified: perfectionism and workaholism. An in-depth reading allows you to more fully reveal that it is stress, as the primary source of the burnout syndrome, that affects the psycho-emotional state of students of different age groups at Petrozavodsk State University.

Keywords: stress, burnout, workaholism, perfectionism.

В наше время превосходящее большинство является пленниками рутины и даже не задумываются о том, на что они растрачивают свое драгоценное время. Бывает такое, что работа сначала перестает приносить удовольствие, после начинает раздражать – это и является первым симптомом эмоционального выгорания. Важно уметь абстрагироваться от рабочего процесса и перестать мириться с появившимся дискомфортом на начальных стадиях, разобравшись в причинах его появления. Поскольку подобный образ жизни забирает огромное количество энергии, не говоря уже о затраченных моральных и физических ресурсах. Согласно утверждениям психологов, симптомы эмоционального выгорания не являются врожденной патологией и появляются у людей со здоровой психикой, как результат несоответствия между целями и желаниями работающего, а так же условиями при которых задумка может быть реализована. Вероятней всего истинный трудоголик, заметив у себя эти признаки, все равно будет продолжать работать, поскольку испытывает чувства стыда в отсутствии занятости и не умеет отдыхать, а так же не способен получать удовольствие от обычных вещей. Все это ведет к возникновению напряжения и стресса. В этом случае расслабляющие методики, такие как прогрессивная мышечная релаксация (ПМР), аутогенная тренировка, абдоминальное дыхание, медитация, физиотерапия, будут малоэффективны. Необходимы более радикальные действия.

К эмоциональному выгоранию могут привести внутренние факторы: заниженная самооценка, недостаток финансовой составляющей, большое количество рабочих обязательств, перфекционизм, отсутствие взаимопонимания в коллективе и нереалистичные планы. Все это в совокупности вызывает у человека беспокойство и недовольство собственным трудом, влияет на общий уровень работоспособности, когнитивные функции и вербальные навыки. В связи с

чем появляются следующие признаки эмоционального выгорания: полное безразличие, как к себе, так и к коллегам, искаженное восприятие работы, а именно склонность к негативному оцениванию показателей собственного труда и недооценивание своих способностей, переутомление из-за растрачивания огромного количества сил и времени на реализацию своей деятельности. Бывает такое, что причиной эмоционального выгорания являются внешние факторы, например неприятности на работе, плохие взаимоотношения с коллективом, неудобное рабочее место, важно сделать самоанализ, услышать свой внутренний голос, проанализировать желания и цели.

Поэтому, цель данного исследования - выявить наличие перфекционизма и трудоголизма как фактора возникновения синдрома эмоционального выгорания студентов Петрозаводского государственного университета.

Исходя из поставленной цели были определены следующие задачи исследования:

- 1) Выявить, что именно влияет на возникновение синдрома эмоционального выгорания студентов 1, 2, 3 и 4-го курсов Петрозаводского государственного университета;
- 2) Обобщить полученный результат и выявить общий уровень перфекционизма и трудоголизма студентов Петрозаводского государственного университета.

Материалы и методы

Исследование проводилось среди студентов института физической культуры, спорта и туризма и студентов института педагогики и психологии Петрозаводского государственного университета на разных этапах обучения: 1, 2, 3, 4 курсы. Количество принявших участие в исследовании студентов составило 80 человек. Большое количество респондентов в возрасте от 17 до 22 лет, из них 10 % (n=8) – юноши, 90% (n=72) – девушки. С целью выявления трудоголизма и перфекционизма как фактора эмоционального выгорания был проведен социологический опрос в тестовой форме. Тест состоит из 53 вопросов. В основу теста, была заложена многомерная шкала перфекционизма. Авторами данной шкалы являются П. Л. Хьюитт и Г. Л. Флетт. Так же в опрос были включены вопросы на выявление уровня продуктивности от Harvard Business Review.

Результаты и их обсуждение

В ходе исследования выяснилось, что превосходящее количество респондентов – 61 (76,25%) не могут расслабиться, пока не доведут собственную работу до совершенства, а 50 человек (62,5%) утверждают, что их главная цель – быть совершенным во всем, что они делают. Однако при этом 58 студентов отмечают, что в общении с близкими успешность товарища для них не имеет значения. Так же 54 человека согласны с тем, что их не раздражают окружающие люди, работающие не в полную силу. Большинство опрошенных склонны к перфекционизму и трудоголизму направленному исключительно на себя и никак не затрагивают окружающих людей. Это подтверждают следующие статистические данные: для 62 (77,5%) человек важно, чтобы каждая новая начинание заканчивалось удачей, а 58 (72,5%) респондентов реагируют агрессивно, когда обнаруживают ошибки в своей работе, 57 (71,24%) опрошенных считают, что должны работать в полную силу, невзирая на плохое самочувствие. Многие студенты – 63 (78,75) человека осознают, что очень требовательны к себе, но наряду с этим 62 (77,5%) из них считают, что всегда должны быть успешными в любой сфере деятельности, как в учебе, так и в работе. Кроме того, 56 человек (70%) работают дома и во время отпуска, а 52 (65 %) думают о работе во время отдыха или перед сном, 53 (66,3 %) откладывают приемы пищи из-за работы, 60 (75 %) подстраивают свою жизнь под работу. Почти половина опрошенных - 37 (46,3%) испытывают стыд во время отдыха и желают заняться полезным делом, а так же воспринимают ошибки и неудачи на работе, как личное поражение. Чуть больше половины студентов - 44 (55%). чувствуют угнетенность и апатию.

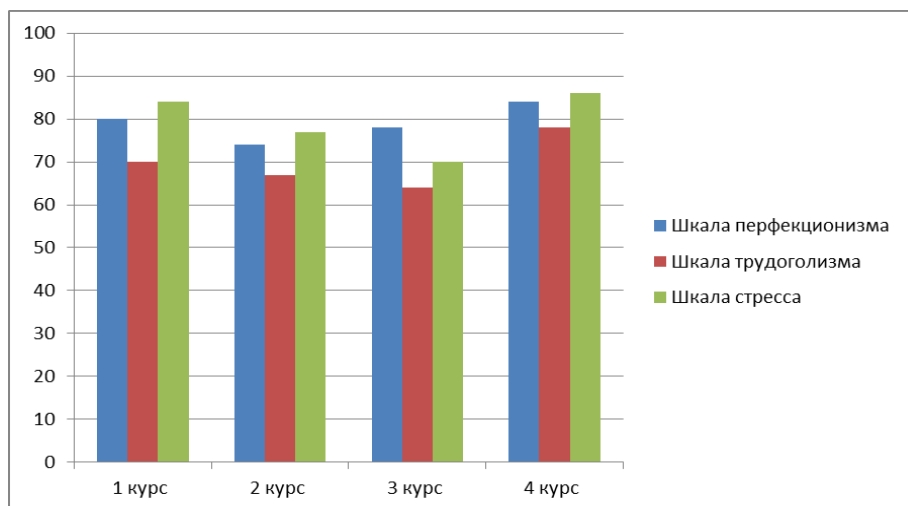


Рисунок 1. Анализ влияния перфекционизма и трудоголизма на возникновения синдрома эмоционального выгорания студентов 1-го, 2-го, 3-го и 4-го курса Петрозаводского государственного университета.

Исходя из представленных табличных данных, можно заметить, что студенты 1 и 4 курса наиболее подвержены стрессу, который является одним из первых факторов возникновения синдрома эмоционального выгорания, так же у студентов этих двух категорий наиболее сильно выражена склонность к перфекционизму и трудоголизму. Студенты 3 курса наименее сильно подвержены синдрому эмоционального выгорания, однако их показатели наряду с остальными респондентами выше 60%, а значит выше среднего.

Можно сделать общий вывод по проделанной работе, что при обработке и интерпретации результатов теста выяснилось, что студенты 1, 2, 3, 4 курса, имеют достаточно серьезные проблемы и очень близки к эмоциональному выгоранию. Из положительного хочется отметить высокую работоспособность, несмотря на высокий уровень стресса. Можно заключить, что на студентов разных возрастных групп по-разному подвержены влиянию перфекционизма и трудоголизма.

1. Апчел, В. Я. Стресс и стрессоустойчивость человека / В. Я. Апчел, В. Н. Цыган. – СПб., 1999. – 86 с.
2. Бойко, В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В.В. Бойко. СПб.: Питер, 1999. 105 с
3. Форманюк, Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» // Вопросы психологии, 1994. № 6. С. 54-67.
4. Ловаков, А. В. Трудоголизм: понятие, методики измерения, предикторы и последствия // Организационная психология, 2012. Т 2. №4. С. 28-42.

Степанова С.А., Смирнова О.Е., Блажевич Л.Е.
Психоэмоциональное состояние в стрессовых ситуациях студентов
Петрозаводского государственного университета

Петрозаводский государственный университет
(Россия, Петрозаводск)

doi: 10.18411/trnio-05-2023-151

Аннотация

Цель статьи заключается в рассмотрении особенностей психоэмоционального состояния студентов в стрессовых ситуациях. Для анализа уровня стресса использовались «Шкала психологического стресса PSM 25» (адап. Н.Е. Водопьяновой), «Шкала оптимизма и активности AOS» (адап. Н.Е. Водопьяновой), опросник «Проактивное совладающее поведение» (PCI, адап. Старченковой Е.С.) и опросник эмоционального интеллекта «ЭМИн» (Д.В. Люсин). С помощью этих методов были выявлены общий уровень стресса, испытываемый студентами, регулярные недомогания и перепады настроения. Углубленное прочтение позволяет более

полно выявить, что именно оказывает влияние на психоэмоциональное состояние студентов разных возрастных групп Петрозаводского государственного университета.

Ключевые слова: стресс, психоэмоциональное состояние, перепады настроения, регулярные недомогания.

Abstract

The purpose of the article is to consider the features of the psycho-emotional state of students in stressful situations. To analyze the level of stress, we used the PSM 25 Psychological Stress Scale (adapted by N.E. Vodopyanova), the AOS Optimism and Activity Scale (adapted by N.E. Vodopyanova), the Proactive Coping Behavior questionnaire (PCI, adapt. Starchenkova E.S.) and the questionnaire of emotional intelligence "EmIn" (D.V. Lyusin). Using these methods, the general level of stress experienced by students, regular ailments and mood swings were revealed. An in-depth reading allows you to more fully identify what exactly affects the psycho-emotional state of students of different age groups of Petrozavodsk State University.

Keywords: stress, psycho-emotional state, mood swings, regular ailments.

В последние несколько десятилетий человечество все больше стало замечать весомую значимость влияния стресса на собственное психоэмоциональное состояние. Как говорил Г. Селье, стресс - это неспецифическая реакция организма в ответ на любое неблагоприятное воздействие. Таким образом, в случае опасности в организме человека происходит целый комплекс изменений: начиная от резкого повышения давления, учащения пульса и сердцебиения, увеличения уровня адреналина в крови и заканчивая расширением кровеносных сосудов, что в совокупности приводит к возрастанию интенсивности деятельности мозга и мышечного аппарата. Кроме того, стресс является одним из факторов интенсивного старения, поскольку провоцирует необратимые изменения в биохимических процессах и обуславливает старение тканей. Человеческое тело чутко реагирует на эмоции. Психоэмоциональные состояния – это особая форма психических состояний человека с преобладанием эмоционального реагирования по типу доминанты. Проще говоря, это эмоциональная реакция человека на какое-то происшествие, ситуацию или действие другого человека. Последствиями нестабильного психоэмоционального состояния могут выступать нарушения в работе любых органов. В желудочно-кишечной системе: стресс часто ведет к хроническим расстройствам желудка, язвам пищеварительного тракта «нервным» болям в животе, а в сердечно-сосудистой системе основными проявлениями стресса являются частые боли в области грудной клетки, различные нервные зажимы. На кожу стресс оказывает довольно видимое влияние: может вызвать появление прыщей, покраснение кожи, а в острой форме это может привести к экземе и другим тяжелым заболеваниям кожных покровов.

Согласно исследованию ВЦИОМа, с возрастом стрессоустойчивость возрастает. По данным исследования, молодые люди испытывают стресс гораздо чаще пожилых — 79% против 42%. Стресс, испытываемый студентами, оказывает влияние на обучении, затрагивая процесс переработки, приобретения и применения знаний, что препятствует академической успеваемости. Академические задолженности создают чувство дискомфорта, в результате чего общий стресс усиливается.

Все эти факторы в совокупности способны оказать воздействие на общее состояние организма и в противном случае привести к развитию серьезных болезней или летальному исходу.

Поэтому, цель данного исследования - проанализировать факторы, влияющие на психоэмоциональное состояние в стрессовых ситуациях студентов Петрозаводского государственного университета разных возрастных групп и полов.

Исходя из поставленной цели были определены следующие задачи исследования:

- 1) Выявить, что именно влияет на психоэмоциональное состояние студентов с 1-го по 4-го курс обучения Петрозаводского государственного университета;

- 2) Обобщить полученный результат и выявить общий уровень стресса и уровень стабильности психоэмоционального состояния студентов Петрозаводского государственного университета.

Материалы и методы

Исследование проводилось среди студентов института педагогики и психологии и студентов института физической культуры, спорта и туризма Петрозаводского государственного университета на разных этапах обучения: 1, 2, 3, 4 курсы. Количество принявших участие в исследовании студентов составило 78 человек. Большое количество респондентов в возрасте от 17 до 22 лет, из них из них 11,5% (n=9) – юноши, 88,5 % (n=69) – девушки. С целью выявления факторов, влияющих на психоэмоциональное состояние студентов в стрессовых ситуациях был проведен социологический опрос в тестовой форме. Тест состоит из 62 вопросов. В основу теста, помимо анализа многочисленных статей о психоэмоциональном состоянии, стрессовых факторах и особенностях психики юношеского возраста были заложены: «Шкала психологического стресса PSM 25» (адап. Н.Е. Водопьяновой), «Шкала оптимизма и активности AOS» (адап. Н.Е. Водопьяновой), опросник «Проактивное совладающее поведение» (PCI, адап. Старченковой Е.С.) и опросник эмоционального интеллекта «ЭМИн» (Д.В. Люсин)

Результаты и их обсуждение

В ходе исследования выяснилось, что ровно 50% опрошенных (39 человек) наблюдают у себя потерю аппетита или переедание, 43 (55,1%) респондента имеют трудности с принятием решений, 34 человека (43,6%) отмечают у себя появления приступов гнева и увеличение общего уровня раздражительности. Так же 35 студентов (44,9 %) замечают в себе эмоциональную равнодушие, а наряду с этим 32 респондента (41%) наблюдают у себя снижение самооценки, появление чувства вины или недовольства собой или собственной работой. Как можно заметить, стресс активно влияет на эмоциональную стабильность студентов Петрозаводского государственного университета. На ментальную составляющую стресс оказывает равно такое же воздействие, как и на физическое состояние организма: 31 (39,7%) опрошенных наблюдают у себя сниженный иммунитет, частые недомогания, а так же студентов этой группы внезапно бросает то в жар, то в холод. 42 (53,9%) человека регулярно чувствуют усталость, испытывают головные боли и тяжело воспринимают информацию, обработка которой не вызывала раньше трудностей.

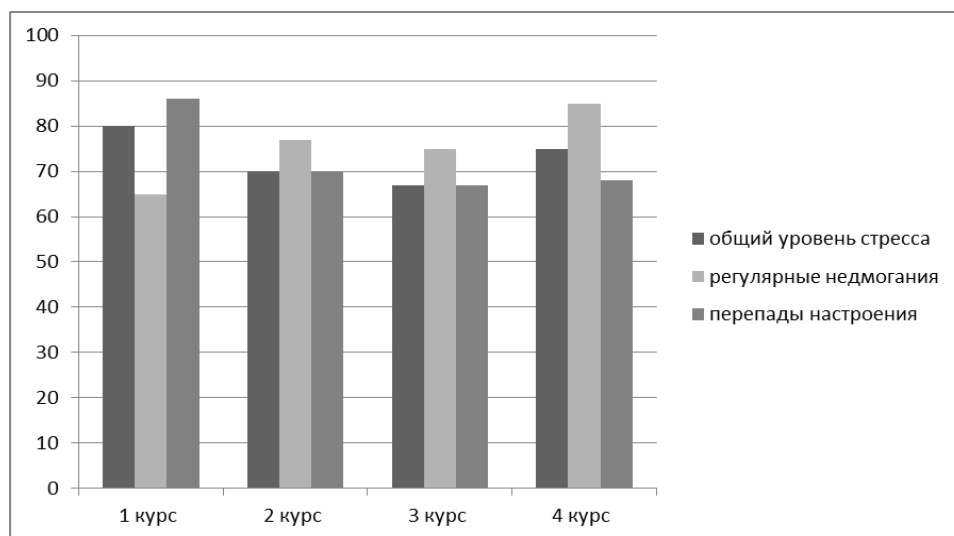


Рисунок 1. Психоэмоциональное состояние студентов 1-го, 2-го, 3-го, 4-го курса Петрозаводского государственного университета.

Из диаграммы видно, что студенты разных возрастных групп по-разному подвержены влиянию стресса. Общий уровень стресса наиболее сильно выражен у студентов 1 курса, так же, как и перепады настроения, что связано, предположительно, с переходом на новый

жизненный этап. Однако, у студентов 1 курса значительно ниже показатель регулярных недомоганий в соотношении с остальными студентами. У студентов 2 и 3 курса уровень психоэмоционального состояния примерно в одном процентном соотношении, но показатели общего уровня стресса, регулярных недомоганий и перепадов настроения находятся в категории выше среднего. У 4 курса самый высокий уровень регулярных недомоганий.

Исходя из всего вышеперечисленного, можно сделать вывод, что студенты разных возрастных групп Петрозаводского государственного университета подвержены стрессу выше нормы и наряду с этим в разной степени имеют различные недомогания, проблемы со здоровьем и эмоциональную нестабильность.

1. Бодров, В. А // Психологический стресс: развитие и преодоление. М., 2006. С. 16–34
2. Бодров, В. А. // Система психической регуляции стрессоустойчивости человека-оператора // Психологический журнал. М., 2000. Т. 21. № 4. С. 32–44
3. Кутбиддинова, Р. А. // Психология стресса (виды стрессовых состояний, диагностика, методы саморегуляции) : учебнометодическое пособие / Р. А. Кутбиддинова. – Южно-Сахалинск : СахГУ. М., 2019. С. 1- 124.
4. Апчел, В. Я. // Стресс и стрессоустойчивость человека / В. Я. Апчел, В. Н. Цыган. – СПб., 1999. С. 1– 86 .

Тагирова Р.А., Ялаева М.С.
Рефлексия в обучении

*ЧГУ имени А.Х. Кадырова
(Россия, Грозный)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-152

Аннотация

В данной статье рассматривается, как проведение рефлексии влияет на мотивацию студентов. Приведен конкретный пример того, как проведение рефлексии может помочь ученику улучшить свои навыки письма. В целом, статья подчеркивает важность рефлексии в процессе обучения и настоятельно рекомендует педагогам включать ее в свои практики обучения.

Ключевые слова: рефлексия, обучение, мотивация, ученики, уроки, навыки, сильные стороны, слабые стороны, ошибка, исправление, улучшение.

Abstract

This article examines how conducting reflection affects students' motivation. A specific example is given of how conducting reflection can help a student improve their writing skills. Overall, the article emphasizes the importance of reflection in the learning process and strongly recommends that educators incorporate it into their teaching practices.

Keywords: reflection, education, motivation, students, lessons, skills, strengths, weaknesses, mistake, correction, improvement.

Введение. Рефлексия - это процесс осмысления и оценки своих действий, мыслей и переживаний. Этот процесс позволяет человеку осознать свои ошибки и недостатки, а также найти способы их преодоления и улучшения. Рефлексия играет важную роль в обучении и развитии личности, поскольку помогает студентам анализировать свой опыт и учиться на нем. В данной статье мы рассмотрим рефлексю в обучении более подробно и описываем ее значение и преимущества для учащихся.

Основная часть

Рефлексия в обучении - это процесс, который позволяет студентам анализировать свой опыт обучения и развития, выявлять свои проблемы и недостатки и определять способы их преодоления. Рефлексия позволяет учащимся принимать активное участие в своем процессе обучения и быть более ответственными за свои результаты [4, с. 80].

Одним из основных преимуществ рефлексии в обучении является то, что она помогает учащимся развивать навыки самоанализа и самооценки. Это позволяет им более глубоко понимать свой уровень знаний и умений, а также определять свои слабые места и сильные стороны. Благодаря этому студенты могут сосредоточиться на своих слабых сторонах и разработать стратегии для их усиления. Давайте рассмотрим пример, чтобы проиллюстрировать это преимущество. Допустим, студент хочет улучшить свои результаты по математике. Он начинает процесс рефлексии, задавая себе следующие вопросы: какие темы по математике я понимаю хорошо, а какие темы мне сложны? Как я могу улучшить свои знания в сложных темах? Как я могу организовать свое время и ресурсы, чтобы достичь лучших результатов?

Путем анализа своих ответов на эти вопросы студент может выявить свои слабые места и разработать план действий для улучшения своих результатов. Например, если студент понимает, что он плохо разбирается в теме геометрии, то он может найти дополнительные учебные материалы по этой теме и посвятить больше времени ее изучению. Он также может обратиться за помощью к учителю или преподавателю, чтобы получить дополнительную поддержку и советы.

В результате процесса рефлексии студент будет более осознанным и ответственным в своем процессе обучения, что в свою очередь может привести к улучшению его результатов и увеличению его мотивации и уверенности в своих способностях.

Схема самоанализа может включать следующие шаги:

1. Определите цель анализа: определите, что вы хотите проанализировать и почему.
2. Соберите данные: соберите информацию о своих действиях, мыслях и эмоциях во время выполнения задания или урока.
3. Анализируйте данные: изучите собранные данные, идентифицируйте свои сильные и слабые стороны, а также то, что можно улучшить.
4. Сделайте выводы: сделайте выводы на основе полученной информации, определите, что вы можете сделать, чтобы улучшить свои результаты.
5. Разработайте план действий: на основе своих выводов разработайте план действий, который поможет вам достичь своих целей.

Эти шаги могут варьироваться в зависимости от конкретной ситуации и цели анализа, но в целом схема самоанализа поможет вам лучше понять свои сильные и слабые стороны, определить, что можно улучшить, и разработать стратегии для достижения своих целей [5, с. 131].

Рефлексия также позволяет учащимся развивать критическое мышление, которое является ключевым навыком в современном обществе. Путем анализа своего опыта и принятия обоснованных выводов учащиеся учатся критически мыслить и принимать взвешенные решения. Примером критического мышления может служить ситуация, когда ученик анализирует результаты своего теста по математике. Вместо того, чтобы просто принять свой результат, ученик может задаться вопросом: "Почему я получил такой результат?". Он может провести анализ своих ошибок и понять, что его слабое место - это решение уравнений с использованием дробей. Затем ученик может попросить помощи у своего учителя или использовать дополнительные ресурсы, чтобы улучшить свои навыки в этой области. В результате он может улучшить свой результат в следующем тесте и в будущем стать более уверенным в своих знаниях и умениях.

В этом примере мы видим, как рефлексия и критическое мышление могут помочь студенту анализировать свой опыт, выявлять свои слабые стороны и разрабатывать стратегии улучшения своих результатов. Кроме того, критическое мышление может помочь ученикам более глубоко понимать материал, выявлять свои предположения и проверять их на основе фактов и доказательств. Это важный навык, который будет полезен не только в учебе, но и в будущей жизни и карьере.

Кроме того, рефлексия в обучении способствует развитию саморегуляции и самоконтроля. Она помогает учащимся разработать стратегии менеджмента своих результатов, а также более эффективно использовать свое время и управлять своей энергией и ресурсами.

Во-первых, когда студенты рефлектируют над своими достижениями и успехами, они чувствуют удовлетворение от своих усилий и получают дополнительную мотивацию для дальнейших усилий. Они осознают, что их труд не прошел зря и что они способны добиваться результатов. Это может привести к повышению самооценки и уверенности в своих способностях, что, в свою очередь, мотивирует студентов на дальнейшие усилия [2, с. 97].

Во-вторых, рефлексия помогает студентам осознать свои слабые стороны и недостатки, что может стать источником мотивации для улучшения. Когда студенты видят, что они не могут справиться с некоторыми заданиями или проблемами, они могут почувствовать желание улучшить свои навыки и знания, чтобы преодолеть эти трудности. Рефлексия может помочь им понять, какие конкретно умения им нужно развивать, и где они могут получить дополнительную поддержку и помощь.

Допустим, ученик получил задание написать эссе на тему "Зачем нужно изучать иностранные языки?". После того, как он завершил задание, он может провести рефлексию, чтобы понять, какие уроки он извлек из процесса написания эссе, и как он может улучшить свои навыки в будущем.

В ходе рефлексии ученик может задать себе следующие вопросы:

- Что я узнал из написания этого эссе?
- Как я могу улучшить свои навыки письма?
- Какие сильные стороны моего эссе?
- Какие слабые стороны моего эссе?
- Какие изменения я могу внести, чтобы улучшить свое эссе?
- Что я могу сделать, чтобы убедиться, что я не допускаю тех же ошибок в будущем?

В результате рефлексии, ученик может осознать, что его сильные стороны - это ясность и краткость изложения мыслей, а слабые стороны - это отсутствие определенной структуры в эссе и орфографические ошибки. Он может решить, что ему необходимо работать над своей способностью организовывать свои мысли и писать эссе в соответствии с определенной структурой, и обратить внимание на правильное написание слов [3, с. 114].

Таким образом, проведение рефлексии помогает ученику определить свои сильные и слабые стороны, и понять, какие уроки он может извлечь из своих ошибок, чтобы улучшить свои навыки в будущем. Это может стать источником мотивации для ученика, чтобы продолжать работать над своими навыками письма, и в итоге стать более компетентным писателем.

Заключение. Рефлексия играет важную роль в обучении и развитии личности. Она помогает студентам анализировать свой опыт и учиться на нем, развивать навыки самоанализа и самооценки, критического мышления, саморегуляции и самоконтроля, а также становиться более мотивированными, заинтересованными, самостоятельными и ответственными.

Рефлексия может быть включена в процесс обучения с помощью различных методов, таких как регулярные дневники, обратная связь от преподавателя или коллег, групповые обсуждения и т.д. Важно также, чтобы учащиеся понимали, что рефлексия - это не только процесс выявления ошибок и недостатков, но и поиск путей для их преодоления и улучшения. Рефлексия должна быть положительной и конструктивной, чтобы студенты могли расти и развиваться, а не терять мотивацию и уверенность в своих способностях.

1. Абдуллина, Л. Рефлексия как средство повышения качества профессиональной деятельности педагога // Вестник Челябинской государственной академии культуры и искусств. - 2014. - №2. - С. 68-73.
2. Байдак, Ю.А. Рефлексивные технологии в обучении: теоретический аспект // Педагогический журнал. - 2016. - №4. - С. 48-54.

3. Васильева, Л.А. Рефлексивный подход в обучении как средство повышения качества образования // Вестник Российского государственного профессионально-педагогического университета. - 2018. - №1. - С. 62-68.
4. Голубкова, И.В. Использование рефлексии в обучении как способ развития учебной мотивации // Педагогическое образование в России. - 2015. - №5. - С. 29-34.
5. Игнатенко, И.Н. Рефлексивное обучение как педагогическая технология // Образование и наука. - 2017. - №3. - С. 89-93.
6. Калинина, О.С. Рефлексия в профессиональном образовании: теоретические и методические аспекты // Педагогика. - 2016. - №2. - С. 45-50.

Фёдорова А.А., Валова Т.А.

Особенности представлений о семье и семейных ролях у юношей тюркского и славянского этносов

*Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова
(Россия, Абакан)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-153

Аннотация

В статье рассматриваются особенности представлений о семейных ролях на современном этапе развития общества. Представлены результаты исследования распределения ролей в семье у юношей тюркского и славянского этносов. В качестве диагностического инструментария используется методика А. Н. Волковой «Распределение ролей в семье». Подтверждается гипотеза о наличии различий в представлениях тюркских и славянских юношей о семейных ролях.

Ключевые слова: этнопсихология, семейные роли, распределение ролей в семье, юношеский возраст, тюркский этнос, славянский этнос.

Abstract

The article deals with the peculiarities of ideas about family roles at the present stage of development of society. The results of the study of the distribution of roles in the family among young men of the Turkic and Slavic ethnic groups are presented. As a diagnostic tool, the method of A. N. Volkova "Distribution of roles in the family" is used. The hypothesis that there are differences in the ideas of Turkic and Slavic youths about family roles is confirmed.

Keywords: ethnopsychology, family roles, distribution of roles in the family, adolescence, Turkic ethnicity, Slavic ethnicity.

На протяжении многих столетий семья занимает важнейшее место в системе жизненных ценностей человека. Она является уникальным социальным институтом, участвующим в формировании личности, традиций, различного рода отношений.

Однако, на современном этапе развития общества, семья претерпевает значительные изменения (распространяются новые формы полоролевого и межпоколенного взаимодействия, увеличивается возраст вступления в брак, растёт количество разводов, снижается рождаемость). Одной из таких сторон, подвергшихся изменению, является представление о семье и семейных ролях [3]

Особенно остро данные изменения проявляются у юношей, являющихся представителями различных этносов, т.к. этнополоролевые стереотипы (в контексте семейных ролей) изучены на наш взгляд недостаточно.

Между тем, изучение особенностей представлений о семье и семейных ролях, а также содержания полоролевых стереотипов у представителей разных этносов имело бы большое значение для улучшения межэтнического взаимодействия, понимания проблематики брачной-семейных трудностей, формирования условий воспитания и социализации того или иного этноса [2]

Таким образом, изучение представлений о семье и семейных ролях в контексте влияния на них этнической принадлежности, а в частности особенностей представлений о семье и

семейных ролях юношей тюркского этноса является актуальной, однако недостаточно изученной проблемой.

В качестве **объекта данного исследования выступают** представления о семье и семейных ролях.

Предметом исследования являются особенности представлений о семье и семейных ролях у юношей тюркского этноса.

Гипотеза исследования предполагает, что:

1. Представления о семье и семейных ролях у юношей тюркского этноса (неженатых и женатых) будут отличаться от представлений о семье и семейных ролях у юношей славянского этноса (неженатых и женатых), в показателях указывающих на традиционные представления о семье (воспитание детей, ведение быта, воспитание детей и т.д.).

Основными задачами исследования стали:

1. Выявление особенностей представлений о семье и семейных ролях у юношей тюркского этноса;
2. Выявление особенностей представлений о семье и семейных ролях у юношей славянского этноса;
3. Сравнение результатов исследования представлений о семье и семейных ролях у юношей тюркского и славянского этносов.

Методологическая основа исследования: концепция о семье и семейных ролях Л. Я. Гозмана, Ю. Е. Алёшиной (1987 г) [1].

В исследовании были использованы следующие методы:

1. Эмпирические:
 - 1.1. Методика «Распределение ролей в семье» Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, Е. М. Дубовская (1987 г);
2. Методы математической статистики:
 - 2.1. Пакет программ IBM SPSS Statistics 22.0, однофакторный дисперсионный анализ.

Выборка исследования: в эмпирическом исследовании приняли участие 60 юношей в возрасте от 17 до 25 лет, проживающих на территории Республики Хакасия, распределённые нами в четыре группы: группа 1 – юноши тюркского этноса неженатые, 2 – юноши тюркского этноса женатые, 3 – юноши славянского этноса неженатые, 4 – юноши славянского этноса женатые. Средний возраст юношей тюркского этноса составил 21 год. Средний возраст юношей славянского этноса составил 22 года.

Результаты исследования распределения ролей в семье (Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, Е. М. Дубовская) выявили значимые различия в распределении ролей в семье между всеми четырьмя группами.

Между неженатыми (1 группа) и женатыми (2 группа) юношами тюркского этноса выявлены различия в воспитании детей ($p=0,001$), роли ответственного за эмоциональный климат в семье ($p=0,043$). У неженатых юношей тюркского этноса по сравнению с женатыми юношами тюркского этноса, роль воспитателя детей, ответственного за эмоциональный климат в семье реализуется женой, у женатых юношей тюркского этноса – совместно супругами. Предполагаем, что данные результаты связаны с традиционными представлениями неженатых юношей тюркского этноса и отсутствием у них брачного опыта.

Между неженатыми юношами тюркского (группа 1) и неженатыми юношами славянского (группа 3) этносов различия выявлены в реализации роли воспитателя детей ($p=0,003$). У неженатых юношей тюркского этноса воспитание детей реализуется женой, у неженатых юношей славянского этноса – совместно обоими супругами. Данный различия предположительно связаны с теми же особенностями что были обозначены нами выше.

Выявлены различия между неженатыми юношами тюркского (группа 1) и женатыми юношами славянского (группа 4) этносов в организации развлечений ($p=0,001$), роли хозяина/хозяйки ($p=0,001$), в роли ответственного за эмоциональный климат в семье ($p=0,002$).

У женатых юношей славянского этноса роль организатора развлечений, роль хозяина/хозяйки, реализуется женой, роль ответственного за эмоциональный климат в семье – совместно обоими супругами. Предполагаем, что данные результаты связаны с традиционными представлениями женатых юношей славянского этноса об этих семейных ролях и более эгалитарным представлением у неженатых юношей славянского этноса о семейных ролях.

Различия между женатыми юношами тюркского (группа 2) и женатыми юношами славянского (группа 4) этносов были выявлены в организации развлечений ($p=0,001$), роли хозяина/хозяйки ($p=0,001$). У женатых юношей тюркского этноса организация развлечений и роль хозяина/хозяйки реализуется обоими супругами, у женатых юношей славянского этноса – женой. юношей тюркского этноса – совместно супругами. Предполагаем, что данные результаты связаны с традиционными представлениями неженатых юношей тюркского этноса и отсутствием у них брачного опыта.

Выявлены различия между неженатыми юношами (группа 3) и женатыми юношами славянского (группа 4) этноса в организации развлечений ($p=0,001$), роли хозяина/хозяйки ($p=0,001$), сексуального партнёра ($p=0,001$). У неженатых юношей славянского этноса роль организатора развлечений, роль хозяина/хозяйки реализуются обоими супругами, у женатых юношей славянского этноса – женой. Супругом у женатых юношей славянского этноса реализуется роль сексуального партнёра. В представлении неженатых юношей славянского этноса данная роль должна реализовываться обоими супругами. Предполагаем, что данные результаты связаны с традиционными представлениями женатых юношей славянского этноса об этих семейных ролях.

В роли ответственного за материальное обеспечение семьи, значимых различий выявлено не было.

Таким образом, проведенное исследование показало, что представления о семье и семейных ролях отличаются в каждой группе юношей, а именно:

1 группа и 2 группа – выявлены различия в воспитании детей ($p=0,001$), роли ответственного за эмоциональный климат в семье ($p=0,043$). У неженатых юношей тюркского этноса – роль воспитателя детей, ответственного за эмоциональный климат в семье реализуется женой, у женатых юношей тюркского этноса – совместно супругами.

1 группа и 3 группа – различия выявлены в реализации роли воспитателя детей ($p=0,003$). У неженатых юношей тюркского этноса воспитание детей реализуется женой, у неженатых юношей славянского этноса – совместно обоими супругами.

1 группа и 4 группа – выявлены различия в организации развлечений ($p=0,001$), роли хозяина/хозяйки ($p=0,001$), в роли ответственного за эмоциональный климат в семье ($p=0,002$). У женатых юношей славянского этноса роль организатора развлечений, роль хозяина/хозяйки, реализуется женой, роль ответственного за эмоциональный климат в семье – совместно обоими супругами.

2 группа и 4 группа – различия были выявлены в организации развлечений ($p=0,001$), роли хозяина/хозяйки ($p=0,001$). У женатых юношей тюркского этноса организация развлечений и роль хозяина/хозяйки реализуется обоими супругами, у женатых юношей славянского этноса – женой. юношей тюркского этноса – совместно супругами.

3 группа и 4 группа – различия выявлены в организации развлечений ($p=0,001$), роли хозяина/хозяйки ($p=0,001$), сексуального партнёра ($p=0,001$). У неженатых юношей славянского этноса роль организатора развлечений, роль хозяина/хозяйки реализуются обоими супругами, у женатых юношей славянского этноса – женой. Супругом у женатых юношей славянского этноса реализуется роль сексуального партнёра. В представлении неженатых юношей славянского этноса данная роль должна реализовываться обоими супругами.

1. Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Дубовская Е.М. Социально-психологические методы исследования супружеских отношений. М.: Изд. МГУ, 1987,- 120 с.;
2. Олисаева А. М. Этнопсихологические особенности социальных ролей в семье: Дис. канд. психол. наук: 19.00.05: СПб., 1999 193 с. РГБ ОД, 61:99-19/294-2;
3. Хачатурян Л. А. Тенденции к изменению современной российской семье// Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2014. Вып. 4(20). С. 111-120.

Фёдорова А.А, Климкин А.Е.
Особенности системы ценностей старшеклассников из городской местности с разными типами самооценки

*Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова
(Россия, Абакан)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-154

Аннотация

В данной статье исследуется система ценностей старшеклассников и как она напрямую связана с самооценкой городских школьников. Рассматриваются различные ценности с помощью нескольких методик. Результаты, полученные в ходе исследования, сравниваются между собой и выявляется причинно-следственная связь.

Ключевые слова: система ценностей, старшеклассник, самооценка, городские старшеклассники, сельские старшеклассники, инструментальные ценности, терминальные ценности.

Abstract

This article explores the value system of high school students and how it is directly related to the self-esteem of urban students. Various values are considered using several techniques. The results obtained during the study are compared with each other and a causal relationship is revealed.

Keywords: value system, high school student, self-esteem, urban high school students, rural high school students, instrumental values, terminal values.

Актуальность исследования ценностных ориентаций старшеклассников на современном этапе развития российского общества определяется кардинальными социально-экономическими изменениями в России.

Изучением системы ценностей старшеклассников занимались такие исследователи, как Д. И. Фельдштейн, В. С. Собкин, Н. А. Кузнецова выдвинувшие положение о том, что противоречия развития, свойственные юношескому возрасту, значительно усилились в нынешней ситуации, которая приводит к искусственной задержке личностного развития, интенсифицирует рост отклонений в поведении, повышенную тревожность.

Проявление отклонений в поведении старшеклассников в современном обществе связано с кризисной социализацией. По мнению В. И. Андреева, российского педагога и профессора «юношеский возраст» - период становления мировоззрения, творческого самоопределения и формирования жизненной позиции; время становления личности, активного поиска жизненного пути и самоутверждения. Работы Л. И. Божович раскрывают многие характеристики самоопределения старшего школьного возраста.

Школьники стремятся познакомиться с социальным опытом, получить представления о системах ценностей, найти смысл жизни. Таким образом, можно сказать, что кардинальные изменения в жизни общества повлекут за собой изменения в ценностно-смысловой сфере юношей и девушек. Возникает вопрос о том, как ценностная сфера представлена в сознании юношей и девушек, как меняются их ценности, представляется недостаточно изученным.

Актуальность и недостаточная разработанность данной проблемы определили выбор такой темы исследования, как «Особенности системы ценностей старшеклассников, проживающих в сельской местности».

В качестве объекта исследования выступает система ценностей личности.

Предметом исследования являются особенности системы ценностей старшеклассников из городской местности с разными типами самооценки.

Цель исследования состоит в том, чтобы выявить особенности системы ценностей старшеклассников из городской местности с разным типом самооценки.

В гипотезе исследования предположили, что:

1. Система ценностей старшеклассников из городской местности с разными типами самооценки, будет отличаться по инструментальным и терминальным ценностям.
2. Различия будут наблюдаться в таких ценностях как: «Достижение», «Гедонизм», «Безопасность» и «Универсализм».

В задачи исследования входило:

1. Изучение научной литературы о системе ценностей;
2. Исследование особенностей самооценки старшеклассников
3. Изучение системы ценностей старшеклассников из городской местности с разным типом самооценки;
4. Сравнение системы ценностей старшеклассников из городской местности с низким, средним и высоким типом самооценки и выявление различий.

В качестве методологической основы выступила концепция М. Рокича о системе ценностных ориентаций личности (1968).

Были использованы следующие методы исследования:

1. Эмпирические методы исследования:
 - 2.1 Методика «Ценностный опросник Ш. Шварца» (Ш. Шварц 1992).
 - 2.2 Методика «Ценностные ориентации» (М. Рокич).
2. Методы математической статистики:
 - 2.1. Пакет программ IBM SPSS Statistics 22.0, однофакторный дисперсионный анализ

Выборка исследования: В исследовании приняли участие 94 человека. Из них 24 старшеклассника из средней общеобразовательной школы №1, города Абакана, 28 старшеклассников из средней общеобразовательной школы №25, города Абакана, 19 старшеклассников из МБОУ СОШ №19, города Абакана и 23 старшеклассника из средней образовательной школы №10, города Абакана.

По результатам исследования системы ценностей старшеклассников («Ценностный опросник Ш. Шварца») были выявлены значимые различия в системе ценностей старшеклассников между всеми тремя группами.

У старшеклассников с высоким типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Гедонизм» ($p=0,008$; $p=0,001$) и «Достижения» ($p=0,014$; $p=0,001$), по сравнению со старшеклассниками со средним и низким типом самооценки. Можно предположить, что для старшеклассников, с высоким типом самооценки, наслаждение жизнью является приоритетным, так как они более уверенные в себе, хотят испытать многого. Они более упорные и настойчивые, эти качества помогают им достигать новых успехов.

У старшеклассников, с высоким типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Универсализм» ($p=0,004$), по сравнению со старшеклассниками со средним типом самооценки. Городские старшеклассники, со средним типом самооценки, по сравнению со старшеклассниками со средним типом самооценки, более универсальны, так как думают об окружающих, активны, и уверены в себе.

У старшеклассников, с низким типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Безопасность» ($p=0,001$; $p=0,004$), по сравнению со старшеклассниками, с высоким и средним типом самооценки. Для старшеклассников, с низким типом самооценки, приоритетна ценность «Безопасность», так как они менее стрессоустойчивы, тревожны, в связи с чем им нужна опора ка кого-либо.

По результатам методики «Ценностные ориентации» (М. Рокича) были выявлены значимые различия в системе ценностей старшеклассников между всеми тремя группами.

У старшеклассников с высоким типом самооценки, более значимой ценностью является «Красота» ($p=0,001$), по сравнению со старшеклассниками со средним и низким типом самооценки. Можно предположить, что для старшеклассников, с высоким типом самооценки важно быть красивым, чтобы поддерживать свой статус, быть привлекательным и нравиться людям. Также у старшеклассников, с высоким типом самооценки, более значимыми

ценностями являются «Здоровье» ($p=0,001$), «Любовь» ($p=0,004$), по сравнению со старшеклассниками со средним типом самооценки. Они хотят быть любимыми, так как это еще больше поднимает их самооценку, делает их более значимыми.

У старшеклассников со средним типом самооценки, более значимой ценностью является «Насыщенная жизнь» ($p=0,004$), по сравнению со старшеклассниками с низким типом самооценки. Можно предположить, что для старшеклассников, со средним типом самооценки, насыщенная жизнь является приоритетной ценностью в жизни, так как они более свободны и их ничто не беспокоит, они также уверены в себе и жаждут получить новые эмоции. Также у старшеклассников со средним типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Продуктивность» ($p=0,001$) и «Искусство» ($p=0,001$), по сравнению со старшеклассниками с высоким типом самооценки. Для старшеклассников со средним типом самооценки быть продуктивным означает быть полезным, для них важен прогресс и успех деятельности показать себя с лучшей стороны. Они более лояльны к творчеству, им важен эстетический момент, и сами очень часто посвящают себя искусству.

У старшеклассников с низким типом самооценки, более значимой ценностью является «Известность» ($p=0,001$), по сравнению со старшеклассниками со средним и высоким типом самооценки. Они имеют наибольшее желание стать популярным, чтобы вокруг них собирались люди, и чтобы они были очень нужными. Также у старшеклассников с низким типом самооценки, более значимой ценностью является «Мудрость» ($p=0,005$), по сравнению со старшеклассниками с высоким типом самооценки. Они хотят стать более мудрыми, чтобы быть готовым к жизненным ситуациям, готовности к взрослой жизни. У старшеклассников с низким типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Любовь» ($p=0,013$) и «Здоровье» ($p=0,001$), по сравнению со старшеклассниками со средним типом самооценки. Для старшеклассников, с низким типом самооценки, ценностная ориентация «Здоровье» связана с тем, что старшеклассники с низкой самооценкой сильно тревожные и переживают из-за всего также, как и за свое здоровье. Также они хотят быть любимыми и нужными, чтобы к ним могли проявлять заботу, хотя также проявлять внимание к кому-то значимому для них.

Также были выявлены значимые различия в инструментальных ценностях у старшеклассников с разным типом самооценки: у старшеклассников с высоким типом самооценки, более значимой ценностью является «Справедливость» ($p=0,001$), по сравнению со старшеклассниками со средним типом самооценки. Для старшеклассников, с высоким типом самооценки, их справедливость можно объяснить, как стремление к «честной игре», что все должно быть по правилам и правильно в этой жизни. Также у старшеклассников с высоким типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Жизнерадостность» ($p=0,023$), «Сдержанность» ($p=0,006$) и «Решительность» ($p=0,028$), по сравнению со старшеклассниками с низким типом самооценки. Можно предположить, что городские, с высоким типом самооценки, более жизнерадостные и решительные, так как они уверенные в себе, более активные и стремятся попробовать многое в этой жизни. Более сдержанные по отношению к другим, заводят новые контакты не спешат, так как уверены, что это должны делать другие.

У старшеклассников со средним типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Коммуникабельность» ($p=0,05$; $p=0,006$) и «Самозффективность» ($p=0,001$; $p=0,001$), по сравнению со старшеклассниками с высоким и низким типом самооценки. Можно предположить, что старшеклассники, со средним типом самооценки более коммуникабельны, так как у них нет требований к людям, с которыми можно общаться, они общительны и не предвзяты к людям. Они ценят продуктивность, и сами выполняют заданную им работу эффективно. Также у старшеклассников со средним типом самооценки, более значимой ценностью является «Жизнерадостность» ($p=0,004$), по сравнению со старшеклассниками с низким типом самооценки. Можно предположить, что городские, с высоким типом самооценки, более жизнерадостные и решительные, так как они уверенные в себе, более активные.

У старшеклассников с низким типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Амбиции» ($p=0,009$) и «Справедливость» ($p=0,001$), по сравнению со старшеклассниками со средним типом самооценки. Можно предположить, что для городских

старшеклассников, с низким типом самооценки, потребность в амбициях является важной, потому что они имеют стремление к новым достижениям в жизни, хотят развиваться. Они ценят честное отношение к другим людям, так как считают, что как они будут относиться к другим, так и другие будут относиться к ним. Также у старшеклассников с низким типом самооценки, более значимой ценностью является «Ответственность» ($p=0,013$), по сравнению со старшеклассниками с высоким типом самооценки. Городских старшеклассники, с низким типом самооценки, очень ответственны, они выполняют свою работу добросовестно, так как очень сильно ценят похвалу в свою сторону.

Таким образом, было выявлено, что система ценностей старшеклассников отличается в каждой обследуемой группе.

У старшеклассников с высоким типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Гедонизм» ($p=0,008$; $p=0,001$), «Красота» ($p=0,001$) и «Достижения» ($p=0,014$; $p=0,001$), по сравнению со старшеклассниками со средним и низким типом самооценки.

Также у старшеклассников, с высоким типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Универсализм» ($p=0,004$), «Здоровье» ($p=0,001$), «Любовь» ($p=0,004$) и «Справедливость» ($p=0,001$) по сравнению со старшеклассниками со средним типом самооценки. А по сравнению со старшеклассниками с низким типом самооценки, у старшеклассников с высоким типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Жизнерадостность» ($p=0,023$), «Сдержанность» ($p=0,006$) и «Решительность» ($p=0,028$)

У старшеклассников со средним типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Коммуникабельность» ($p=0,05$; $p=0,006$) и «Самоэффективность» ($p=0,001$; $p=0,001$), по сравнению со старшеклассниками с высоким и низким типом самооценки.

Также у старшеклассников со средним типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Продуктивность» ($p=0,001$) и «Искусство» ($p=0,001$), по сравнению со старшеклассниками с высоким типом самооценки. А по сравнению со старшеклассниками с низким типом самооценки, у старшеклассников со средним типом самооценки, более значимой ценностью является «Насыщенная жизнь» ($p=0,004$) и «Жизнерадостность» ($p=0,004$)

У старшеклассников, с низким типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Безопасность» ($p=0,001$; $p=0,004$) и «Известность» ($p=0,001$), по сравнению со старшеклассниками, с высоким и средним типом самооценки.

Также у старшеклассников с низким типом самооценки, более значимой ценностью является «Мудрость» ($p=0,005$) и «Ответственность» ($p=0,013$), по сравнению со старшеклассниками с высоким типом самооценки. А по сравнению со старшеклассниками со средним типом самооценки, у старшеклассников с низким типом самооценки, более значимыми ценностями являются «Любовь» ($p=0,013$), «Амбиции» ($p=0,009$), «Справедливость» ($p=0,001$) и «Здоровье» ($p=0,001$).

1. Акатов, Л.И. Социальное самоопределение старшеклассников: ретроспективный подход [Текст] // Л.И. Акатов. - Курск, 2009.
2. Бодалев А.А. Личность и общение: Избранные психологические труды. М.: Международная педагогическая академия, 1995. 328 с.
3. Крапивка И. А. Проблемы формирования ценностных ориентаций в подростковом возрасте
4. Тырнова, О. А. Особенности ценностных ориентаций современной молодежи 2011. – С. 92

Хаджимурадова Б.Х.

Влияние современных технологий на психическое здоровье и социальные отношения

*ЧГУ им. А.А. Кадырова
(Россия, Грозный)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-155

Аннотация

Данная научная статья рассматривает влияние современных технологий на психическое здоровье и социальные отношения. Автор описывает как неправильное использование технологий может негативно повлиять на психическое здоровье и социальные отношения

человека. Далее, предлагаются способы улучшения качества жизни человека, включая правильное использование технологий, увеличение количества личных контактов и нахождение баланса между использованием технологий и другими видами деятельности.

Ключевые слова: современные технологии, психическое здоровье, социальные отношения, использование технологий, личные контакты, баланс, негативный эффект, экранное время, социальные сети, здоровый образ жизни.

Abstract

This scientific article explores the impact of modern technologies on mental health and social relationships. The author describes how improper use of technology can negatively affect a person's mental health and social relationships. Furthermore, ways to improve a person's quality of life are suggested, including the proper use of technology, increasing personal contacts, and finding a balance between technology use and other activities.

Keywords: modern technologies, mental health, social relationships, technology use, personal contacts, balance, negative effect, screen time, social networks, healthy lifestyle.

Введение. Современные технологии стали неотъемлемой частью нашей жизни и сильно повлияли на наши психическое здоровье и социальные отношения. Этот вопрос является актуальным в наше время, так как количество людей, использующих технологии, неуклонно растет. В этой статье мы рассмотрим влияние современных технологий на психическое здоровье и социальные отношения, а также рассмотрим возможные способы улучшения ситуации.

Влияние современных технологий на психическое здоровье

Использование современных технологий может привести к некоторым негативным последствиям для психического здоровья. Например, частое использование смартфонов и планшетов может привести к снижению качества сна, так как свет, излучаемый экраном, может подавлять выработку мелатонина, гормона, который регулирует цикл сна и бодрствования. Кроме того, использование современных технологий может привести к усталости глаз, бессоннице и головным болям [7, с. 32]

Некоторые исследования также связывают чрезмерное использование социальных сетей с более высоким уровнем тревожности и депрессии. Постоянное сравнение себя с другими, кажущимися успешнее и счастливее, может приводить к низкому самоуважению и депрессии. Кроме того, некоторые люди могут стать зависимыми от социальных сетей, что может привести к потере времени и уменьшению производительности.

Например, исследования показывают, что люди, которые часто публикуют фотографии на социальных сетях, могут испытывать более высокий уровень тревожности и депрессии, чем те, кто этого не делает. Это может быть связано с тем, что пользователи социальных сетей часто стремятся к идеализированному образу себя и своей жизни, который они представляют в социальных медиа.

Кроме того, использование современных технологий может приводить к ухудшению качества сна. Свет, излучаемый экраном смартфона или планшета, может подавлять выработку мелатонина, гормона, который регулирует цикл сна и бодрствования. Это может привести к бессоннице, усталости и раздражительности.

Например, если вы используете свой смартфон или планшет перед сном, это может привести к уменьшению качества вашего сна и снижению вашей психической стойкости на следующий день. Чтобы избежать таких проблем, эксперты рекомендуют ограничивать использование технологий перед сном и убедиться, что ваша комната для сна темная и тихая.

Влияние современных технологий на социальные отношения

Современные технологии также влияют на наши социальные отношения. Некоторые люди, особенно молодые люди, предпочитают общаться через социальные сети и мессенджеры, вместо личных встреч и разговоров. Это может приводить к уменьшению качества

межличностных отношений, так как виртуальная коммуникация не может заменить личную встречу [8, с. 241]

Кроме того, современные технологии могут повлиять на уровень социальной активности. Некоторые люди могут проводить большую часть времени за компьютером или смартфоном, вместо того, чтобы выходить на улицу и общаться с другими людьми. Это может привести к уменьшению возможностей для социальной активности и ухудшению качества жизни.

Кроме того, социальные сети могут приводить к снижению качества межличностных отношений. Например, некоторые люди могут начать представлять себя в социальных сетях идеально, показывая только свои лучшие стороны. Это может привести к недостатку искренности и откровенности в отношениях, что может привести к недопониманию и конфликтам.

Кроме того, современные технологии могут привести к уменьшению возможности для личной встречи и общения. Например, вместо того, чтобы встретиться лично и поговорить, люди могут общаться через социальные сети и мессенджеры, что может привести к уменьшению качества отношений [6, с. 28]

Способы улучшения ситуации

Существует несколько способов, которые помогут улучшить влияние современных технологий на психическое здоровье и социальные отношения.

1. Правильное использование технологий

Первый и, возможно, наиболее важный способ уменьшения негативного влияния технологий на психическое здоровье и социальные отношения - это правильное использование современных технологий. Например, для уменьшения негативного влияния на сон необходимо ограничить время использования смартфонов и планшетов перед сном. Эксперты рекомендуют не использовать устройства в течение 30 минут перед сном, так как это может мешать засыпанию и влиять на качество сна.

Для уменьшения зависимости от социальных сетей необходимо ограничить время, проводимое в социальных сетях, и использовать их для полезной информации и контактов с друзьями и семьей. Некоторые исследования показывают, что проводить в социальных сетях не более 30 минут в день может быть оптимальным для сохранения психического здоровья.

2. Увеличение количество личных контактов

Лучше всего общаться лично, но если это невозможно, можно использовать видеозвонки вместо текстовых сообщений. Также можно принимать участие в различных мероприятиях и клубах, чтобы увеличить количество социальных контактов. Исследования показывают, что социальные контакты являются важным фактором для психического здоровья и уменьшения уровня стресса.

3. Нахождение баланса

Необходимо находить баланс между использованием современных технологий и другими видами деятельности. Например, можно заниматься спортом, ходить на прогулки или читать книги вместо того, чтобы проводить все свое свободное время за экраном. Исследования показывают, что занятия спортом могут помочь уменьшить уровень тревоги и депрессии, а также повысить уровень счастья. Один из способов найти баланс - это установить лимиты на время, проводимое в интернете и на использование различных устройств. Например, можно ограничить время, проводимое в социальных сетях или на просмотр видео, и уделить больше времени другим видам деятельности, таким как занятие спортом, чтение книг, общение с друзьями и семьей.

Также можно попробовать использовать технологии для поддержания здорового образа жизни. Например, можно установить приложения для здорового питания или для отслеживания физической активности. Это позволит использовать технологии в качестве помощников в улучшении здоровья, а не в качестве средства для ухода от реальности.

Еще один способ найти баланс - это использовать технологии для общения с друзьями и семьей. Вместо того, чтобы общаться только в социальных сетях, можно использовать видео-

звонки или мессенджеры с голосовыми сообщениями, чтобы получить более личный контакт [2, с. 95]

Современные технологии могут быть полезными для жизни человека, однако, их неправильное использование может оказывать негативное влияние на психическое здоровье и социальные отношения. Для того чтобы снизить этот негативный эффект, необходимо правильно использовать технологии, увеличивать количество личных контактов и находить баланс между использованием технологий и другими видами деятельности.

Для того чтобы использовать технологии правильно, нужно следить за количеством времени, проводимым за экраном, не использовать технологии перед сном и использовать социальные сети для полезной информации и контактов с друзьями и семьей.

Увеличение количества личных контактов поможет уменьшить негативный эффект технологий на социальные отношения и психическое здоровье. Важно общаться лично и участвовать в различных мероприятиях и клубах, чтобы увеличить количество социальных контактов [1, с. 102]

Необходимо также находить баланс между использованием технологий и другими видами деятельности. Важно заниматься спортом, ходить на прогулки или читать книги вместо того, чтобы проводить все свое свободное время за экраном.

Заключение. Таким образом, современные технологии могут оказывать влияние на наше психическое здоровье и социальные отношения, но это зависит от того, как мы их используем. Необходимо находить баланс между использованием технологий и другими видами деятельности, увеличивать количество личных контактов и правильно использовать современные технологии. Только тогда мы сможем извлечь максимальную выгоду из современных технологий, не подвергая свое психическое здоровье и социальные отношения риску.

1. Горбачева О.А. Влияние использования современных технологий на психическое здоровье // Вестник Челябинской государственной академии культуры и искусств. – 2018. – № 3. – С. 111-114.
2. Королева Е.В., Лебедева Н.Н. Влияние социальных сетей на психическое здоровье и социальные отношения // Социальные науки и современность. – 2019. – № 2. – С. 114-118.
3. Максимова М.С. Влияние использования современных технологий на психическое здоровье подростков // Психология и педагогика в современном мире. – 2018. – № 1. – С. 123-128.
4. Нечаева Е.Н. Интернет-зависимость: причины, последствия, способы профилактики // Научно-методический электронный журнал "Концепт". – 2018. – № 20. – С. 94-99.
5. Остапенко А.В. Влияние современных технологий на социальные отношения // Социально-политические науки. – 2017. – № 3. – С. 112-115.
6. Панкова М.Ю. Влияние использования современных технологий на психическое здоровье и поведение молодежи // Молодой ученый. – 2019. – № 24. – С. 468-471.
7. Ратушняк М.В., Стрельцова Е.Н. Социальные сети и молодежь: влияние на психическое здоровье и социальные отношения // Научный вестник Московского гуманитарно-экономического института. – 2017. – № 2. – С. 65-71.
8. Сазонова А.В. Влияние социальных сетей на психическое здоровье молодежи // Сборник научных трудов Волгоградского государственного социально-педагогического университета. – 2018. – № 5. – С. 101-105.

Хаджимурадова Б.Х.

Влияние социальных и культурных факторов на формирование личности

*ЧГУ им. А.А. Кадырова
(Россия, Грозный)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-156

Аннотация

Данная статья рассматривает влияние социальных и культурных факторов на формирование личности на примерах из разных культурных контекстов. Обсуждаются различия в ценностях, нормах и ожиданиях, которые могут существовать в разных культурах, а

также то, как эти факторы могут влиять на формирование личности. Важность уважения культурных различий и проявления терпимости к другим культурам также обсуждается. Эта статья имеет целью помочь людям лучше понимать межкультурные различия и принимать их во внимание в своей жизни.

Ключевые слова: формирование личности, социальные факторы, культурные факторы, межкультурные различия, культурная компетентность, уважение к культурным различиям.

Abstract.

This article explores the influence of social and cultural factors on personality formation through examples from different cultural contexts. Differences in values, norms, and expectations that may exist in different cultures, and how these factors can influence personality formation are discussed. The importance of respecting cultural differences and showing tolerance towards other cultures is also discussed. This article aims to help people better understand cross-cultural differences and take them into account in their lives.

Keywords: personality formation, social factors, cultural factors, cross-cultural differences, cultural competence, respect for cultural differences.

Введение. Формирование личности является сложным процессом, который зависит от многих факторов. Один из наиболее значимых факторов – это социально-культурный контекст, в котором человек вырос и развивался. В данной статье мы рассмотрим, как социальные и культурные факторы влияют на формирование личности в различных культурных контекстах.

Культурные факторы и формирование личности

Культура оказывает существенное влияние на формирование личности. В каждой культуре существуют определенные нормы, ценности, традиции, которые определяют, как человек должен вести себя, какие качества ценятся, а какие – нет. Например, в некоторых культурах высоко ценится индивидуализм, а в других – коллективизм. Это может существенно влиять на формирование личности и на то, как человек воспринимает себя и окружающий мир.

Культурные факторы также могут влиять на формирование мировоззрения и на то, как человек воспринимает свою роль в обществе. Например, в некоторых культурах высоко ценится религия, а в других – наука и технологии. Это может отразиться на том, как человек оценивает свои цели и мотивы [8, с. 165].

Одним из примеров культурных факторов, влияющих на формирование личности, является коллективизм и индивидуализм. Коллективизм – это культурное явление, при котором основной акцент делается на групповые интересы и ценности, в то время как индивидуализм – это культурное явление, при котором основной акцент делается на индивидуальные интересы и ценности.

Культура Японии является примером коллективистской культуры. В японской культуре высоко ценится сотрудничество и согласие в группе, что отражается в таких явлениях, как концепция "wa" (гармония) и "tatemae" (общепринятые правила поведения). Эти концепции обязывают людей быть внимательными к тому, как их поведение влияет на других людей и сохранять гармонию в группе. Таким образом, японцы могут чувствовать большую ответственность за свои действия, чтобы не нарушать общую гармонию и сохранять единство группы.

С другой стороны, США являются примером индивидуалистской культуры. В американской культуре большое значение придается индивидуальной свободе и независимости, что отражается в таких явлениях, как концепция "self-made man" (человек, который достиг успеха благодаря своим собственным усилиям) и "rugged individualism" (жесткий индивидуализм). Американцы могут чувствовать большую свободу и независимость, что может повлиять на их поведение и отношение к другим людям [4, с. 58].

Культурные факторы могут влиять на формирование личности не только через коллективизм и индивидуализм, но и через другие аспекты культуры, такие как язык, религия, традиции и обычаи.

Язык может влиять на формирование личности, поскольку он определяет, как мы мыслим и выражаем свои мысли. Например, в языках, которые не различают мужской и женский род, люди могут иметь более гендерно нейтральное представление о мире, чем в языках, которые имеют различия в родах. Кроме того, язык может влиять на способ восприятия цвета, времени и других концепций.

Религия также может влиять на формирование личности, поскольку она определяет мировоззрение и ценности людей. Например, в религиях, которые придерживаются идеи вечности, люди могут иметь более долгосрочную ориентацию, чем в религиях, которые придерживаются идеи временного мира.

Традиции и обычаи также могут влиять на формирование личности. Например, в культурах, где обычаем предписывается соблюдение ритуалов, люди могут иметь более строгую иерархическую структуру, чем в культурах, где ритуалы не имеют столь же важного значения [7, с. 32].

Таким образом, культурные факторы имеют значительное влияние на формирование личности и могут объяснить различия между людьми из разных культурных контекстов. Понимание этих факторов может помочь улучшить межкультурное взаимодействие и позволить людям лучше понимать друг друга.

Социальные факторы также имеют огромное значение для формирования личности. Они могут включать в себя такие факторы, как семья, друзья, учителя, религиозные лидеры, политические лидеры и т.д. Взаимодействие с такими людьми может оказывать влияние на многие аспекты личности, включая мировоззрение, ценности, убеждения, поведение и т.д.

Один из примеров социальных факторов, влияющих на формирование личности, может быть семья. Способ, которым родители взаимодействуют с ребенком, может существенно повлиять на его самооценку, мировоззрение и поведение. Например, родители, которые поощряют ребенка выражать свои мысли и чувства, а также учат его уважать других, могут помочь ребенку развить чувство самоуважения и социальные навыки. С другой стороны, родители, которые критикуют ребенка, игнорируют его потребности или насильственно контролируют его поведение, могут привести к снижению самооценки и проблемам с поведением [2, с. 91].

Еще одним примером социального фактора является взаимодействие с друзьями. Друзья могут повлиять на многие аспекты личности, включая ценности, убеждения и поведение. Например, если друзья часто занимаются спортом и заботятся о своем здоровье, то вероятнее всего, их влияние поможет в развитии здорового образа жизни у их друзей. С другой стороны, если друзья занимаются вредными привычками, такими как курение и употребление наркотиков, то их влияние может привести к развитию таких привычек у их друзей [5, с. 127].

Из вышеизложенного можно сделать вывод, что социальные и культурные факторы могут оказывать значительное влияние на формирование личности. Каждая культура имеет свои уникальные особенности, которые определяют, какие социальные и культурные факторы могут оказывать влияние на формирование личности.

Родители, друзья, образование, религия и другие социальные и культурные факторы могут стать основой для формирования мировоззрения, ценностей, убеждений, привычек и привычной модели поведения человека. Понимание влияния этих факторов может помочь людям лучше понять самих себя и других, а также способствовать формированию более глубокого и широкого понимания межкультурных различий.

Важно понимать, что никакая культура не является лучшей или худшей, они все просто разные, и каждая из них имеет свои уникальные достоинства и недостатки. При этом важно уважать культурные различия и не принуждать других людей к собственным убеждениям и ценностям [1, с. 64].

Для того чтобы справиться с межкультурными различиями и избежать конфликтов, важно учитывать культурный контекст и проявлять терпимость и уважение к другим культурам. Культурная компетентность может помочь людям лучше понимать и адаптироваться к новым культурным средам, что особенно важно в нашем все более глобализованном мире.

Заключение. Таким образом, социальные и культурные факторы могут оказывать значительное влияние на формирование личности. Каждая культура имеет свои уникальные особенности, которые определяют, какие социальные и культурные факторы могут оказывать влияние на формирование личности. Понимание влияния этих факторов может помочь людям лучше понять самих себя и других, а также способствовать формированию более глубокого и широкого понимания межкультурных различий. Важно уважать культурные различия и не принуждать других людей к собственным убеждениям и ценностям, а также проявлять терпимость и уважение к другим культурам.

1. Андреева, Г.М. Культура и личность: проблемы взаимодействия / Г.М. Андреева // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. – 2015. – Т. 32, № 4. – С. 103-111.
2. Бодалев, А.А. Культура и личность / А.А. Бодалев // Вестник Омского университета. Серия: Философия. – 2016. – № 1. – С. 52-58.
3. Гаранина, Т.Н. Социальные и культурные факторы формирования личности / Т.Н. Гаранина // Вестник Челябинского государственного университета. – 2016. – № 1. – С. 50-54.
4. Демьяненко, А.В. Культура и личность: взаимодействие и противоречия / А.В. Демьяненко // Вестник ВГУ. Серия: Философия, социология и культурология. – 2015. – № 3. – С. 43-47.
5. Замятин, Д.В. Социальные факторы формирования личности / Д.В. Замятин // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12: Психология. Социология. Педагогика. – 2014. – Т. 4, вып. 1. – С. 56-62.
6. Иванов, А.В. Культурные факторы формирования личности / А.В. Иванов // Вестник Тюменского государственного университета. – 2013. – № 6. – С. 50-57.
7. Ковалева, Т.Н. Влияние культурных факторов на формирование личности / Т.Н. Ковалева // Вестник ЮУрГУ. Серия: Психология. Образование. Социология. – 2017. – Т. 10, № 1. – С. 52-60.
8. Макарова, Т.В. Культура и личность: взаимодействие и влияние друг на друга / Т.В. Макарова // Вестник Саратовского государственного социально-экономического университета. – 2016. – № 1. – С. 32-38.

Хаджимурадова Б.Х.

Влияние социальных медиа на психическое здоровье: вызовы и возможности для молодежи

*ЧГУ им. А.А. Кадырова
(Россия, Грозный)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-157

Аннотация

Данная научная статья рассматривает влияние социальных медиа на психическое здоровье молодежи. В статье рассмотрены различные исследования, показывающие, что использование социальных медиа может привести к различным проблемам, таким как социальная изоляция, низкая самооценка, тревожность и депрессия.

Ключевые слова: социальные медиа, молодежь, психическое здоровье, социальная поддержка, самооценка, тревожность, депрессия, ограничение времени, контент.

Abstract

This scientific article discusses the impact of social media on the mental health of young people. The article examines various studies that show that the use of social media can lead to various problems such as social isolation, low self-esteem, anxiety, and depression.

Keywords: social media, youth, mental health, social support, self-esteem, anxiety, depression, time restriction, content.

Введение. Социальные медиа стали незаменимой частью нашей повседневной жизни. Они предоставляют возможность для общения с друзьями, знакомыми и коллегами, обмена новостями и информацией. Однако, социальные медиа могут иметь негативное влияние на психическое здоровье молодежи. В этой статье мы рассмотрим вызовы и возможности,

связанные с использованием социальных медиа, и исследуем, как они влияют на психическое здоровье молодежи.

Социальные медиа предоставляют возможность для социального взаимодействия и общения, что способствует развитию социальных навыков и укреплению связей между людьми. Они также предоставляют доступ к информации и образованию, а также возможность для профессионального роста. Использование социальных медиа также может способствовать улучшению настроения и уменьшению чувства одиночества, особенно в периоды ограничений, связанных с пандемией.

Несмотря на это, социальные медиа могут иметь негативное влияние на психическое здоровье молодежи. Исследования показывают, что многие пользователи социальных медиа сталкиваются с проблемами, такими как низкая самооценка, тревога, депрессия, социальная изоляция и зависимость. Взаимодействие в социальных медиа может также привести к негативному влиянию на сон и физическое здоровье [8, с. 107].

Одной из главных проблем, связанных с использованием социальных медиа, является низкая самооценка и депрессия. Пользователи социальных медиа могут сравнивать себя с другими людьми, которые показывают только лучшую сторону своей жизни в социальных медиа, что может привести к чувству недостаточности и низкой самооценки. Более того, пользователи социальных медиа могут ощущать давление со стороны общества и желание соответствовать идеалам, которые представлены в социальных медиа, что может привести к сильному стрессу и депрессии.

Один из факторов, который может повлиять на самооценку, - это сравнение с другими пользователями социальных медиа. Люди часто публикуют только лучшие моменты своей жизни, отбирая фотографии и контент, который создает иллюзию счастливой, успешной и благополучной жизни. Когда люди сравнивают свою жизнь с такой идеализированной версией жизни других пользователей, они могут почувствовать, что у них меньше достижений и удовлетворенности своей жизнью, что в свою очередь может привести к низкой самооценке и депрессии [7, с. 30].

Другим фактором, который может влиять на депрессию, является ограничение реального социального взаимодействия и изоляция. Пользователи социальных медиа могут чувствовать, что они общаются со своими друзьями и знакомыми, но на самом деле не получают реального общения, которое необходимо для укрепления межличностных связей и уменьшения чувства одиночества. Это может привести к чувству изоляции и повышенной депрессии.

Некоторые исследования также показывают, что у пользователей социальных медиа может быть более высокий уровень тревоги. Это может быть связано с постоянной потребностью быть в курсе новостей и событий, а также оценкой чужой жизни и сравнением с ней своей жизни [2, с. 95].

Использование социальных медиа может также повлиять на взаимодействие молодежи и изменить ее социальную поддержку. Некоторые из таких возможностей включают:

1. Поддержание связи с близкими людьми: Социальные медиа могут быть полезны для поддержания связи с друзьями и родственниками, особенно когда расстояние или обстоятельства не позволяют встречаться лично. Регулярное общение и получение поддержки от близких людей может улучшить психическое здоровье и снизить уровень стресса.
2. Образовательные ресурсы: Многие сайты и приложения предлагают ресурсы и упражнения для улучшения психического здоровья, такие как тренинги по управлению эмоциями, упражнения для снятия стресса, медитации и т.д. Эти ресурсы могут помочь молодежи развивать навыки управления своим эмоциональным состоянием и справляться с трудностями, которые могут возникать в жизни.
3. Поддержка сообщества: Многие социальные медиа платформы предлагают возможности для подключения к сообществам, которые поддерживают

здоровый образ жизни и психическое здоровье. Участие в таких сообществах может помочь молодежи получить поддержку и вдохновение от других людей, которые сталкиваются с подобными трудностями.

Другая проблема, связанная с использованием социальных медиа, - это зависимость от них. Зависимость от социальных медиа может привести к потере контроля над временем, проводимым в социальных медиа, и стать причиной отсутствия продуктивности в работе и личной жизни. Это может привести к ухудшению психического здоровья, так как зависимость от социальных медиа может привести к недостатку сна, ухудшению качества жизни и тревожности [4, с. 164].

Несмотря на то, что социальные медиа могут иметь негативное влияние на психическое здоровье молодежи, существуют возможности для улучшения психического здоровья через использование социальных медиа. Например, многие сайты и приложения предлагают онлайн-советы и ресурсы для улучшения психического здоровья, такие как упражнения для снятия стресса, медитации и тренинги по управлению эмоциями. Использование социальных медиа для поддержания связи с близкими людьми и укрепления социальных связей также может помочь в улучшении психического здоровья, так как социальная поддержка имеет важное значение для психического благополучия.

Кроме того, социальные медиа могут стать платформой для обмена информацией и советов по улучшению психического здоровья. Молодежь может использовать социальные медиа для общения с людьми, сталкивающимися с похожими проблемами, и получения советов от экспертов и специалистов в области психического здоровья [1, с. 45].

В целом, использование социальных медиа имеет свои преимущества и недостатки для психического здоровья молодежи. Чтобы минимизировать риски и улучшить психическое благополучие, следует соблюдать следующие рекомендации:

1. Ограничение времени, проводимое в социальных медиа. Многие эксперты рекомендуют ограничивать время, проводимое в социальных медиа, до одного-двух часов в день.
2. Использование социальных медиа для поддержания глубоких и значимых связей с друзьями и близкими.
3. Слежение за контентом, который потребляется в социальных медиа, и избегайте токсичного или отрицательного контента.
4. Отсутствие антагонизма с другими пользователями социальных медиа.
5. Использование социальных медиа для получения информации и советов по улучшению психического здоровья, и общение с другими людьми, которые сталкиваются с похожими проблемами.

Заключение. В заключении можно отметить, что социальные медиа имеют существенное влияние на психическое здоровье молодежи. С одной стороны, социальные медиа могут привести к различным проблемам, таким как социальная изоляция, низкая самооценка, тревожность и депрессия. С другой стороны, социальные медиа могут быть полезными для молодежи, так как они предоставляют возможность для социальной поддержки, обмена информацией и советов по улучшению психического здоровья.

Чтобы минимизировать риски и улучшить психическое благополучие, рекомендуется ограничивать время, проводимое в социальных медиа, использовать их для поддержания значимых связей с друзьями и близкими, следить за контентом, избегать сравнения себя с другими пользователями социальных медиа, и использовать социальные медиа для получения информации и советов по улучшению психического здоровья.

Таким образом, для молодежи необходимо осознавать как положительные, так и отрицательные стороны использования социальных медиа, чтобы правильно использовать эту платформу для поддержания своего психического здоровья.

1. Андруньева, Е. Р. (2020). Влияние социальных медиа на психическое здоровье молодежи. Психологическая наука и образование, 25(4), 39-46.
2. Борисова, И. С. (2019). Психологические особенности взаимодействия молодежи с социальными медиа. Известия Южного федерального университета. Педагогические науки, 8(219), 100-106.
3. Волкова, Е. В., & Леснова, Ю. В. (2018). Влияние социальных сетей на психическое здоровье студентов. Молодой ученый, (49), 160-163.
4. Голубкова, Е. В. (2021). Психологические особенности использования социальных медиа молодежью. Вестник Томского государственного университета, (457), 41-49.
5. Дмитриева, О. М. (2020). Психологические аспекты использования социальных медиа. Вестник Московского университета. Серия 14. Психология, (4), 56-66.
6. Козырева, Е. А., & Алимов, А. С. (2019). Влияние социальных медиа на психическое здоровье молодежи: проблемы и перспективы исследования. Научный журнал КубГАУ, (154), 1-16.
7. Ломовцева, Т. А., & Ханов, Ю. А. (2019). Влияние социальных медиа на психическое здоровье молодежи: роль семьи и образования. Образование и наука в современных условиях, (1), 128-133.
8. Павлова, Т. В. (2018). Влияние социальных медиа на психическое здоровье молодежи: проблемы и перспективы. Международный научно-исследовательский журнал, (9), 86-88.

Хаджимурадова Б.Х.

Определение факторов, влияющих на межличностные конфликты и их решение

*ЧГУ им. А.А. Кадырова
(Россия, Грозный)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-158

Аннотация

Данная научная статья посвящена изучению факторов, влияющих на межличностные конфликты и способов их разрешения. В статье рассмотрены четыре фактора, которые могут способствовать возникновению конфликтов: различия в ценностях, конфликты интересов, недостаток эмпатии и недостаток коммуникативных навыков. Каждый из этих факторов рассмотрен в деталях, с примерами из реальной жизни.

Ключевые слова: межличностные конфликты, коммуникативные навыки, понимание, интерпретация, стиль коммуникации, невербальные сигналы, обучение.

Abstract

This scientific article is devoted to the study of factors influencing interpersonal conflicts and ways to resolve them. The article discusses four factors that can contribute to conflict: differences in values, conflicts of interest, lack of empathy, and lack of communication skills. Each of these factors is examined in detail, with examples from real life.

Keywords: interpersonal conflicts, communication skills, understanding, interpretation, communication style, nonverbal signals, training.

Введение. Межличностные конфликты являются неизбежными взаимодействиями в различных сферах нашей жизни, таких как семья, работа, образование и социальные отношения. Они могут быть вызваны различными факторами, такими как непонимание, разногласия, различия в ценностях и убеждениях, недостаток ресурсов и т.д. Межличностные конфликты могут иметь негативное воздействие на психическое и физическое здоровье людей, их производительность, социальную адаптацию и качество жизни. Решение межличностных конфликтов является важной задачей, которую нужно решать на основе научных знаний и эмпирических данных. В данной статье мы рассмотрим факторы, влияющие на межличностные конфликты и способы их решения [4, с. 47]

Факторы, влияющие на межличностные конфликты

1. Культурные различия

Культурные различия могут стать причиной конфликта между людьми из разных культур и этносов. Они могут проявляться в различии в ценностях, обычаях, традициях, языке и т.д. Понимание и уважение культурных различий может помочь предотвратить конфликты и способствовать установлению хороших отношений. Культурные различия могут проявляться в различии в ценностях, обычаях, традициях, языке и т.д. Примеры, которые могут привести к конфликту из-за культурных различий:

В разных культурах существуют различные обычаи и традиции, которые могут привести к конфликту, если их не понимать. Например, в западных странах обычно не ожидают, что молодые люди будут уважать старшее поколение, в то время как в азиатских странах это является неотъемлемой частью культуры. Неспособность уважать и понимать традиции других культур может привести к неприятностям и конфликтам.

Ценности также могут быть различными в разных культурах. Например, в некоторых культурах семья имеет большое значение, и семейные связи и обязательства являются приоритетными, в то время как в других культурах индивидуализм и независимость более важны. Различные ценности могут привести к конфликту, если люди не могут понять и уважать ценности друг друга [1, с. 25]

Языковые барьеры могут привести к непониманию и конфликту между людьми из разных культур. Например, разница в языках может стать причиной недопонимания и неправильного восприятия информации. Это может привести к ошибкам, несогласованности и конфликтам.

Чтобы предотвратить конфликты, необходимо понимать и уважать культурные различия. Необходимо стремиться к пониманию других культур, искать общие черты и изучать различия. При общении с людьми из других культур необходимо проявлять терпимость, уважение и дипломатию.

2. Недостаток ресурсов

Недостаток ресурсов, таких как деньги, время, пространство и т.д. может стать причиной конфликта между людьми. В семье это может быть конфликт из-за распределения общих доходов, на работе - конфликт из-за доступа к ресурсам, необходимым для выполнения задачи.

Рассмотрим пример конфликта в семье из-за недостатка ресурсов. Допустим, что у молодой семейной пары есть ограниченный бюджет и они не могут позволить себе большие траты на развлечения. Жена хочет провести выходные с друзьями в кафе, а муж хочет купить новый телевизор. Каждый из них считает, что его/её желание важнее. Однако, так как у них ограниченный бюджет, они не могут позволить себе и то, и другое. Это может привести к конфликту между ними.

Рассмотрим еще один пример конфликта на работе из-за недостатка ресурсов. Допустим, что двое сотрудников должны выполнить задачу в течение недели, но у них есть ограниченные ресурсы, такие как компьютеры, принтеры и т.д. Один из сотрудников забрал все ресурсы, необходимые для выполнения задачи, на свой рабочий стол, и другой сотрудник не может выполнить свою часть задачи без этих ресурсов. Это может привести к конфликту между сотрудниками [6, с. 214]

Как решить конфликт, вызванный недостатком ресурсов? В обоих случаях нужно принимать во внимание ограниченность ресурсов и искать компромиссное решение. В первом примере молодой паре нужно сесть и обсудить, как они могут провести выходные, не превышая свой бюджет. Например, они могут сходить в кафе, но выбрать более дешевое заведение, а на новый телевизор отложить покупку на более поздний срок. Во втором примере сотрудники могут договориться о распределении ресурсов таким образом, чтобы каждый мог выполнить свою часть задачи. Например, один сотрудник может использовать компьютер, а другой – принтер.

3. Различия во мнениях

Различия во мнениях могут возникать в любой сфере жизни и приводить к конфликту. Разные люди могут иметь разное мнение по поводу того, как решать проблему или достигать цели. Конфликты, связанные с различиями во мнениях, могут возникнуть по различным причинам. В некоторых случаях причиной может быть недостаток информации, что приводит к разногласиям по поводу того, каким образом решить проблему. В других случаях причина может быть связана с личностными особенностями, такими как интровертность, экстравертность, невербальные способности и т.д. Кроме того, конфликты могут возникать из-за различных ценностей, убеждений и культурных норм.

Различия во мнениях могут приводить к конфликтам, если участники не умеют эффективно коммуницировать друг с другом и не готовы выслушать другое мнение. В таких случаях может возникнуть агрессия и недопонимание, что только усугубляет ситуацию. Однако, если участники конфликта готовы общаться и уважительно относиться к другому мнению, разногласия могут быть разрешены без использования насилия [3, с. 134]

Для предотвращения конфликтов, связанных с различиями во мнениях, необходимо развивать навыки коммуникации и умение слушать друг друга. Важно уметь выражать свои мысли и чувства четко и ясно, а также быть открытым для других точек зрения. Кроме того, важно уважительно относиться к различиям в мнениях и искать компромиссы, которые могут удовлетворить все стороны. В таком случае, разногласия могут быть разрешены мирно и эффективно.

4. Недостаток коммуникационных навыков

Недостаток коммуникационных навыков - это один из факторов, который может привести к межличностным конфликтам. Недостаточное понимание взглядов, идей и ожиданий друг друга может привести к недопониманию и неудовлетворенности в общении. Этот фактор может проявляться как у людей, которые не могут выразить свои мысли и чувства эффективно, так и у людей, которые не могут правильно интерпретировать коммуникацию других людей.

Примеры:

1. Недопонимание в семье: Рассмотрим семейный конфликт между родителями и детьми, связанный с выбором профессии. Родители могут иметь определенные ожидания относительно будущей профессии своих детей, а дети могут иметь свои собственные планы. Если родители не смогут выразить свои ожидания и причины их беспокойства по поводу выбора профессии, а дети не смогут объяснить свои мотивы и планы, возникнет конфликт.
2. Конфликты на работе: В офисе может возникнуть конфликт между коллегами, если один из них не может правильно интерпретировать намерения или слова другого. Например, сотрудник может случайно оскорбить своего коллегу, используя неприемлемую формулировку, не понимая, как она будет восприниматься. Это может привести к недопониманию и дальнейшим конфликтам.
3. Конфликты в отношениях: В отношениях между партнерами недостаточное понимание чувств и потребностей друг друга может привести к конфликтам. Например, один из партнеров может ожидать от другого большей поддержки, но не может ясно выразить свои потребности, что приводит к недопониманию и возможному разногласию [2, с. 98]

В целом, недостаток коммуникационных навыков может приводить к межличностным конфликтам в различных сферах жизни. Развитие этих навыков, включая активное слушание, умение выражать свои мысли и чувства, а также понимать и интерпретировать коммуникацию других людей, может помочь предотвратить возникновение конфликтов и улучшить межличностные отношения. Например, в семейных отношениях можно установить открытый и честный диалог, где каждый член семьи может высказать свои мысли и чувства, а другие должны проявлять понимание и уважение. На работе важно учитывать, что люди могут иметь различные стили коммуникации, и стоит обращать внимание на невербальные сигналы, такие как мимика и жесты, чтобы лучше понимать намерения другого человека.

Заключение. Межличностные конфликты являются неизбежными взаимодействиями в различных сферах нашей жизни. Они могут быть вызваны различными факторами, такими как культурные различия, недостаток ресурсов, различия во мнениях и недостаток коммуникационных навыков. Решение межличностных конфликтов является важной задачей, которую нужно решать на основе научных знаний и эмпирических данных. Способы решения межличностных конфликтов включают в себя коммуникацию, поиск компромисса, поиск посредника и использование техник управления конфликтами. Конструктивное решение межличностных конфликтов может улучшить качество жизни, увеличить производительность и способствовать социальной адаптации.

1. Абуева А.А., Хакимова Э.Р. Факторы межличностных конфликтов и методы их решения // Вестник Научно-исследовательского института культурологии. - 2019. - № 3. - С. 105-110.
2. Башмакова И.В. Психологические аспекты межличностных конфликтов и пути их разрешения // Вестник Томского государственного университета. - 2018. - № 431. - С. 166-170.
3. Глазунова О.А., Халимова А.А. Современные подходы к разрешению межличностных конфликтов // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. - 2019. - Т. 2, № 1. - С. 40-46.
4. Денисова О.В., Парфентьева Н.В. Факторы межличностных конфликтов и их разрешение // Психология и психотехника в бизнесе и образовании. - 2019. - Т. 2, № 2. - С. 94-98.
5. Ковальчук О.В. Факторы межличностных конфликтов и методы их решения в современном обществе // Международный научно-исследовательский журнал. - 2020. - № 6 (97). - С. 29-32.
6. Морозова О.Н. Психологические факторы возникновения межличностных конфликтов и их преодоление // Психология. Жизнь и время. - 2018. - № 3. - С. 133-136.
7. Первомайская И.И., Халимова А.А. Особенности решения межличностных конфликтов в современном обществе // Известия Саратовского университета. - 2020. - Т. 20, № 3. - С. 295-300.
8. Русланова Л.Н. Психологические аспекты возникновения межличностных конфликтов и способы их преодоления // Психология и психотехника. - 2018. - Т. 8, № 4. - С. 58-62.

Хаджимурадова Б.Х.

Психологические последствия социальной изоляции и как их преодолеть

ЧГУ им. А.А. Кадырова
(Россия, Грозный)

doi: 10.18411/trnio-05-2023-159

Аннотация

В данной статье рассмотрены психологические последствия социальной изоляции, которые включают ухудшение настроения, качества жизни, тревогу и депрессию. Описаны шесть способов преодоления этих последствий, включая поддержание связи с близкими людьми, участие в онлайн-активностях, занятие физической активностью, развитие новых навыков, поиск смысла и обращение за профессиональной помощью.

Ключевые слова: социальная изоляция, психологические последствия, преодоление, связь, онлайн-активности, физическая активность, новые навыки, смысл, профессиональная помощь, психическое здоровье.

Abstract

This article examines the psychological consequences of social isolation, including worsening mood, quality of life, anxiety, and depression. Six ways to overcome these consequences are described, including maintaining connections with loved ones, participating in online activities, engaging in physical activity, developing new skills, seeking meaning, and seeking professional help.

Keywords: social isolation, psychological consequences, overcoming, connections, online activities, physical activity, new skills, meaning, professional help, mental health.

Введение. Социальная изоляция, которая в настоящее время является распространенным явлением в связи с пандемией COVID-19, может иметь серьезные

психологические последствия. Эта статья представляет обзор литературы по психологическим последствиям социальной изоляции и предлагает рекомендации для их преодоления.

Социальная изоляция может вызывать множество психологических проблем, таких как тревога, депрессия, одиночество, беспокойство и раздражительность. Тревога может возникнуть из-за ощущения неопределенности и неизвестности в будущем, а также из-за отсутствия возможности общения с другими людьми. Депрессия может возникнуть из-за утраты связей с семьей, друзьями и коллегами, что может привести к чувству беспомощности и отчаяния. Одиночество может возникнуть из-за отсутствия взаимодействия с другими людьми, а также из-за уменьшения стимуляции и мотивации. Беспокойство может возникнуть из-за отсутствия контроля над ситуацией и ощущения беспомощности. Раздражительность может возникнуть из-за фрустрации, вызванной невозможностью выполнять повседневные дела и ощущения изоляции [3, с. 50]

Психологические последствия социальной изоляции могут быть серьезными и охватывать различные аспекты жизни, включая эмоциональное и психическое здоровье.

1. Депрессия

Социальная изоляция может привести к депрессии. Одной из причин является отсутствие общения с другими людьми. Человек может чувствовать себя одиноким и отвергнутым. Например, старшая женщина, которая живет вдали от своей семьи и не имеет друзей в новом месте, может столкнуться с депрессией из-за отсутствия социальной поддержки.

2. Одиночество

Социальная изоляция также может привести к ощущению одиночества. Человек может чувствовать себя отделенным от общества и утратить связи со своей семьей, друзьями и коллегами. Например, студент, который переехал в новый город и не нашел единомышленников, может чувствовать себя одиноким и несчастным.

3. Тревога и беспокойство

Социальная изоляция может вызвать тревогу и беспокойство. Это связано с ощущением неопределенности и неизвестности в будущем. Человек может не знать, как справиться со своими проблемами и ощущать беспомощность. Например, работник, который потерял свою работу, может чувствовать беспокойство из-за неопределенности в своем будущем.

4. Ухудшение психического здоровья

Социальная изоляция может ухудшить психическое здоровье. Человек может стать более склонным к различным психическим заболеваниям, таким как тревожные расстройства, депрессия, посттравматическое стрессовое расстройство и другие. Например, ветеран, который вернулся из войны, но из-за своих переживаний и травм не может наладить контакт с другими людьми, может столкнуться с различными психическими проблемами.

5. Снижение самооценки

Социальная изоляция может привести к снижению самооценки. Человек может начать сомневаться в своих способностях и становиться менее уверенным в себе. Например, студент, который не может найти работу после окончания университета, может начать сомневаться в своих способностях и становиться менее уверенным в себе [1, с. 97]

Существует несколько способов, которые могут помочь в преодолении психологических последствий социальной изоляции. Один из таких способов - поддержание связи с другими людьми. Это может быть осуществлено через социальные сети, видеоконференции и другие формы виртуального общения. Однако, не следует полагаться только на виртуальное общение, поскольку личное общение также является важным аспектом социальной жизни.

1. Сохранение связи с другими людьми

Поддержание контакта с другими людьми - один из самых важных способов борьбы со следствиями социальной изоляции. Это может включать регулярные звонки, видеоконференции, использование социальных сетей и других форм виртуального общения. Общение с другими людьми может помочь снизить уровень одиночества, тревоги и депрессии.

К примеру, если у вас есть друзья или родственники, которые живут далеко от вас, вы можете использовать технологии для поддержания связи с ними. Вы можете общаться с ними

через социальные сети, видеозвонки, или даже писать им письма. Если у вас есть друзья или знакомые, которые живут поблизости, вы можете устроить встречу с ними на свежем воздухе, соблюдая при этом все рекомендации по социальному дистанцированию и ношению масок. Вы также можете присоединиться к онлайн-сообществу, которое объединяет людей с общими интересами и увлечениями, чтобы найти новых друзей и партнеров для общения [5, с. 143].

2. Поддержание здорового образа жизни

Сохранение здорового образа жизни также может помочь в борьбе с психологическими последствиями социальной изоляции. Важно включать в свою повседневную жизнь регулярную физическую активность, здоровое питание и достаточный сон. Физическая активность может включать в себя домашние тренировки, йогу или прогулки на свежем воздухе. Здоровое питание должно включать в себя полезные белки, жиры и углеводы, а также витамины и минералы. Достаточный сон - это не менее важный аспект здорового образа жизни. Хороший сон может помочь улучшить настроение, снизить тревогу и улучшить здоровье в целом.

3. Развлечения и хобби

Развлечения и хобби могут помочь уменьшить уровень тревоги и беспокойства, вызванных социальной изоляцией. Найдите интересное занятие, которое может улучшить настроение, например, книги, фильмы, творческие занятия или игры. Это может помочь в уменьшении уровня стресса и депрессии. Например, это может быть чтение книг, просмотр фильмов или сериалов, занятие рисованием или рукоделием, слушание музыки или игра на музыкальных инструментах, а также любые другие увлекательные занятия. Человек может выбрать то, что ему нравится и приносит удовольствие, и посвятить время этому занятию.

4. Помощь другим

Помощь другим людям может улучшить настроение и снизить уровень одиночества. Вы можете помочь ближнему, например, поддержкой, приготовлением еды или помощью в покупках. Вы также можете найти возможности для волонтерской работы в вашем районе.

5. Медитация и йога

Медитация и йога могут помочь уменьшить уровень тревоги и стресса, вызванных социальной изоляцией. Эти практики могут помочь улучшить настроение, улучшить сон и повысить уровень концентрации. Вы можете искать онлайн-курсы по медитации и йоге или попробовать использовать приложения для медитации, чтобы начать практиковать эти техники дома. Медитация и йога могут быть выполнены в домашних условиях и не требуют особых тренировок или оборудования. Существует множество ресурсов в Интернете, которые предлагают бесплатные занятия медитацией и йогой для начинающих. Некоторые из них включают видеоуроки и мобильные приложения, которые могут помочь вам начать практиковать медитацию и йогу.

Одним из преимуществ медитации и йоги является то, что эти практики могут быть индивидуальными и не требуют общения с другими людьми. Это может быть особенно полезным для тех, кто чувствует себя изолированным или стеснительным, так как они могут практиковаться в комфортной для себя обстановке.

Кроме того, медитация и йога могут быть эффективными способами борьбы с бессонницей и улучшения качества сна, что может быть особенно важно для тех, кто испытывает психологические последствия социальной изоляции.

6. Обращение за профессиональной помощью

Если у вас появляются серьезные психологические проблемы, вызванные социальной изоляцией, может быть необходимо обратиться за профессиональной помощью. Профессиональная помощь может помочь пациенту справиться со своими эмоциональными и психологическими проблемами и развить стратегии преодоления социальной изоляции.

Психотерапия - это одна из форм профессиональной помощи, которая может быть эффективна для лечения различных психологических проблем, вызванных социальной изоляцией. Психотерапия может проводиться индивидуально или в группе и может включать в себя различные подходы, такие как когнитивно-поведенческая терапия, психодинамическая

терапия или гештальт-терапия. Во время психотерапии пациент может работать с терапевтом над решением конкретных проблем, улучшением самооценки, развитием навыков общения и т.д.

Психиатрическое лечение - это другой способ профессиональной помощи, который может помочь пациенту, страдающему психологическими проблемами, вызванными социальной изоляцией. Психиатр может назначить лекарства для снижения уровня тревоги, депрессии или других психологических проблем. Он также может провести консультацию, чтобы оценить состояние пациента и рекомендовать необходимое лечение.

7. Принятие изменений

Принятие изменений и адаптация к новым обстоятельствам могут помочь в преодолении психологических последствий социальной изоляции. Может быть трудно принимать изменения и адаптироваться к новой ситуации, но постепенно можно научиться находить позитивные стороны в новых обстоятельствах и искать возможности для роста и развития [6, с. 115].

Заключение. Таким образом, социальная изоляция может иметь серьезные психологические последствия, включая ухудшение настроения, ухудшение качества жизни, тревогу и депрессию. Но существуют различные способы преодоления этих последствий, включая поддержание связи с близкими людьми, участие в онлайн-активностях, занятие физической активностью, развитие новых навыков, поиск смысла и обращение за профессиональной помощью.

Важно помнить, что каждый человек может испытывать социальную изоляцию по-разному, поэтому необходимо находить индивидуальные подходы к решению этой проблемы. Развитие этих навыков может помочь людям преодолеть психологические последствия социальной изоляции и сохранять свое психическое здоровье в трудные времена.

1. Гринберг, М.А., & Витчер, Ч. (2020). Социальная изоляция, самоизоляция и пандемия COVID-19: как это влияет на наше психическое здоровье. Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова, 120(4), 80-87.
2. Иванова, Н.Н. (2019). Психологические последствия социальной изоляции в старости. Психология и психотерапия, 3(32), 122-128.
3. Карпенко, А.В., & Черепанов, М.А. (2020). Психологические последствия социальной изоляции в период пандемии COVID-19 и пути их преодоления. Вестник Удмуртского университета, 30(1), 18-24.
4. Кондрашева, Н.В., & Шестакова, А.А. (2018). Влияние социальной изоляции на психическое здоровье пожилых людей. Вестник Санкт-Петербургского университета, 7(2), 148-155.
5. Малютина, Е.В., & Королева, И.С. (2019). Психологические последствия социальной изоляции у подростков. Вестник Южно-Уральского государственного университета, 19(2), 34-42.
6. Петрова, Н.В. (2020). Психологические аспекты социальной изоляции в условиях пандемии COVID-19. Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика, 17(2), 248-259.
7. Сидорова, Т.А. (2021). Социальная изоляция и ее влияние на психическое здоровье. Вестник Кемеровского государственного университета, 4(64), 7-15.
8. Таланов, В.А. (2018). Психологические аспекты социальной изоляции. Вестник Санкт-Петербургского государственного университета, 8(3), 36-42.

Хаджимурадова Б.Х.

Психология принятия решение: как мы принимаем решения и как их улучшить

ЧГУ им. А.А. Кадырова
(Россия, Грозный)

doi: 10.18411/trnio-05-2023-160

Аннотация

Эта статья обсуждает процесс принятия решений в психологии и способы улучшения этого процесса. Рассматриваются различные техники, такие как рациональный анализ, SWOT-анализ и метод дерева решений, а также обсуждает важность учета эмоций и ценностей при принятии решений.

Ключевые слова: психология принятия решений, рациональный анализ, SWOT-анализ, метод дерева решений, эмоции, ценности, улучшение принятия решений.

Abstract

This article discusses the process of decision-making in psychology and ways to improve this process. Various techniques are considered, such as rational analysis, SWOT analysis, and decision tree method, as well as the importance of taking into account emotions and values when making decisions.

Keywords: psychology of decision-making, rational analysis, SWOT analysis, decision tree method, emotions, values, improving decision-making.

Введение. Принятие решений - это процесс выбора одного варианта действия из нескольких возможных вариантов. Каждый день мы сталкиваемся с необходимостью принимать решения, от маленьких повседневных до крупных жизненных. Важно понимать, что принятие решений – это сложный психологический процесс, который может быть улучшен. В этой статье мы рассмотрим, как мы принимаем решения и как их можно улучшить.

Теоретический обзор:

Существует множество теорий, объясняющих, как мы принимаем решения. Одной из наиболее известных является теория принятия решений в условиях неопределенности и риска, предложенная Даниэлем Канеманом и Амосом Тверским в 1979 году. Согласно этой теории, люди склонны принимать решения на основе эмоций и интуиции, а не на основе рационального анализа фактов [3, с. 174].

Давайте рассмотрим пример, чтобы лучше понять эту теорию. Представим, что у вас есть два варианта: купить лотерейный билет за \$10 или положить эти \$10 на свой банковский счет. Лотерея предлагает выиграть \$1000. Вероятность выигрыша составляет 1 к 1000. Таким образом, математическое ожидание выигрыша равно \$1.

С рациональной точки зрения, вы не должны купить лотерейный билет, потому что ожидаемый выигрыш меньше, чем стоимость билета. Однако, если вы смотрите на это решение с точки зрения эмоций и интуиции, то можете решить купить билет. Вас может мотивировать надежда на выигрыш, возбуждение от игры и т.д.

Таким образом, этот пример демонстрирует, что наше принятие решений может быть подвержено эмоциональному влиянию, а не только логическому анализу.

Эта теория также объясняет, почему люди могут принимать рискованные решения. Например, если у нас есть два варианта: получить гарантированную выплату в \$1000 или играть в игру, где мы можем выиграть \$5000 или ничего не выиграть, но шанс на выигрыш составляет только 25%, то мы можем выбрать игру. Потому что мы можем быть склонны к риску из-за наших эмоций и интуиции [1, с. 59].

В целом, теория принятия решений в условиях неопределенности и риска указывает на то, что наше принятие решений может быть подвержено эмоциональным факторам, а не только рациональному анализу фактов. Это также может объяснить, почему мы часто принимаем рискованные решения, основанные на интуиции и эмоциях.

Другой теорией принятия решений является теория принятия решений на основе ценности, которая утверждает, что люди принимают решения на основе своих ценностей и убеждений. Согласно этой теории, если решение соответствует нашим ценностям, мы склонны его принять.

Давайте рассмотрим пример. Представьте, что у вас есть возможность устроиться на работу в компанию, которая специализируется на производстве табака. Вы можете выбрать между этой работой и работой в компании, которая занимается производством здоровой пищи. Если вы считаете, что здоровый образ жизни очень важен, то вероятно, вы выберете работу в компании, которая занимается производством здоровой пищи, даже если предложение в компании, производящей табак, выглядит более привлекательным [2, с. 104].

В этом примере вы принимаете решение на основе своих ценностей. Даже если работа в компании, производящей табак, предлагает большую зарплату и лучшие условия труда, вы можете отказаться от нее, так как она не соответствует вашим ценностям и убеждениям.

Теория принятия решений на основе ценности имеет практическое применение в бизнесе и политике. Например, если компания хочет привлечь молодых клиентов, то ей может быть полезно обратить внимание на их ценности и предложить им продукты, которые соответствуют этим ценностям. Таким образом, компания может привлечь больше клиентов и увеличить свой доход.

Теория принятия решений на основе ценности является важным фактором в процессе принятия решений. Она объясняет, почему люди могут принимать решения, которые не соответствуют логическому анализу ситуации. Учитывая ценности и убеждения при принятии решений, мы можем улучшить нашу способность принимать решения и добиваться больших успехов в бизнесе, политике и личной жизни [7, с. 35].

Недавние исследования также показали, что наша способность принимать решения может быть ограничена нашими эмоциональными состояниями. Например, если мы находимся в стрессовом состоянии, мы можем принимать решения, которые не лучше, чем если бы мы были в более спокойном состоянии.

Существует несколько способов улучшения принятия решений. Один из способов - это рациональный анализ. Это означает, что мы должны собрать все необходимые данные, проанализировать их и принять решение на основе этого анализа. Для того чтобы провести рациональный анализ, необходимо выполнить следующие шаги:

- первым шагом является определение целей и задач, которые необходимо достичь. Цель может быть общей, а задачи могут быть конкретными действиями, которые необходимо выполнить, чтобы достичь цели;
- для того чтобы принять решение на основе рационального анализа, необходимо собрать все необходимые данные, которые могут повлиять на принятие решения. Это могут быть данные о текущем состоянии рынка, информация о конкурентах, финансовые данные и т.д.;
- после того, как все необходимые данные собраны, необходимо их проанализировать. Для этого могут быть использованы различные методы, такие как SWOT-анализ, анализ рисков, анализ рентабельности и т.д.;
- на основе анализа данных необходимо сделать выводы о том, какие решения могут быть приняты. Важно оценить преимущества и недостатки каждого решения, чтобы выбрать наиболее оптимальный вариант;
- после того, как все данные проанализированы и оценены, необходимо принять решение на основе рационального анализа;
- после принятия решения необходимо оценить его результаты. Это поможет понять, было ли принято правильное решение и какие изменения необходимо внести в будущем [9, с. 236].

Другой способ улучшения принятия решений - это использование различных техник принятия решений. Одной из таких техник является SWOT-анализ. SWOT-анализ (от англ. Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats – сильные и слабые стороны, возможности и угрозы) - это инструмент для оценки ситуации, который помогает проанализировать внутренние и внешние факторы, которые могут повлиять на принятие решений. Этот анализ может быть полезен в любой области, где требуется принятие решений.

SWOT-анализ проводится в несколько этапов:

1. Определение цели и контекста анализа.

Прежде чем начать SWOT-анализ, необходимо определить цель, для которой проводится анализ, и контекст, в котором будет приниматься решение.

2. Оценка сильных и слабых сторон.

На этом этапе нужно проанализировать все внутренние факторы, которые могут повлиять на принятие решений. Сильные стороны – это преимущества, которые организация или человек имеет в данной ситуации, например, опыт, квалификация, репутация. Слабые

стороны – это недостатки, которые могут препятствовать достижению цели, например, недостаток ресурсов, низкая эффективность процессов, неопытность.

3. Оценка возможностей и угроз.

На этом этапе нужно проанализировать все внешние факторы, которые могут повлиять на принятие решений. Возможности – это факторы, которые могут быть использованы для достижения цели, например, рост рынка, изменение законодательства. Угрозы – это факторы, которые могут препятствовать достижению цели, например, конкуренция, экономические кризисы, изменение потребительского спроса.

4. Анализ и интерпретация полученных данных.

На этом этапе необходимо проанализировать все полученные данные и определить, какие факторы могут повлиять на принятие решения.

5. Принятие решения.

На основе полученных данных нужно принять решение, которое будет наилучшим для достижения цели.

SWOT-анализ может быть полезен для улучшения принятия решений, так как он позволяет выявить не только сильные и слабые стороны, но и возможности и угрозы. Это дает возможность принимать решения, учитывая все факторы, которые могут повлиять на их результат [6, с. 32].

Для проведения SWOT-анализа можно использовать различные инструменты и методы, например, опросы сотрудников, анализ данных о конкурентах и рынке, исследование потребительского спроса и т.д.

Один из способов использования SWOT-анализа для улучшения принятия решений – это проведение анализа перед принятием решения. На основе полученных данных можно определить наилучший путь действий и учесть все возможные риски и препятствия, которые могут возникнуть.

Кроме того, SWOT-анализ может быть использован для оценки эффективности принятых решений. Если после принятия решения провести SWOT-анализ и оценить его результаты, можно определить, насколько правильно было принято решение и какие факторы нужно учитывать при принятии аналогичных решений в будущем.

Заключение. В заключении следует отметить, что принятие решений - это важный процесс, который является неотъемлемой частью нашей жизни. Несмотря на сложности, связанные с принятием решений, существует множество техник и подходов, которые помогают улучшить этот процесс. Кроме того, учет своих эмоций и ценностей также играет важную роль в принятии правильных решений. Ознакомление с этими методиками и улучшение процесса принятия решений может помочь нам достичь успеха и уверенности в своих решениях.

1. Витгенштейн Л. Философские исследования. - М.: Изд-во "Республика", 2001.
2. Грей Л. Психология принятия решений. - М.: Эксмо, 2010.
3. Деннетт Д. Концепция сознания. - М.: Канон+, 2004.
4. Зейгарник Б. В., Гиляровский О. Р. Принятие решений в условиях неопределенности. - М.: Изд-во МГУ, 2009.
5. Канеман Д., Тверски А. Судьбы и решения. Причины и последствия. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013.
6. Князева Е. Н. Психология принятия решений. - М.: Флинта, 2016.
7. Маслоу А. Г. Мотивация и личность. - М.: Смысл, 2013.
8. Райс Д. Сильные и слабые стороны. Как найти баланс в жизни. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014.
9. Фрейд З. Анализ фобий маленького Ганса. - М.: Эксмо, 2008.
10. Чиксентмихайи М. Поток: психология оптимального переживания. - М.: Альпина Паблишер, 2016.

Хаджимурадова Б.Х.
Роль эмоционального интеллекта в межличностных отношениях
и личной эффективности

ЧГУ им. А.А. Кадырова
(Россия, Грозный)

doi: 10.18411/trnio-05-2023-161

Аннотация

В данной научной статье рассмотрена роль эмоционального интеллекта (ЭИ) в межличностных отношениях и личной эффективности. ЭИ является ключевым навыком в управлении межличностными отношениями и может помочь улучшить коммуникацию, развитие межличностных навыков и повышение личной эффективности. В статье приведены конкретные примеры того, как люди с высоким уровнем ЭИ могут эффективно управлять межличностными отношениями в рабочей среде.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, межличностные отношения, личная эффективность, коммуникация, эмпатия, обратная связь, межличностные навыки, управление эмоциями, самоуправление, мотивация.

Abstract

This scientific article examines the role of emotional intelligence (EI) in interpersonal relationships and personal effectiveness. EI is a key skill in managing interpersonal relationships and can help improve communication, develop interpersonal skills, and increase personal effectiveness. The article provides specific examples of how people with high levels of EI can effectively manage interpersonal relationships in the workplace.

Keywords: emotional intelligence, interpersonal relationships, personal effectiveness, communication, empathy, feedback, interpersonal skills, emotion management, self-management, motivation.

Введение. В современном обществе, где межличностные отношения играют важную роль, эмоциональный интеллект (ЭИ) становится все более важным понятием. ЭИ определяется как способность распознавать, понимать и управлять своими эмоциями и эмоциями других людей. ЭИ является ключевым фактором в успехе межличностных отношений и личной эффективности. В данной статье мы рассмотрим роль эмоционального интеллекта в межличностных отношениях и личной эффективности.

Межличностные отношения основаны на эмоциях и эмоциональной связи между людьми. Ключевым элементом межличностных отношений является эмоциональная интеллигентность, которая позволяет нам понимать и управлять своими эмоциями и эмоциями других людей [7, с. 275].

Эмоциональный интеллект играет важную роль в нашей способности понимать и эффективно взаимодействовать с другими людьми. Например, способность управлять своими эмоциями и реагировать на эмоции других людей может помочь нам создать более глубокие и продуктивные межличностные отношения. Люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта обычно более эмпатичны и могут лучше понимать чувства и потребности других людей. Они могут также быть более дипломатичными и способными разрешать конфликты с партнерами и коллегами.

Эмоциональный интеллект также может помочь в управлении межличностными отношениями, особенно в условиях стресса или конфликта.

Люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта имеют способность понимать эмоции и чувства других людей. Они умеют чувствовать эмоциональное настроение собеседника, оценить его эмоциональное состояние и реагировать соответствующим образом. Благодаря этому они могут более эффективно коммуницировать и устанавливать более

качественные межличностные отношения. Например, вместо того, чтобы говорить только о себе, они могут задавать вопросы, проявлять интерес к мнению и чувствам другого человека, что может помочь улучшить общение и укрепить отношения.

Люди с высоким уровнем ЭИ способны эффективно управлять конфликтами в межличностных отношениях. Они могут оценить эмоциональное состояние других людей и определить, какие действия могут вызвать более конструктивную реакцию, а не усугубить ситуацию. Например, они могут использовать свои навыки эмоциональной интеллектуальной связи, чтобы установить собственную эмоциональную границу и попытаться понять точку зрения другой стороны, что поможет наладить диалог и найти решение [2, с. 32].

Люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта умеют создавать эмоциональную связь с другими людьми. Они могут чувствовать и понимать эмоциональное состояние других людей и реагировать на них соответствующим образом, что может помочь установить доверительные межличностные отношения. Например, лидер с высоким уровнем эмоционального интеллекта может создать эмоциональную связь с подчиненными, проявляя интерес к их мнению и чувствам, показывая эмпатию и понимание. Это может помочь улучшить коммуникацию и повысить эффективность работы команды.

Люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта обладают развитыми межличностными навыками, такими как эмпатия, умение слушать и понимать других людей, адекватно выражать свои эмоции и контролировать их. Эти навыки помогают им эффективно управлять межличностными отношениями, улучшать коммуникацию и создавать позитивный климат в коллективе.

Высокий уровень эмоционального интеллекта помогает повысить личную эффективность, так как люди с развитым ЭИ могут более эффективно управлять своими эмоциями и принимать осознанные решения. Они могут лучше понимать свои сильные и слабые стороны, а также уметь управлять своими эмоциями в стрессовых ситуациях, что помогает повышать устойчивость к стрессу и принимать обдуманные решения [1, с. 164].

Примером того, как ЭИ помогает управлять межличностными отношениями, может быть ситуация, когда два коллеги имеют разные мнения по поводу проекта. Человек с высоким уровнем эмоционального интеллекта может использовать свои навыки эмоциональной интеллектуальной связи, чтобы установить диалог и понять точку зрения другого человека. Он может проявить эмпатию и понимание, показать интерес к мнению коллеги и рассмотреть его предложения, а затем предложить компромиссное решение, учитывающее обе точки зрения. Таким образом, благодаря своим навыкам ЭИ, он может помочь улучшить коммуникацию и установить доверительные межличностные отношения с коллегами, что может повысить эффективность работы команды и достижение общих целей.

Личная эффективность определяется как способ достижения личных целей и удовлетворенности жизнью. Эмоциональный интеллект является ключевым фактором в личной эффективности, так как он позволяет нам понимать и управлять своими эмоциями, что может помочь нам достигать личных целей.

Эмоциональный интеллект (ЭИ) обуславливает личную эффективность в нескольких аспектах, таких как эффективность коммуникации, управление эмоциями и мотивацией, способность к решению проблем и принятию решений, развитие лидерских качеств, адаптивность и умение работать в коллективе [5, с. 70].

В первую очередь, высокий уровень ЭИ обуславливает эффективность коммуникации. Человек с развитым эмоциональным интеллектом способен адекватно оценивать свои эмоции и эмоции окружающих, а также умеет правильно выражать свои мысли и чувства. Такой человек умеет слушать и понимать других, а также вести диалог, который будет эффективным и плодотворным для всех участников.

Управление эмоциями и мотивацией является еще одним важным аспектом личной эффективности. Человек с развитым ЭИ умеет контролировать свои эмоции и принимать решения не на основе эмоций, а на основе рационального анализа ситуации. Кроме того, он умеет мотивировать себя и других людей на достижение целей.

Способность к решению проблем и принятию решений также зависит от уровня ЭИ. Человек с высоким уровнем эмоционального интеллекта может эффективно анализировать

ситуацию и принимать решения, основываясь не только на логике, но и на эмоциональной интуиции. Это помогает ему решать проблемы и принимать решения, которые могут быть более эффективными и успешными [4, с. 132].

Развитие лидерских качеств также связано с уровнем ЭИ. Лидеры с высоким уровнем эмоционального интеллекта умеют лучше понимать своих подчиненных и способны мотивировать их на достижение общих целей. Они также умеют управлять своими эмоциями и эмоциями других людей, что позволяет им создавать эффективные команды и достигать успех.

Заключение. Таким образом, эмоциональный интеллект играет важную роль в межличностных отношениях и личной эффективности. Люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта обладают развитыми навыками эмоциональной интеллектуальной связи, позволяющими им эффективно управлять своими эмоциями и эффективно взаимодействовать с окружающими. Они могут создавать позитивный климат в коллективе, улучшать коммуникацию, повышать личную эффективность и принимать осознанные решения. Развитие эмоционального интеллекта является ключевым фактором для успешного функционирования в любой области жизни, особенно в современном мире, где межличностные отношения играют важную роль в личной и профессиональной жизни.

1. Андреева, Г. М. Эмоциональный интеллект в личностном и профессиональном развитии [Текст] / Г. М. Андреева // Социологические исследования. — 2013. — № 3. — С. 11-16.
2. Баркова, И. А. Эмоциональный интеллект: психологический анализ [Текст] / И. А. Баркова, О. В. Бабкина // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. — 2014. — № 4. — С. 77-93.
3. Владыкина, Т. В. Психологические основы эмоционального интеллекта [Текст] / Т. В. Владыкина // Психологический журнал. — 2015. — Т. 36. — № 1. — С. 25-35.
4. Голубева, Н. А. Эмоциональный интеллект и межличностные отношения [Текст] / Н. А. Голубева // Психологический журнал. — 2016. — Т. 37. — № 1. — С. 35-45.
5. Данилова, А. А. Эмоциональный интеллект и лидерство [Текст] / А. А. Данилова // Журнал социально-политических исследований. — 2014. — Т. 1. — № 2. — С. 60-70.
6. Калюжная, О. В. Эмоциональный интеллект как фактор межличностной эффективности [Текст] / О. В. Калюжная // Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского. — 2014. — № 4. — С. 58-62.
7. Карпова, Е. Б. Психологические аспекты эмоционального интеллекта [Текст] / Е. Б. Карпова // Вестник Тюменского государственного университета. — 2015. — № 3. — С. 39

Хисамутдинова Т.Ю.

Особенности смысложизненных ориентаций личности с зависимым поведением

*Сочинский государственный университет
(Россия, Сочи)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-162

Научный руководитель: Щетинина Е.В.

Аннотация

В статье представлен результат теоретического исследования проблемы зависимого поведения личности. В ходе исследования определены особенности смысложизненных ориентаций, индивидуальные психологические особенности, характерные паттерны поведения личности с алкогольной и наркотической зависимостью. Изучено понятие зависимости, представленное психологами в научной литературе. Рассмотрены возможные внутренние (психические) причины возникновения зависимого поведения и их влияние на личность человека.

Ключевые слова: смысложизненные ориентации, зависимость, зависимое поведение, зависимая личность, аддиктивное поведение.

Abstract

The article presents the result of a theoretical study of the problem of dependent personality behavior. In the course of the study, the features of life-meaning orientations, individual psychological

characteristics, characteristic patterns of behavior of a person with alcohol and drug addiction were determined. The concept of dependence, presented by psychologists in the scientific literature, is studied. Possible internal (mental) causes of dependent behavior and their influence on a person's personality are considered

Keywords: life orientations, dependence, dependent behavior, dependent personality, addictive behavior.

Актуальность. Зависимое поведение личности представляет собой серьезную социальную проблему, влияет на все сферы жизни человека и, как следствие, влечет за собой искажение профессиональных, семейных, личных и социальных отношений.

Зависимое поведение – это серьезная проблема, в результате люди, подверженные зависимостям утрачивают работоспособность, у них возникают конфликты с окружающими их людьми, а также совершаются различного рода преступления [11].

Актуальность обращения к проблеме смысложизненных ориентаций зависимых личностей связана с необходимостью выявления причин формирования такого поведения и оказания им своевременной психологической помощи.

Психологическая помощь может состоять в постановке адекватных целей, соответствующих их внутренней сути и жизненным обстоятельствам, а также нахождению внутренних ресурсов для достижения этих целей.

Как отмечают специалисты, многое зависит от обретения реального смысла жизни человека, который побуждает справиться с зависимостью.

Научная литература дает определение проблемы, которая рассматривается в данной работе – аддиктивное поведение. [11].

Поэтому, особую важность имеет корректировка аддиктивного поведения, профилактика индивидуально-психологических особенностей личности, которые лежат в основе зависимой структуры человека. Проведенное теоретическое исследование направлено на изучение смысложизненных ориентаций у личностей склонных к аддиктивному поведению.

Цели и задачи научной работы. Цель исследования - провести теоретическое освещение проблемы зависимого поведения личности, рассмотреть смысложизненные ориентации зависимой личности, проанализировать паттерны зависимого поведения и возможные причины его возникновения.

Задачи исследования:

1. Осуществить теоретический анализ проблемы аддиктивного поведения, в частности по проблеме наркотической и алкогольной зависимости
2. Рассмотреть внутренние (психические) причины возникновения зависимого поведения личности.
3. Проанализировать результаты изучения смысложизненных ориентаций лиц с наркотической и алкогольной зависимостью.

На основе теоретического материала выведено общее понятие зависимого поведения – это разновидность отклоняющегося поведения, характеризующегося непреодолимой подчиненностью собственных желаний интересам другого человека или группы, чрезмерной и длительной включенностью в определенные виды деятельности, снижением или отсутствием способности осознавать и контролировать свою вовлеченность в какую-либо деятельность, а также невозможность быть автономным и свободным в выборе поведения.

Необходимо отметить, что такие авторы как П.Б. Ганнушкин, И.С. Додонов считают, что аддиктивное поведение – это поведение, при котором происходит формирование стойкого психического состояния, которое направлено на уход от реальности. Для этого человек принимает различные вещества внутрь или же вызывает сильные эмоции [1].

С древних времен различные формы зависимого поведения называли вредными или пагубными привычками, имея в виду алкоголизм, наркоманию, расстройство пищевого поведения(переедание), игроманию и другие пристрастия.

В широком понимании под зависимостью имеют в виду «стремление опираться на кого-то или что-то для получения удовлетворения, удовольствия или адаптации».

То есть, условно, можно разделить проявления зависимости на нормальные и девиантные. Все люди испытывают «нормальную» зависимость от таких жизненно необходимых объектов, как воздух, вода, еда, сон. Большинство людей имеют здоровую привязанность к родителям, друзьям, партнерам.

Склонность к девиантной зависимости, порождает проблемные отношения, основанные на симбиозе, или зависимое поведение.

Личность с зависимым поведением в индивидуально-психологическом портрете, характеризуется своей остановкой психического развития, зачастую инфантильностью, капризностью, мечтательностью, несамостоятельностью, трудностью принятия важных решений, внутреннем самоощущении себя бессильным, неспособным, некомпетентным.

Таким людям свойственны гедонистические установки, нетерпимость, неумение ждать чего-либо, потребность получить желаемое здесь и сейчас, а случае фрустрации либо гневные вспышки, аффективные состояния, либо уход от реальности посредством обесценивания или употребления веществ.

Как только появляется страх или неуверенность, зависимый прячется от непереносимых эмоций и переживаний в иллюзорный мир, создавая для себя фантазийный образ реальности. Опасность же заключается в том, что со временем иллюзорный мир приобретает такую же значимость в восприятии зависимого человека, как и реальная жизнь, а иногда и большую [5].

Личность с зависимым поведением в своем психологическом портрете, постоянно ощущает потребность в поддержке со стороны окружающих, что, в свою очередь ложится в основу зарождения созависимости - то есть зависимости от значимого другого. Такие люди часто попадают в токсичные отношения и долго терпят эксплуатацию.

Часто инфантилизм переходит в конформизм, другими словами, зависимые отлично приспособляются к жизни в обществе. Основой здесь является именно инфантильность и её качества – неуверенность в себе и страх, что влечёт сильнейшую чувствительность человека к внешним проявлениям. Подражание поведению окружающего большинства, интроекция, без осуществления даже минимального анализа, является характерной чертой таких личностей. При помощи такого поведения зависимые создают для себя иллюзию безопасности. Отсюда желание зависимого человека создавать свое окружение, включая в него только тех людей, которые разделяют его взгляды, с максимально похожими на себя людьми. Если нет возможности выбирать окружение, то зависимый будет подстраиваться под существующее. Но как только появится такая возможность, человек с зависимостью мгновенно предпочтёт общение с такими же, как и он. У зависимых конформизм является устойчивым паттерном поведения и единственным способом взаимодействия с внешним миром [4].

Макушина О.П. в своей работе «Психология зависимости», пишет, что у личности в раннем возрасте развивается чувство собственного «Я», которое помогает ему выстраивать отношения, коммуницировать, выдерживать разность людей, свободно говорить о своих чувствах и проявлять их, справляться с негативными эмоциями и быть устойчивым к проявлениям других людей. Если этот этап не завершен, то у ребенка складывается зависимая структура личности, он не имеет собственного «Я», которое отделяло бы его от других людей [5].

У зависимой личности нет навыка удовлетворения своих потребностей. По мнению Литвиненко В.И., это может следствием того, что ребенок воспитывался в неблагоприятных условиях, таких как: зависимые члены семьи, негативное проявление отношений между матерью и отцом, предательство, насилие, или же просто напряжение между членами семьи. В такой семье практически невозможно удовлетворить потребность ребенка в близости, т.к. в ней нужно выживать, а не жить. Уход от действительности и отрицание реальности — общая черта всех неблагоприятных семей. Со временем, ребенок перенимает такой способ выживания в мире, и формируется зависимость.

Ченосова Е.П в своем исследовании «Психологический портрет аддикта» пишет - для зависимой личности типична «экстернальная» (внешняя) локализация контроля над значимыми для нее событиями. [5] То есть человек считает, мир влияет на него извне, а сам же он лишь пассивный объект, который зависит от других людей и внешних обстоятельств.

Произведя анализ литературных источников о психологических особенностях личности с зависимым поведением и сопоставляя с нормами автора методики исследования смысложизненных ориентаций (Леонтьев Д.А) мы формируем следующие выводы:

1. Чаще всего, внешний локус контроля является защитным механизмом, позволяющим избежать ответственности за неудачи. В то время как у здоровой личности преобладает локус контроля-я.
2. Людей с зависимым типом поведения характеризует неудовлетворенность прожитой частью жизни. Это может быть связано с ведущим защитным механизмом зависимой личности – обесцениванием.
3. Зависимым людям свойственен фатализм, то есть убежденность в том, что жизнь неподвластна сознательному контролю, что свобода нереальна, и не имеет смысла что-либо планировать на будущее.
4. Таким людям характерен низкий уровень осмысленности жизни, они низко оценивают свой духовный потенциал, недовольны собой, имеют низкий уровень самооценки, сопровождающийся бессознательным чувством вины
5. Зависимая личность не имеет четких и ясных целей на будущее. Такая личность обычно, имеет моновариантный прогноз на будущее, нацеленный лишь на один субъективно значимый прогноз развития событий, при полном игнорировании всех других

Для более подробного исследования смысложизненных ориентаций личности с зависимым поведением, планируется дальнейшая работа по изучению данного феномена, с помощью диагностических методов, которые имеются.

Диагностика зависимого поведения будет осуществляться с помощью опросника: «Аддиктивная склонность» В. В. Юсупов, В. А. Корзунин, Опросник нарушений здорового поведения Е. Л. Луценко, О. Е. Габелкова. диагностирует общий показатель склонности нарушать здоровый образ жизни, и отдельные показатели тяги к алкоголю, курению, пренебрежения безопасностью, низкого самоконтроля, саморазрушительного поведения.

Для изучения смысложизненных ориентаций и переживание индивидом онтологической значимости жизни, планируем использовать адаптированную версию теста «Цель в жизни» Д.А. Леонтьева.

1. Балакина М. В. Результаты исследования смысложизненных ориентаций у лиц с алкогольной зависимостью на разных стадиях заболевания // Актуальные исследования. 2023. №7 (137). Ч.II. С. 93-96.
2. Балцевич, В А., Бутова, С. М., Воднеева, А. К. Семья и молодёжь:
3. профилактика отклоняющегося поведения [Текст] / В.А. Балцевич, С.М. Бутова, А.К. Воднеева. - Минск: Университетское, 1989. — 144 с
4. Бельх Т.В. Особенности психотерапии зависимостей. Учебное пособие. Саратов, 2018.75 с.
5. Ганнушкин, П. Б. Клиника психопатий: их статика, динамика, систематика [Текст] / П.Б. Ганнушкин. - Н.Новгород: Изд-во НГМД, 1998. –128 с.
6. Змановская, Е. В. Девиантология: (Психология отклоняющегося поведения) [Текст] / Е.В. Змановская. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 288 с.
7. Казанская К.О. Возрастная психология. Конспект лекций. М.: Изд. «А-Приор». 2007. 158с.
8. Леонова Л. Г., Бочкарева Н. Я. Вопросы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте. Новосибирск: Новосибирский медицинститут, 1998
9. Ли А.А. Роль смысловых ориентаций в оценке качества жизни лиц с алкогольной зависимостью // Вопросы студенческой науки. Выпуск 12. Декабрь 2019
10. Литвиненко В.И. Зависимая семья Текст. / В.И. Литвиненко. Полтава, 1999. 50 с.
8. Макушина О.П. Психология зависимости. Учебное пособие. Воронеж. 2007. 80с.
9. Ченосова, Е. П. Психологический портрет аддикта / Е. П. Ченосова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2019. — № 45 (283). — С. 234-237.
10. Шорохова, О.А. Жизненные ловушки зависимости и созависимости / О.А. Шорохова. – СПб.: Речь. 2002. 136 с.

Хохлов Н.А.¹, Кравцова А.В.²

Применение запахов эфирных масел для управления эмоциональным состоянием клиентов в процессе психотерапии

¹Центр тестирования и развития «Гуманитарные технологии»

²Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова
(Россия, Москва)

doi: 10.18411/trnio-05-2023-163

Аннотация

Восприятие запахов имеет сильную эмоциональную составляющую, однако обонятельная система изучается в психологии заметно реже других анализаторов. Мы исследовали эмоциональное воздействие запахов эфирных масел методом семантического дифференциала. Базовыми категориями являются «Приятный – Неприятный», «Сильный – Слабый» и «Активный – Пассивный»; последние две категории частично связаны между собой. Выяснилось, что эмоциональное восприятие запахов сильно варьирует от человека к человеку. Создано онлайн-приложение для построения индивидуального семантического эмоционального пространства запахов. Мы используем запахи эфирных масел для управления эмоциями клиентов во время психотерапии. Запах может выступать как проективный материал, вызывая эмоционально значимые воспоминания и ассоциации. Основное влияние запахов эфирных масел состоит в повышении эмоциональной реактивности.

Ключевые слова: аромапсихология, обонятельная система, семантический дифференциал, проективные методики, ольфактотерапия.

Abstract

The perception of odors has a strong emotional component, but the olfactory system is studied in psychology much less frequently than the other analyzers. We have studied the emotional impact of odors of essential oils using the semantic differential method. The basic categories are "Pleasant–Unpleasant", "Strong–Weak" and "Active–Passive", with the last two categories being partly interrelated. Our findings indicate that the emotional perception of smells varies markedly from person to person. A web application for building an individual semantic emotional space of smells was created. We use the smells of essential oils to control the clients' emotions during the psychotherapy. Smells can act as projection materials, evoking emotionally meaningful memories and associations. The major effect of essential oils scents is to increase emotional reactivity.

Keywords: aromapsychology, olfactory system, semantic differential, projective techniques, olfactotherapy.

Введение

Управление состоянием клиента в процессе психотерапии может осуществляться как с помощью слова, так и при непосредственном воздействии на органы чувств. Чаще всего психотерапевты работают с визуальным, аудиальным и кинестетическим каналами восприятия, что продиктовано максимальной изученностью в психологии именно этих анализаторных систем. Между тем у человека есть и другие анализаторы, значение которых в реализации личностной активности заметно недооценивается. На это обращал внимание ещё Б.Г. Ананьев: «Имеются многие данные, свидетельствующие о том, что сенсорно-перцептивные процессы, будучи отражением объективной действительности и регуляторами деятельности, относятся к коренным феноменам жизнедеятельности, связанным с глубокими слоями целостной структуры человеческой личности. Представление о том, что сенсорно-перцептивные процессы относятся к низшим психическим функциям и, составляя как бы периферию субъекта, не входят в его основную структуру и индифферентны к личности, надо признать устаревшими. Точно так же не соответствует современному состоянию науки отделение процессов отражения и регуляции действий от метаболизма и общих процессов жизнедеятельности. Можно, конечно,

понять гносеологические причины такого научного заблуждения. Дело в том, что основными моделями сенсорно-перцептивных процессов всегда избирались и избираются зрение и слух, в меньшей мере – осязание и другие так называемые механические чувства и почти никогда – вкус, обоняние, интероцептивная чувствительность, так называемые химические чувства, непосредственно включённые в метаболические процессы» [1, с. 8].

Хотя обонятельный анализатор позвоночных хорошо изучен [22], при исследованиях сенсорных систем человека ему уделяют мало внимания. Е.А. Петрова и П.В. Пичугин отмечают, что «изучение мира запахов в психологии относится к категории редких, почти экзотических тем для академической науки, но востребованных практикой. Анализ научных публикаций последнего периода XX века и начала XXI века позволяет заключить, что эмпирических исследований практически не проводилось, опубликованных результатов экспериментов по данной проблематике крайне мало» [53, с. 5]. Вместе с тем известно, что «запахи могут оказывать мощное подсознательное воздействие на мысли и поведение» [4, с. 94], «обоняние имеет сильную эмоциональную составляющую, играет важную роль в области социальных отношений и способствует регуляции размножения» [72, с. 456]. Изучение морфологии нервной системы показывает, что «входы лимбическая система имеет как от одной из самых древних систем – обонятельной, так и от эволюционно молодых систем: зрительной и слуховой. Связи с обонятельной сенсорной системой наиболее выражены, поэтому и происходит частое отождествление функций лимбической системы с организацией обоняния» [2, с. 141].

В прошлом предпринимались многочисленные попытки систематизировать запахи. Сначала большинство из них опирались только на психологические показатели [4; 32; 60; 114]. К середине XX в. стали уделять больше внимания физическим и химическим свойствам одорантов [18; 56]. Например, Р.М. Мазитова, В.Н. Охотская и Б.И. Пучкин выделили следующие основания классификации запахов: по субъективному признаку, по колебаниям молекул, по химическим свойствам, по адсорбционным характеристикам, по кодируемой анализатором информации. В основу большинства известных авторам «моделей обонятельного анализатора были положены адсорбционные теории» [39, с. 107]. Для решения прикладных задач душистые вещества группируют по направлению использования, источникам получения и химическому строению [48]. Существенный прорыв в классификации запахов был достигнут Дж. Эймуром, развившим идею Р. Монкриффа (1949), согласно которой ограниченное число первичных запахов кодируется совпадением формы молекулы одоранта с формой обонятельных рецепторов. В соответствии со стереохимической теорией обоняния было выделено семь основных запахов, пять из которых – камфарный, мускусный, цветочный, мятный, эфирный – кодируются формой, а ещё два – едкий и гниlostный – электрическим зарядом молекулы [82]. Как отмечают М.С. Плужников и С.В. Рязанцев, данная теория «прошла целый ряд экспериментальных проверок, доказавших правильность её основных положений. Эймур синтезировал несколько молекул определённых форм, и все они обладали предсказанным запахом» [54, с. 94]. В 2004 г. Л. Бак и Р. Аксель получили Нобелевскую премию по физиологии и медицине за исследования обонятельных рецепторов и организации системы органов обоняния. Оригинальная работа [91] была опубликована в 1991 г. Выяснилось, что за формирование обонятельных рецепторов у человека отвечает около 350 генов. Комбинации этих рецепторов позволяют различать примерно 10 000 различных запахов. При этом «сложные запахи складываются из первичных и воспринимаются в результате возбуждения нескольких видов обонятельных клеток» [23, с. 31].

Уже в работах В.М. Бехтерева можно найти описание мозгового обеспечения обонятельного рефлекса [9, с. 477]. В 40-е гг. XX в. В. Пенфилд и Т. Эриксон писали: «Мы можем считать ольфакторные доли периферическим отделом обоняния, а uncus, hippocampus и limbic – центральным» [51, с. 51]. Сегодня мы знаем, что за осознанное восприятие запахов отвечает орбитофронтальная кора, а за их эмоциональную оценку – лимбическая система. В современной науке строение обонятельной системы человека изучено достаточно подробно [17; 29; 59; 63; 66; 67; 89; 121]. Обонятельный эпителий, состоящий из рецепторных,

поддерживающих и базальных клеток, расположен в верхней части носовой полости. Аксоны обонятельных клеток образуют обонятельный нерв (I черепной нерв), который, проходя через решётчатую пластинку, направляется к обонятельным луковицам, расположенным в лобно-базально-медиальных отделах мозга. Обонятельные луковицы обеих сторон связаны через переднее обонятельное ядро. В отличие от других сенсорных систем обонятельная система не имеет преимущественно перекрёстных связей с каждой стороной тела, связанной с противоположной стороной мозга. Часть путей из обонятельных луковиц следуют к обонятельной коре (пириформная кора), минуя таламус. Восприятие запахов опосредуется путём от обонятельного бугорка к медиальному дорсальному ядру таламуса и к лобно-орбитальной коре. Известно, что «обонятельный бугорок получает информацию от обонятельных луковиц, таламуса, миндалины, гипоталамуса, гиппокампа, мозгового ствола, сетчатки глаза, слуховой коры и многих других зон мозга» [75, с. 126]. На корковом уровне в анализе обонятельных сигналов принимают участие 27, 28 и 34 поля (по К. Бродману). Общая схема мозгового обеспечения обоняния показана на рис. 1.

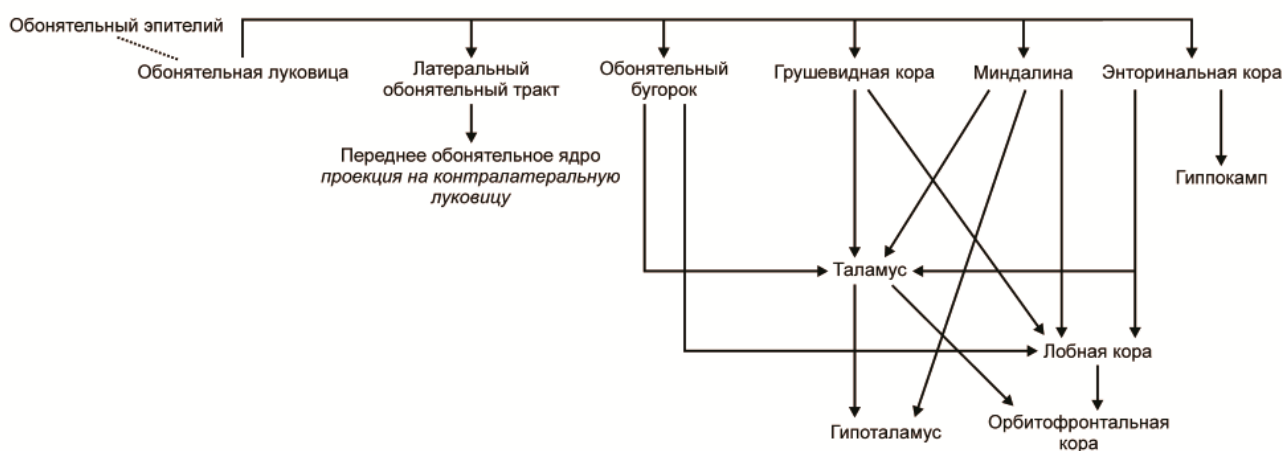


Рисунок 1. Проекция обонятельной луковицы на обонятельную кору. По [116, р. 197].

В связи с множественностью уровней обработки обонятельных сигналов «различают ощущение запаха, т.е. простое восприятие его наличия как такового (обонятельная перцепция), и распознавание запаха (обонятельная гнозия, являющаяся корковой функцией)» [23, с. 32]. Обонятельные образования также связаны со стволом мозга, чем объясняются изменение дыхания, пульса, мышечного тонуса и возникновение тошноты при некоторых обонятельных раздражителях. Вдобавок существует тригеминальная хеморецепция: некоторые одоранты (например, табак, нашатырь, лук и др.) активируют свободные окончания тройничного нерва, что вызывает рефлекторную реакцию в виде кашля, чихания, слезотечения, спазма дыхательных путей.

Нейроны обонятельных луковиц подвержены модуляции аксонами, нисходящими из высших центров мозга. Поэтому существует два способа переживания запаха: «Первый – это естественный, когда человек вдыхает аромат и реально ощущает его, второй – мнимый, так как любой запах вызывает в сознании ассоциативные образы, связанные с прошлыми событиями» [4, с. 17]. Этот механизм работает в обе стороны. Хорошо известен «эффект Пруста»: главный герой романа М. Пруста «По направлению к Свану» (первая книга из цикла «В поисках утраченного времени»), макая бисквитное печенье Мадлен в чашку чая, переживает вызванные его ароматом воспоминания [55]. Считается, что «запахи – прекрасные триггеры, ключевые слова для автобиографической памяти, которая возвращает нас в прошлое» [49, с. 81].

Интересные сведения можно получить из материалов клинических исследований. В неврологии выделяют ухудшение или исчезновение обоняния (гипосмия, anosmia), изменения ощущения запахов (паросмия, какосмия, гиперосмия), спонтанные приступообразные обонятельные галлюцинации [6]. Установлено, что «нарушения обоняния встречаются при поражении медиальных отделов лобно-височно-базальных областей мозга» [10, с. 212].

Односторонняя гипосмия или аносмия указывают на поражение периферического отдела обонятельного анализатора, а аналогичные двусторонние нарушения «могут быть связаны со сдавлением обонятельных луковиц, обонятельных трактов и первичных обонятельных центров» [23, с. 32]. Обонятельные агнозии обычно вызываются двусторонними нарушениями гиппокампа. Обонятельные иллюзии и галлюцинации преимущественно связаны с патологией крючка парагиппокампальной извилины. Гиперосмия встречается при мигрени, токсикозе беременных и при психических расстройствах. Показано, что «раздражение обонятельных луковиц заставляет больных восклицать с удивлением, что чем-то пахнет. Запах оценивается как неприятный или, более точно, как „запах горелой кожи“» [51, с. 52]. Есть основания полагать, что «в острой фазе после сотрясения мозга в течение нескольких дней или недель происходит поражение обоняния. Это поражение разрешается со временем, но в долгосрочной перспективе поражение приводит к изменениям в лимбической системе, которые, в свою очередь, ведут к функциональным нарушениям, проявляющимся в депрессии и тревожности» [73, с. 165]. Обонятельные расстройства также встречаются у пациентов с нейродегенеративными заболеваниями, причём «гипосмия может быть ранним признаком прогрессирующего нейродегенеративного процесса, проявляясь раньше, чем когнитивные и двигательные расстройства» [43, с. 6]. Кроме того, «обонятельные нарушения являются достаточно частым симптомом при некоторых психических заболеваниях – шизофрении, аффективных расстройствах, эпилепсии и алкогольной зависимости» [44, с. 77].

Предметом дискуссий остаётся функционирование у человека вомероназального органа [93]. Вомероназальный орган (ВНО) был описан Л. Якобсоном в 1813 г., тем не менее достаточно долго его существование игнорировалось. Известно, что «многие животные используют *добавочную обонятельную систему* для определения феромонов и регулирования множества социальных поведенческих реакций, среди которых материнство, спаривание, территориальное и пищевое поведение. Добавочная система проходит параллельно первичной обонятельной системе. Она состоит из отдельных химических чувствительных зон носовой полости, в частности из *сошниково-носового органа*, который проецируется на *добавочную обонятельную луковицу*, а оттуда информация направляется к гипоталамусу» [7, с. 49]. Ранее считалось, что у большинства взрослых людей сошниково-носовой орган отсутствует или рудиментирован [86; 125]. В эмбриогенезе этот орган сначала формируется, а затем происходит его дегенерация. Как пишет И. Фраснелли, «нервная связь его с мозгом существует только у плода во внутриутробном периоде; после рождения эта связь подвергается обратному развитию. Таким образом, у человека орган Якобсона является всего лишь рудиментом без какой-либо функции» [73, с. 82]. По другим данным, «у человека он тоже присутствует и представляет собой небольшие углубления в носовой полости» [33, с. 346]. Вероятно, развитие ВНО характеризуется большой межиндивидуальной изменчивостью, поскольку у некоторых людей этот орган так или иначе функционирует [19; 69; 110]. Вомероназальные обонятельные луковицы человека – это тонкий слой клеток, прилегающий к поверхности лобной коры. Оттуда аксоны направляются к медиальным областям гипоталамуса и в среднее амигдаллярное ядро; проекций на кору вомероназальная система не имеет. Медиальные области гипоталамуса участвуют в регуляции репродуктивного и защитного поведения, секреции гонадотропных гормонов.

Функционирование ВНО традиционно связывают с чувствительностью к феромонам. В 1939 г. А. Бутенандт получил Нобелевскую премию по химии за работы по половым гормонам. В 1950-е гг. им были проведены исследования гормональных веществ у насекомых, в результате чего были открыты химические соединения, оказывающие влияние на поведение или физиологию других особей того же вида. В 1959 г. П. Карлсон и М. Люшер предложили для обозначения таких веществ использовать термин «феромон». Феромоны подразделяют по влиянию на поведение на релизеры и праймеры; по смысловому значению запаха на следовые, межевые, агрегационные, половые феромоны, а также феромоны тревоги, умиротворения и маскировки. Среди половых феромонов выделяют гонофионы (индуцируют смену пола), гамофионы (влияют на половое созревание) и эпагоны (сигнализируют о возможности

репродукции). У людей действие феромонов менее очевидно. Мужчины избирательно реагируют на эстратетраенол, а женщины – на экзалтолид, андростадиенон, андростенон и андростенон. Эмпирически доказано, что «ольфакторная коммуникация играет существенную роль в социальном поведении человека» [14, с. 34]. В частности, «запах служит индикатором целого набора характеристик мужчины, и эти характеристики идентифицируются сходным образом разными женщинами» [13, с. 164]. Описана способность определять базовые личностные черты другого человека с помощью обоняния [118; 120]. Женщины могут по запаху распознавать, одинок ли мужчина или состоит в отношениях [108]. На основании запаха оценивается иммунная совместимость потенциального полового партнёра [49; 119]. Запах матери успокаивает младенца и повышает его готовность к социальным контактам с незнакомцами [95]. Предполагается, что феромоны увеличивают половую мотивацию, изменяют менструальный цикл, модулируют эмоции, влияют на выбор репродуктивного партнёра, обеспечивают детско-родительскую привязанность и играют важную роль в социальной самоидентификации [26]. Подробный обзор исследований влияния феромонов на поведение человека и функции его организма представлен в книге Г.С. Кочаряна [36].

Есть мнение, что многие эксперименты с человеческими феромонами имеют серьёзные методические недостатки, а их результаты противоречивы [113]. По всей видимости, хемосенсорная коммуникация у человека существует, но её нельзя напрямую отождествлять с феромонным контролем поведения у других животных [116]. У наших первобытных предков подмышечный запах играл более важную роль в половой и социальной жизни, чем у современных людей. По словам Дж.Р. Бейкера, «череп ископаемых гоминидов демонстрируют, что имело место прогрессивное снижение вместимости носовой полости и размера обонятельных центров головного мозга» [8, с. 245]. Е.И. Николаева, описывая влияние феромонов на сексуальное поведение, отмечает, что ВНО у человека отсутствует, а действие феромонов «опосредуется бульбарным трактом» [46, с. 629]. С.А. Хаустов и В.А. Дубынин приходят к выводу о том, что «функции, которые выполняет ВНО у других млекопитающих, у человека частично взяла на себя обонятельная система, формирующая, например, реакцию на запах кожи и слизистых потенциального полового партнера с возникновением последующей симпатии или антипатии» [74, с. 181]. Отсутствие у человека нормально функционирующего ВНО не исключает влияния феромонов через основную обонятельную систему [109]. При этом в современной цивилизации ольфакторная коммуникация утратила характер непреложных команд [50], поэтому влияние феромонов можно обнаружить только в специально организованных экспериментальных условиях.

На сегодняшний день описано участие обоняния в эмоциональном реагировании, памяти, навигации в пространстве и сексуальном поведении [101; 102; 111; 115; 127]. По словам С.В. Савельева, «выбор пищи, изменение настроения и даже творческие порывы часто могут зависеть от запахов» [61, с. 111]. Женщины лучше мужчин различают запахи, у взрослых людей обоняние лучше, чем у детей, однако в пожилом возрасте оно ухудшается [90; 94]. Вариативность размеров обонятельной луковицы, обонятельного бугорка, миндалевидного комплекса и палеокортекса обуславливает большие индивидуальные различия в обонятельных способностях. В частности, «у некоторых людей прекрасное обоняние сохраняется до глубокой старости» [61, с. 111]. В целом люди различаются по врождённой способности различать одни запахи лучше, чем другие [56].

Для большинства запахов индивидуальные предпочтения стабильны в течение жизни и не меняются в процессе полового созревания. С возрастом можно обнаружить изменение отношения к курятине и мясу, арахисовому маслу и кофе [103]. Вместе с тем восприятие и предпочтение запахов в большей степени зависит от культуры, чем от объективных свойств одоранта [25; 35; 47]. Неотъемлемой частью этой культуры являются парфюмерная и пищевая индустрии, формирующие у потенциальных покупателей определённые предпочтения [45; 50; 54; 58; 60; 77]. На восприятие запаха влияет его словесное обозначение [97]. И. Фраснелли отмечает, что «мы можем изменить установку в отношении источника запаха. Если мы работаем над нашей установкой к запаху, то изменяется и наше восприятие» [73, с. 57].

Механизмы физиологических эффектов ароматических веществ подразделяются на взаимодействие с обонятельными рецепторами и абсорбцию в слизистую носовой полости [80]. Эфирные масла влияют на человека нервно-рефлекторным и гуморальным путями. Ароматерапевты уделяют большое внимание натуральности эфирных масел, понимая под ними «многокомпонентные органические соединения, состоящие из терпенов и их кислородосодержащих производных: спиртов, кетонов, эфиров, альдегидов, а также ароматических углеводородов» [28, с. 9]. Также принято подразделять эфирные масла по скорости их испарения на верхние (головные, начальные), средние (основные, сердцевинные, сердечные) и нижние (фоновые, конечные) ноты. При смешивании масел верхние ноты «обычно очень быстро испаряются» [84, с. 76]. Они определяют первое впечатление от ароматической смеси. Средние ноты «могут быть очевидны не сразу и распознаются через несколько минут. Обычно обладают тёплым и мягким запахом» [84, с. 76]. Нижние ноты – «это обычно тяжёлые масла, ароматы которых весьма очевидны и выразительны, они могут проявляться постепенно, но и сохраняться дольше, а также замедлять испарение других масел» [84, с. 77].

Как пишет И.В. Саков, «ароматерапия – уникальный метод решения психологических и соматических патологий. Пациентами ароматерапии являются лица с различными эмоциональными расстройствами. Результат лечения – улучшение общего состояния, нормализация настроения, ликвидация стрессовых проявлений и т.д. При сочетании с психологией и психотерапией ароматерапия решает общие задачи, методы психологического воздействия направлены на конкретные проблемы» [62, с. 14]. С одной стороны, для лечения каждой болезни применяются определённые эфирные масла [12]. С другой стороны, считается, что «эффект эфирного масла сугубо индивидуален для каждого пациента, он не будет стандартным, одинаковым для всех» [53, с. 7]. При лечении хронических болевых синдромов эфирное масло подбирается «независимо от нозологии, а в зависимости от психоэмоциональной конституции человека и соответственно общего функционального состояния вегетативной нервной системы организма» [65, с. 51]. Показано, что ароматические масла влияют на физиологические параметры, такие как частота сердечных сокращений, частота дыхания и артериальное давление [96]. Например, аромат цветка сливы повышает активность симпатической нервной системы и областей мозга, традиционно связываемых с речью, памятью и движениями [99]. В то же время ингаляционная ароматерапия с использованием эфирного масла лаванды не приводит к снижению стресса у пациентов после операции шунтирования коронарных артерий [88].

Для доступа к эмоциональной памяти разработан метод ольфактотерапии, объединяющий принципы психотерапии и ароматерапии. Вызывая с помощью запахов глубинные воспоминания, психолог помогает клиенту справиться с накопившимися эмоциональными проблемами и внутренними конфликтами. По словам Д. Боду, «очевидный интерес проработки через обоняние состоит в том факте, что это единственное наше чувство, интерпретация которого минует неокортекс (кору головного мозга)» [11, с. 31-32]. Авторство ольфактотерапии обычно приписывают французскому психотерапевту Жилу Фурнилю (1992 г.), однако многие специалисты, не знавшие об его исследованиях, самостоятельно приходили к выводу об эффективности аналогичных техник. Существует практика использования запахов для обучения детей [21; 57] и обеспечения работы дошкольных учреждений [40]. Ещё один пример использования запахов в психологической работе – это методика «Сенсорная Арома-Азбука» (авторы – ароматерапевт, педагог-психолог А.И. Черныш и нейропсихолог М.В. Мельчукова). Арома-азбука предназначена для обучения детей чтению при одновременной опоре на обоняние, слух, зрение и тактильную чувствительность. Активно развивается обонятельный маркетинг – распыление одорантов в местах продаж для управления эмоциональным состоянием покупателей [31; 32; 87]. Отечественным аромапсихологам хорошо известно практическое пособие И.В. Сакова [62]. Автор выявил закономерности в предпочтениях запахов эфирных масел при различных нервно-психических патологиях. Под руководством И.В. Сакова в 2003-2011 гг. свою деятельность осуществляла МОО «Лига

профессиональных ароматерапевтов, фитотерапевтов и натуропатов». С 2014 г. обучение ароматерапевтов по его материалам реализует ООО «Институт Ароматерапии». Были выпущены 8 номеров Вестника Лиги ароматерапевтов и 2 номера Сборника Института Ароматерапии, содержащие работы современных специалистов.

Мир ароматов исторически связан с философией и эзотерикой [30; 38; 41; 47; 48; 64; 84]. Например, в материалах учебного курса Мюнхенского Института Парапсихологии сказано, что «окуривающими средствами, способствующими ясновидению, являются алоэ, арника, плющ, мускатный орех, тополь и ладан» [81, с. 125]. Ароматерапия популярна среди сторонников традиционной (альтернативной) медицины [11; 34; 65] и в целом считается ремеслом или донаучным методом лечения [20; 104]. Впрочем, даже если влияние запахов сводится к эффекту плацебо, этого может быть достаточно для улучшения состояния больных с психосоматическими расстройствами.

Недостаточная научная обоснованность ароматерапии сопровождается противоречиями в описаниях воздействия эфирных масел, приведённых в разных литературных источниках [3; 11; 27; 28; 64; 71; 83; 84]. Мы также сравнили их с описаниями, предложенными производителями эфирных масел. Основной акцент делался на психологическом воздействии эфирных масел, хотя в некоторых случаях авторы преимущественно описывали воздействие на внутренние органы и системы, а также дерматологический и косметический эффект масел. Выяснилось, что описания эмоционального воздействия эфирных масел разными авторами могут быть прямо противоположными, причём между описаниями разных масел в одном источнике обычно больше сходства, чем между описаниями одного и того же масла в разных источниках.

Влияние запахов на эмоции человека можно исследовать с помощью методов психосемантики [92; 99; 126]. В российских работах часто цитируется статья А.Ж. Моносовой и Е.Д. Хомской [42]. Авторы апробировали методику оценки запахов для диагностики эмоциональной сферы в норме и при аффективной патологии. Было показано, что больные с депрессией и гипоманией испытывают трудности в идентификации и назывании запахов. При депрессии наблюдался общий сдвиг оценок одорантов в сторону отрицательных эмоций, а при гипомании – в сторону положительных. К сожалению, мы не знаем современных специалистов, которые бы на практике применяли этот метод. Одной из причин низкой востребованности методики выступает сложность получения применявшихся в этой работе 3,4-диметилфенола (нейтральный запах), индоксилбутирата (неприятный запах) и анисового альдегида (приятный запах). Ещё одно психосемантическое исследование было проведено М.М. Базарновой при подготовке дипломной работы на факультете психологии СамГПУ в 1999 г. Изучалось взаимное соответствие запаха и цвета. Были обнаружены следующие закономерности: «наибольшее затруднение при оценке испытуемыми вызывали запахи, которые плохо узнавались: кока-колы, хлорки, мускуса, полыни и канифоли. Приятными многие обозначали такие запахи, как цитрусовый, розы, ванилина, миндаля, мяты, хвои, лаврового листа и кофе. Неприятными – запахи лука, мускуса, табака, горелого, камфары, нашатырного спирта» [85, с. 310-311]. Выяснилось, что «наибольшей дифференцирующей способностью обладают: *цитрусовый, запах розы, перец, горелый, миндаль, табак*. Цвета заметно различаются по этим „характеристикам“. Наименьшей различительной способностью обладают: *камфара, лук, мускус, кока-кола, хлорка*. По этим „качествам“ цвета различаются плохо [85, с. 311]. По результатам классификации запахов в пространстве цвета были сделаны следующие выводы: 1. Цвета хорошо различают приятные и неприятные запахи. 2. Внутри приятных различаются группы: цветочных, лиственных и „психотропных“ (миндаль, кофе, канифоль). 3. Различаются натуральные и химические запахи» [85, с. 315]. Это исследование во многом дополняет статья учёных из Нидерландов [117], опубликованная в 2004 г.

Цели нашей работы – изучить эмоциональное восприятие запахов эфирных масел, описать возможности и перспективы их использования в процессе психотерапии. Основные задачи исследования: 1) оценить эмоциональное воздействие запахов эфирных масел, обычно используемых в ароматерапии; 2) выявить латентные переменные, стоящие за эмоциональной

оценкой запахов эфирных масел; 3) выяснить, насколько универсально для разных людей эмоциональное восприятие запахов эфирных масел; 4) описать практику применения запахов эфирных масел в психотерапевтическом процессе. Дополнительные задачи исследования: 1) выяснить, влияет ли объём флакона с эфирным маслом на эмоциональное восприятие его запаха; 2) оценить эмоциональное воздействие синтетических мужских духов с феромонами (андроферин) на юношей и девушек.

Материалы и методы исследования

В исследовании, проведённом в 2018-2019 гг. на базе Психологического центра «Гальтон», приняли участие 38 здоровых испытуемых в возрасте от 15 до 26 лет (средний возраст – $19,1 \pm 2,2$), из них 9 юношей и 29 девушек. Использовались следующие одоранты:

1. Иланг-иланг – 1,5 мл из набора эфирных масел (6 шт.) «Антистресс», ООО «Ботаника»;
2. Жасмин крупноцветковый – 10 мл, ООО «Ботаника»;
3. Иланг-иланг – 10 мл, ООО «Ботаника»;
4. Розмарин лекарственный – 15 мл, ООО «Ботаника»;
5. Корица – 10 мл, ООО «Миролла»;
6. Гвоздика – 10 мл, ООО «Миролла»;
7. Нероли – 10 мл, ООО «Ботаника»;
8. Герань – 10 мл, ООО «Ботаника»;
9. Розовое дерево – 10 мл из набора эфирных масел (3 шт.) «Знаки зодиака. Дева», ООО «Арома Роял Системс»;
10. Ваниль – 10 мл, ООО «Миролла»;
11. Лаванда – 10 мл из набора эфирных масел (3 шт.) «Знаки зодиака. Дева», ООО «Арома Роял Системс»;
12. Лемонграсс – 10 мл из набора эфирных масел (3 шт.) «Знаки зодиака. Дева», ООО «Арома Роял Системс»;
13. Концентрированные духи с феромонами (андроферин, дипропиленгликоль) «Sexu Life» – 5 мл, ЗАО НПО «Химсинтез»;
14. Пачули – 1,5 мл из набора эфирных масел (6 шт.) «Антистресс», ООО «Ботаника».

Испытуемым предлагалось оценить одоранты по 16 шкалам семантического дифференциала [5] и дополнительно по большой пятёрке личностных черт. Как отмечает В.Ф. Петренко, «одной из разновидностей частных семантических пространств являются так называемые личностные семантические дифференциалы, построенные на базе прилагательных, обозначающих черты личности и характера, и ориентированные на оценку самого себя или другого человека. <...> Выделенные факторные структуры отражают присущие испытуемым структуры категоризации, через призму которых происходит восприятие другого человека или самого себя, „наивную“, обыденную „теорию личности“, выработанную житейской практикой испытуемых» [52, с. 70].

Перед началом работы испытуемым давалась следующая инструкция: «Вам предстоит оценить своё эмоциональное состояние, вызываемое каждым из 14 запахов, по 21 шкале. Каждая шкала представляет собой континуум от одного полюса до другого, содержащий 5 градаций выраженности признака (сильно-слабо-средне-слабо-сильно). Откройте флакон, поднесите его к носу и вдохните запах. Укажите на бланке номер флакона и приступайте к оценке. Отметьте галочкой свою оценку в каждой строчке. При необходимости вдохните запах повторно во время оценки. Делайте небольшие перерывы между работой с разными флаконами, чтобы избежать остаточного впечатления от предшествующего запаха. Для каждого флакона используйте новый бланк. Старайтесь оценивать не сам запах, а эмоциональное состояние, которое возникает у вас при вдыхании этого запаха. Если вам сложно оценить свои эмоции, представьте человека, пахнущего этим запахом, и оцените своё впечатление об этом человеке».

Каждый флакон был оклеен полоской белой бумаги с номером одоранта таким образом, чтобы его название не было видно. Для уравнивания влияния предшествующего запаха на следующий после него флаконы с одорантами давались испытуемым в случайном порядке.

Обычно вся процедура занимала от 20 до 30 минут. Непосредственно во время работы с одорантами испытуемые вносили свои оценки в бумажные бланки, 14 листов по одному для каждого одоранта (рис. 2).

Запах № _____

	Сильно	Слабо	Средне	Слабо	Сильно	
Лёгкий						Тяжёлый
Добрый						Злой
Чистый						Грязный
Горячий						Холодный
Твёрдый						Мягкий
Старый						Молодой
Глупый						Умный
Громкий						Тихий
Медленный						Быстрый
Сытый						Голодный
Противный						Приятный
Активный						Пассивный
Горький						Сладкий
Смелый						Трусливый
Несчастный						Счастливый
Сильный						Слабый
Экстраверт						Интроверт
Подверженный влиянию						Независимый
Контролирующий себя						Естественный
Эмоциональный						Сдержанный
Открытый новому опыту						Консервативный

Рисунок 2. Бланк для оценки одного одоранта.

Для дальнейшей обработки мы переносили эти данные в электронную платформу «Шкалирование» интегрированной системы интернет-сервисов «HT-Line», предоставленной Инновационным центром «Гуманитарные технологии».

Математико-статистическая обработка данных проводилась с использованием программ IBM SPSS Statistics 22.0.0.0, jamovi 2.3.18.0 и RStudio 2021.09.0 Build 351 (пакеты DescTools, ggplot2, multilevel).

Результаты и их обсуждение

Оценки всех испытуемых были усреднены для получения эталонных психосемантических профилей одорантов (табл. 1, 2).

Таблица 1

Средние оценки одорантов по 21 шкале (часть 1: одоранты №№ 1-7).

Оценочные категории Верх (5) – Низ (1)	Иланг-иланг (1,5 мл)	Жасмин крупноцветковый	Иланг-иланг (10 мл)	Розмарин лекарственный	Корица	Гвоздика	Нероли
Тяжёлый – Лёгкий	3,50	2,90	3,50	3,42	2,95	4,00	3,74
Злой – Добрый	3,24	2,24	3,03	2,87	2,34	3,42	3,24
Грязный – Чистый	2,71	2,13	3,13	2,29	2,45	3,21	2,68
Холодный – Горячий	3,29	3,32	3,11	3,71	2,50	2,84	3,29
Мягкий – Твёрдый	2,76	3,00	2,82	2,74	3,16	2,21	2,34
Молодой – Старый	2,74	3,53	2,82	3,13	2,84	2,05	2,29
Умный – Глупый	3,37	3,21	3,32	3,71	3,29	3,21	3,37
Тихий – Громкий	2,90	3,40	2,87	2,82	3,24	3,05	2,74
Быстрый – Медленный	2,84	2,74	3,03	3,21	2,84	2,45	3,42
Голодный – Сытый	3,11	2,37	2,92	2,95	2,45	3,16	3,40
Приятный – Противный	3,24	3,40	2,92	3,37	3,68	2,24	2,55
Пассивный – Активный	2,92	2,90	2,68	2,66	2,61	3,05	2,84
Сладкий – Горький	2,66	3,40	2,58	2,66	3,55	1,95	1,79
Трусливый – Смелый	2,50	2,66	2,61	2,32	2,24	3,00	2,63
Счастливы – Несчастны	3,03	3,26	2,84	3,24	3,42	2,68	2,90
Слабый – Сильный	2,32	2,55	2,90	2,24	2,16	2,58	2,37
Интроверт – Экстраверт	2,95	3,08	3,08	3,00	2,79	3,11	2,92
Независимый – Подверженный влиянию	3,61	3,08	2,97	3,50	3,34	3,34	3,24
Естественный – Контролирующий себя	2,97	3,13	3,34	3,32	2,90	2,71	2,71
Сдержанный – Эмоциональный	2,90	2,82	2,95	3,26	2,68	3,00	3,08
Консервативный – Открытый новому опыту	3,58	2,92	3,00	2,76	2,84	3,55	3,24

Таблица 2

Средние оценки одорантов по 21 шкале (часть 2: одоранты №№ 8-14).

Оценочные категории Верх (5) – Низ (1)	Герань	Розовое дерево	Ваниль	Лаванда	Лемонграсс	Концентрированные духи с феромонами	Пачули
Тяжёлый – Лёгкий	3,08	3,32	2,08	2,40	2,79	2,58	3,84
Злой – Добрый	2,66	2,68	1,32	2,68	2,29	2,53	3,11
Грязный – Чистый	2,16	2,76	1,92	2,26	2,66	1,87	3,11
Холодный – Горячий	3,21	2,84	2,26	3,24	2,58	3,24	2,71
Мягкий – Твёрдый	3,11	2,55	3,95	2,79	2,97	3,71	2,42
Молодой – Старый	3,42	2,68	3,82	3,08	2,97	3,34	2,50
Умный – Глупый	3,47	3,50	3,50	3,45	3,26	3,05	3,42
Тихий – Громкий	2,84	3,24	3,74	2,87	3,21	3,53	2,55
Быстрый – Медленный	3,37	2,82	2,82	2,82	2,87	3,03	2,76
Голодный – Сытый	3,05	2,74	2,03	2,76	2,42	3,21	2,90
Приятный – Противный	3,21	3,50	4,42	3,21	3,63	3,40	2,68
Пассивный – Активный	2,42	2,61	2,82	2,87	2,79	2,95	3,08
Сладкий – Горький	2,63	3,03	4,66	2,71	3,03	3,34	2,40
Трусливый – Смелый	2,42	2,47	2,45	2,58	2,61	3,24	2,55
Счастливый – Несчастный	3,24	3,42	4,26	3,24	3,29	3,03	2,76
Слабый – Сильный	2,08	2,18	2,68	3,03	2,97	3,21	2,55
Интроверт – Экстраверт	2,82	2,82	2,66	3,34	2,74	2,90	3,40
Независимый – Подверженный влиянию	3,32	3,47	2,92	3,45	2,92	2,63	2,97
Естественный – Контролирующий себя	3,08	2,95	3,74	3,03	3,21	3,26	3,16
Сдержанный – Эмоциональный	3,05	2,95	2,50	2,95	2,71	3,42	2,82
Консервативный – Открытый новому опыту	2,71	3,08	2,58	3,08	2,76	2,63	3,13

Для выявления латентных переменных, стоящих за оценкой запахов по 16 эмоциональным категориям (без 5 оценок по большой пятёрке личностных черт) полученные данные были подвергнуты факторизации с использованием метода главных компонент, число факторов выделялось по критерию собственных чисел (собственное значение больше 1), производилось ортогональное вращение варимакс. Факторная модель, суммарно объясняющая 85% исходных данных, представлена в табл. 3. Фактор 1 (Ф1) объясняет 51,5% дисперсии, фактор 2 (Ф2) – 20,6%, фактор 3 (Ф3) – 13%.

Таблица 3

Факторный анализ результатов оценивания одорантов по шкалам семантического дифференциала.

Категории эмоциональной оценки	Ф1	Ф2	Ф3
Тяжёлый	-0,935	0,103	0,053
Злой	-0,929	-0,092	0,306
Грязный	-0,875	0,015	-0,357
Холодный	-0,232	-0,011	0,842
Мягкий	0,938	-0,143	0,016
Молодой	0,925	0,075	0,169
Умный	-0,003	0,835	0,109
Тихий	0,782	-0,303	-0,332
Быстрый	0,091	0,369	0,806
Голодный	-0,659	-0,218	0,639
Приятный	0,905	0,263	-0,224
Пассивный	-0,296	-0,705	-0,284
Сладкий	0,907	0,047	-0,364
Трусливый	-0,100	-0,939	0,150
Счастливый	0,841	0,372	-0,298
Слабый	0,245	-0,790	-0,033

Рассмотрим связи выделенных факторов с оценками по большой пятёрке личностных черт. Ф1 значимо связан со шкалами «Экстраверсия» ($\rho = 0,601$, $p = 0,023$) и «Открытость новому опыту» ($\rho = 0,855$, $p < 0,001$), на уровне тенденции – со шкалой «Естественность» ($\rho = 0,477$, $p = 0,084$). Ф2 на уровне тенденции связан со шкалой «Независимость» ($\rho = 0,479$, $p = 0,083$). Ф3 значимо связан со шкалой «Сдержанность» ($\rho = 0,778$, $p = 0,001$).

В Ф1 с нагрузками больше 0,75 вошли категории мягкий, лёгкий, добрый, молодой сладкий, приятный, чистый, счастливый, тихий, также с нагрузкой больше 0,45 вошла категория сытый. Этот фактор отражает оценку по базисной шкале «Оценка» («Приятный – Неприятный», «Нравится – Не нравится»). В Ф2 с наибольшими нагрузками вошли категории смелый, умный, сильный, активный. Данный фактор, по-видимому, представляет собой оценку по шкале «Сила» («Сильный – Слабый»). При этом в нём дополнительно содержится свойство активности. В Ф3 с нагрузками больше 0,75 вошли категории холодный и быстрый, а также с нагрузкой больше 0,45 – категория голодный. Этот фактор похож на базисную шкалу «Активность» («Активный – Пассивный»), однако также связан сдержанностью, что придаёт ему дополнительный смысл эмоциональной устойчивости, хладнокровности и расчётливости. Заметим, что наши результаты не совпадают с факторной структурой, полученной А.Ж. Моносовой и Е.Д. Хомской: в их исследовании с использованием 3 одорантов и 24 шкал было выделено 5 факторов [42].

На рис. 3-5 показано расположение одорантов в двухмерных подпространствах трёхмерного факторного пространства. Видно, что самым приятным одорантом является ваниль, а самым неприятным – гвоздика; самым сильным – розмарин лекарственный, а самым слабым – духи с феромонами; самым активным – герань, а самым пассивным – ваниль.

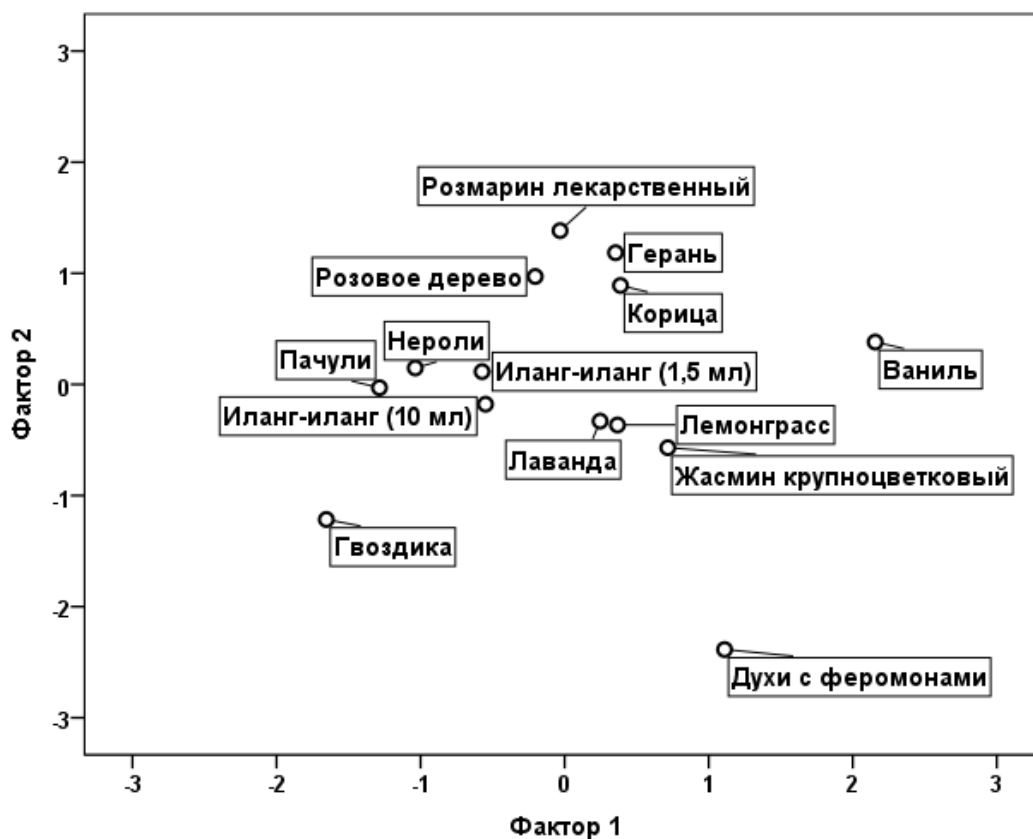


Рисунок 3. Расположение одорантов в пространстве факторов Ф1 и Ф2.

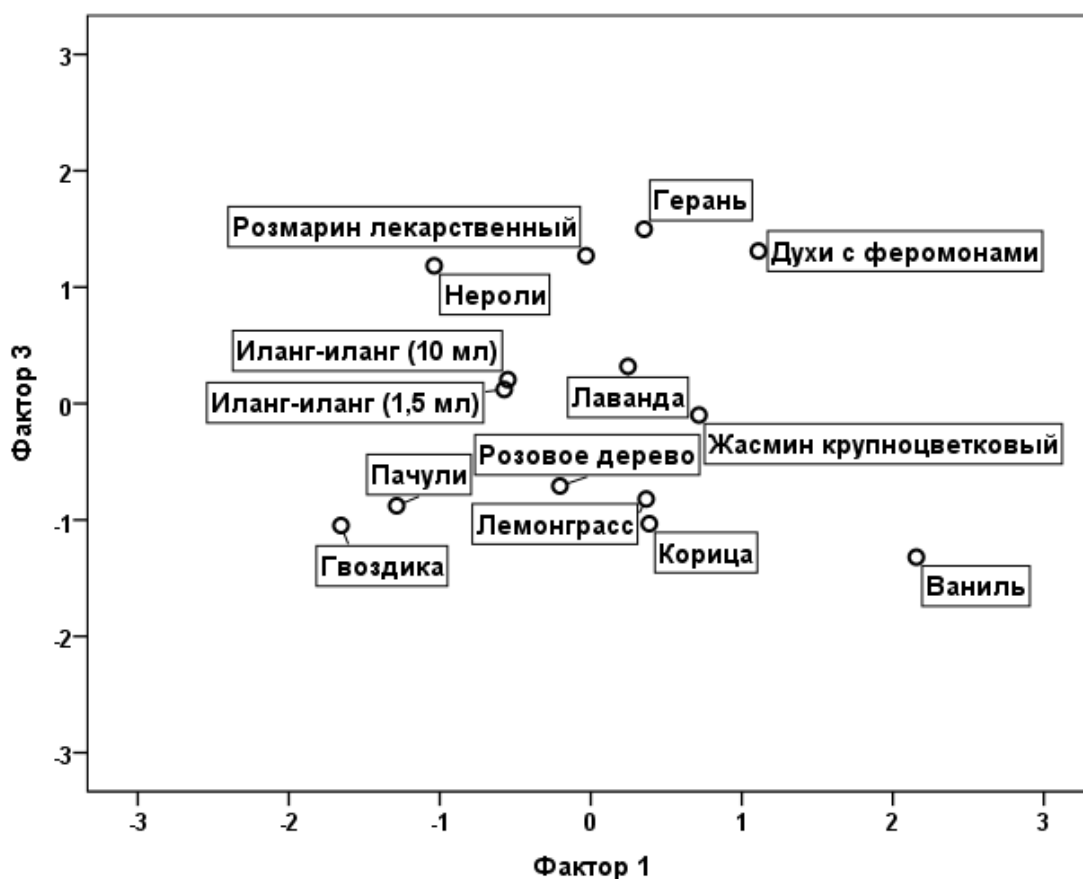


Рисунок 4. Расположение одорантов в пространстве факторов Ф1 и Ф3.

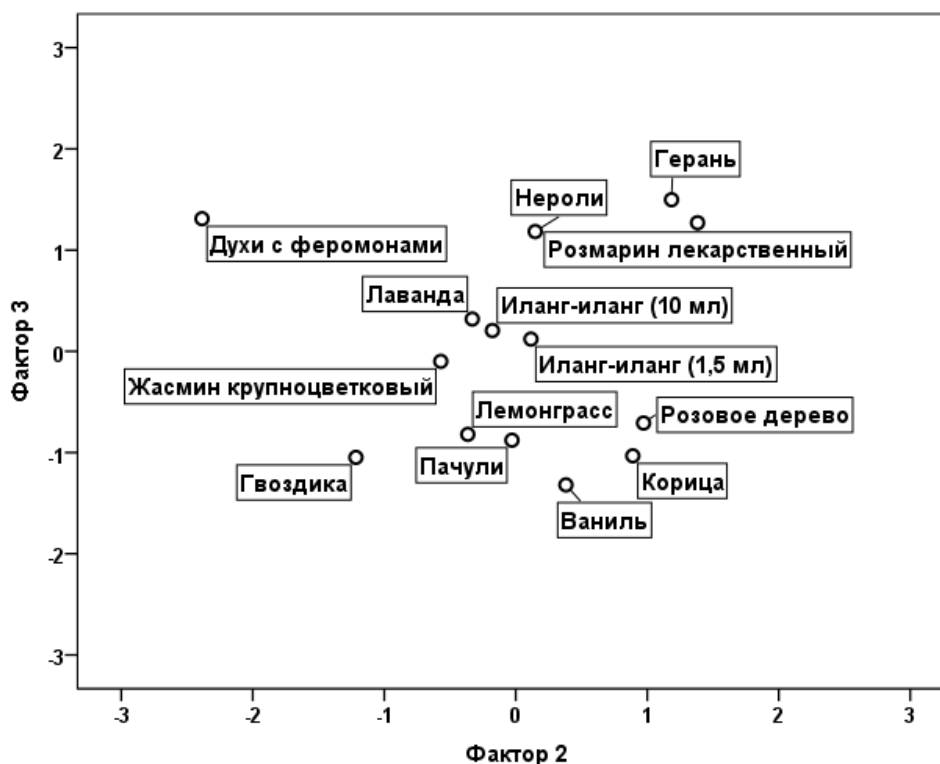


Рисунок 5. Расположение одорантов в пространстве факторов Ф2 и Ф3.

При интерпретации этих результатов можно ориентироваться на мнение А.Г. Шмелева: «помещая стимульный объект на положительный полюс фактора Оценка в семантическом пространстве, субъект, сам того не осознавая, выражает свое удовольствие этим стимульным объектом. Точно так же, помещая его на полюс „сильный“, субъект испытывает „напряжение“: в бихевиористском смысле это означает, что посредствующая репрезентативная реакция подготавливает испытуемого к значительному статическому усилию, напряжению при взаимодействии с этим объектом. Помещая стимульный объект на полюс „слабый“, субъект испытывает „расслабление“. Попадание стимульного объекта на полюс „активный“ означает, что субъект испытывает „возбуждение“, т.е. подготавливается к быстрым действиям при встрече с динамичным объектом» [79, с. 71].

Рассмотрим оценки одорантов по большой пятёрке личностных черт. Самым экстравертированным испытуемые считали запах ванили, а на противоположном полюсе оказался пачули. Самым независимым был признан иланг-иланг (1,5 мл), следующим по порядку – розмарин лекарственный; наиболее подверженными влиянию воспринимались духи с феромонами и ваниль. Самым естественным запахом воспринималась ваниль, а наиболее контролирующим себя – нероли. Ваниль также оказалась самым эмоциональным и открытым новому опыту запахом. Духи с феромонами оценивались как самый сдержанный одорант, а иланг-иланг (1,5 мл) – как самый консервативный. Факторный анализ показал, что за личностными шкалами стоят два латентных измерения, первое из которых объясняет 47,4% дисперсии, а второе – 21,6%. В первый личностный фактор (ЛФ1) вошли шкалы «Открытый новому опыту» (0,875), «Естественный» (0,818) и «Подверженный влиянию» (0,813). Во второй личностный фактор (ЛФ2) вошли шкалы «Эмоциональный» (0,845) и «Экстраверт» (0,659). По-видимому, ЛФ1 характеризует личностные черты, формирующиеся в социальном контексте, а ЛФ2 отражает свойства темперамента. В соответствии с теорией Л.Ф. ван Эгерена [122] ЛФ1 можно проинтерпретировать как интерес к наградам, неэффективное управление реакциями «приближения» и «избегания» событий, склонность к формированию социальных альянсов и связей, а ЛФ2 – как стремление приближать положительные события и избегать негативные. На рис. 6 показано расположение одорантов в пространстве личностных факторов.

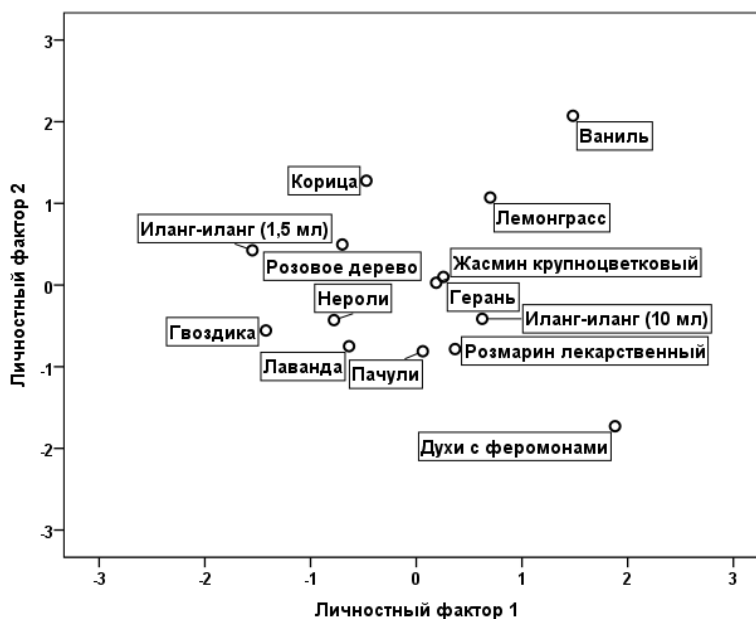


Рисунок 6. Расположение одорантов в пространстве факторов ЛФ1 и ЛФ2.

Ещё один способ анализа состоял в одновременной факторизации шкал семантического дифференциала и большой пятёрки личностных черт. Для определения числа факторов использовался параллельный анализ. Было выделено два общих фактора, первый из которых (ОФ1) объясняет 47,7% дисперсии, а второй (ОФ2) – 18%. В ОФ1 вошли категории «Добрый» (0,982), «Сладкий» (0,959), «Приятный» (0,948), «Счастливый» (0,905), «Мягкий» (0,903), «Лёгкий» (0,887), «Молодой» (0,867), «Сытый» (0,799), «Открытый новому опыту» (0,799), «Тихий» (0,791), «Естественный» (0,744), «Чистый» (0,742), «Экстраверт» (0,59). Первый фактор соответствует базисной шкале «Приятный – Неприятный». В ОФ2 вошли категории «Смелый» (0,874), «Сильный» (0,823), «Умный» (0,815), «Активный» (0,735), «Независимый» (0,707), «Быстрый» (0,47). Второй фактор объединяет в себе силу и активность (А.Ж. Моносова и Е.Д. Хомская [42] также обнаружили слияние этих базисных факторов). Приятными личностными чертами оказались открытость новому опыту, естественность, экстраверсия, а сильной и активной чертой – независимость. Эмоциональность не вошла ни в один из этих факторов, однако была ближе к ОФ1 с нагрузкой 0,435. На рис. 7 показано расположение одорантов в пространстве двух общих факторов.

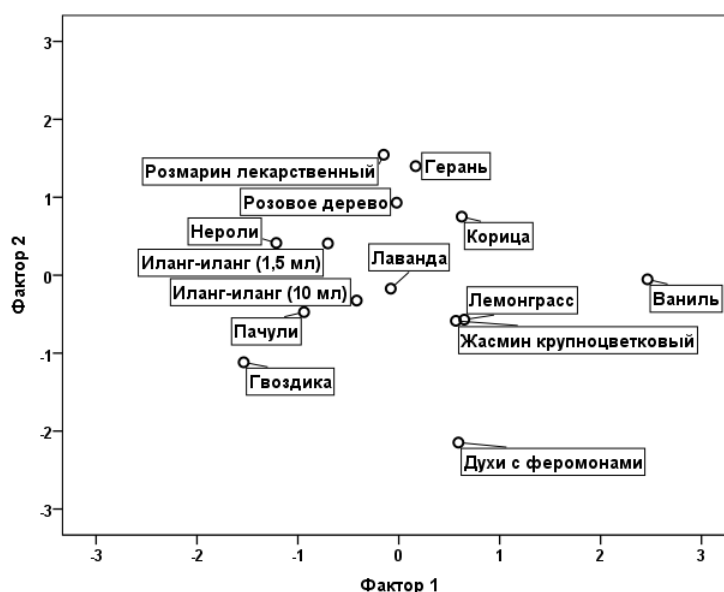


Рисунок 7. Расположение одорантов в пространстве факторов ОФ1 и ОФ2.

При сравнении оценок иланг-иланга, полученных при предъявлении одоранта во флаконах разного объёма, значимых различий по критерию Вилкоксона не обнаружено. Лишь на уровне тенденции проявились различия по категориям «Слабый – Сильный» ($Z = -1,946$, $p = 0,052$), «Независимый – Подверженный влиянию» ($Z = -1,792$, $p = 0,073$) и «Консервативный – Открытый новому опыту» ($Z = -1,648$, $p = 0,099$). В пространстве факторов семантического дифференциала (Ф1, Ф2, Ф3) два варианта эфирного масла иланг-иланга располагаются близко друг к другу, наибольшие различия отмечаются по первому личностному фактору (ЛФ1). Предполагаем, что здесь проявляется «эффект выскакивания», хорошо известный в психологии внимания. Исследования зрительного поиска «показали, что время поиска объекта, заданного простым физическим признаком (например, наклонной линии среди белых и т.п.) не зависит от количества предъявляемых стимулов. Феноменально это проявляется в так называемом *выскакивании* целевого стимула: возникает впечатление, что он сам привлекает внимание, „выскакивая“ из массы остальных, обнаруживается мгновенно и автоматически. „Эффект выскакивания“ определяют как независимость скорости поиска от общего количества стимулов» [70, с. 269]. Известно, что неоднородность метрик индивидуального одномерного пространства признаков приводит к нарушению транзитивности отношений между объектами оценки [37]. Этот феномен объясняется наличием у оценщика нескольких субъективных подпространств с различными свойствами (локальных метрик), избирательно актуализируемых в разных контекстах [24]. Предъявление маленького флакона «расслаивает» [78] категориальное пространство испытуемых и заставляет временно переключиться с оценки запаха на оценку размера. По своему размеру маленький флакон действительно оказывается менее «социальным», чем остальные флаконы. Получается, что при работе с отличающимся по размеру флаконом оценка определяется совокупным впечатлением от запаха и размера флакона, тогда как в остальных случаях она зависит только от запаха. Впрочем, с учётом отсутствия статистически значимых различий этот эффект можно считать несущественным.

Сравнение оценок духов с феромонами с помощью критерия Манна-Уитни не выявляет значимых половых различий. На уровне тенденции ($U = 82,5$, $p = 0,1$) проявляются различия по категории «Интроверсия – Экстраверсия»: девушки в среднем больше склоняются к интроверсии (3,1), а юноши – к экстраверсии (2,2). Нет оснований говорить об избирательном эмоциональном воздействии этого одоранта на девушек. Более того, основные вызываемые им эмоции не имеют прямого отношения к ощущению привлекательности и влечению к использующему духи человеку. Наиболее выражены оценки «чистый», «мягкий» и «тихий». На уровне факторов семантического дифференциала данный одорант может быть охарактеризован как умеренно приятный, слабый и активный, а на уровне личностных факторов – как подверженный общественному влиянию и эмоционально стабильный (флегматичный). Заметим, что использованные нами духи практически не имеют запаха, о котором можно дать сознательный отчёт. Поэтому «слабость» этого одоранта может объясняться тем, что все остальные одоранты по сравнению с ним сильно пахнут. Подверженность общественному влиянию также имеет буквальную аналогию: если одорант ничем не пахнет, то при смешении с другим одорантом он будет перенимать его запах, «подчиняться» ему. Здесь проявляется уже упоминавшаяся неустойчивость многомерного психосемантического пространства, характеризующаяся спонтанным переходом от одного слоя категорий к другому (этому способствует множественность коннотаций у слов, обозначающих оценочные категории).

Мы также проанализировали согласованность экспертных оценок. Использовались W -коэффициент М.Дж. Кендалла, скорректированный с учётом связей между оценщиками [100], и показатель $r^*_{WG(J)}$, предложенный М.К. Линделлом с соавторами [105; 106; 107]. Показатель $r^*_{WG(J)}$ является модификацией индекса согласованности r_{WG} [98]. Он основан на сравнении наблюдаемой дисперсии экспертных оценок с дисперсией, которую можно было бы ожидать, если бы эксперты выставляли баллы случайным образом. Если наблюдаемая дисперсия оказывается выше ожидаемой, то коэффициент r_{WG} приравнивается к 0. Однако, по мнению М.К. Линделла и К.Дж. Брандта [105], согласие между экспертами ниже ожидаемого имеет такое же право на существование, как и согласие выше ожидаемого. Поэтому разница между

ожидаемой и наблюдаемой дисперсией может быть меньше 0, а сам коэффициент Линделла бывает отрицательным [112].

В табл. 4 приведены коэффициенты Кендалла и Линделла, отражающие согласованность экспертных оценок по отдельным одорантам.

Таблица 4

Согласованность экспертных оценок по одорантам.

№	Одорант	Коэффициент Кендалла	Коэффициент Линделла
1	Иланг-иланг (1,5 мл)	0,05	0,01
2	Жасмин крупноцветковый	0,08	0,03
3	Иланг-иланг (10 мл)	0,03	-0,10
4	Розмарин лекарственный	0,08	-0,04
5	Корица	0,08	-0,02
6	Гвоздика	0,12	0,00
7	Нероли	0,11	0,12
8	Герань	0,09	0,00
9	Розовое дерево	0,07	0,11
10	Ваниль	0,35	0,21
11	Лаванда	0,05	0,05
12	Лемонграсс	0,04	0,10
13	Концентрированные духи с феромонами	0,09	0,06
14	Пачули	0,07	-0,03

Видно, что оценки испытуемых в основном не совпадают друг с другом. Наибольшее согласие экспертов отмечается в отношении ванили, но и в этом случае оценки нельзя считать в достаточной степени согласованными.

В табл. 5 приведена согласованность экспертных оценок по отдельным шкалам.

Таблица 5

Согласованность экспертных оценок по шкалам.

№	Шкала (оценочная категория)	Коэффициент Кендалла	Коэффициент Линделла
1	Тяжёлый – Лёгкий	0,14	-0,05
2	Злой – Добрый	0,16	0,19
3	Грязный – Чистый	0,11	0,10
4	Холодный – Горячий	0,08	0,00
5	Мягкий – Твёрдый	0,10	-0,10
6	Молодой – Старый	0,12	0,03
7	Умный – Глупый	0,02	0,22
8	Тихий – Громкий	0,06	-0,06
9	Быстрый – Медленный	0,03	-0,10
10	Голодный – Сытый	0,09	0,11
11	Приятный – Противный	0,16	0,10
12	Пассивный – Активный	0,02	-0,06
13	Сладкий – Горький	0,25	0,19
14	Трусливый – Смелый	0,06	0,27
15	Счастливы – Несчастны	0,09	0,21
16	Слабый – Сильный	0,07	0,12
17	Интроверт – Экстраверт	0,02	-0,05
18	Независимый – Подверженный влиянию	0,05	-0,07
19	Естественный – Контролирующий себя	0,03	-0,09
20	Сдержанный – Эмоциональный	0,02	-0,04
21	Консервативный – Открытый новому опыту	0,04	-0,13

Оценки по большой пятёрке личностных черт менее согласованы, чем оценки по семантическому дифференциалу. Наибольшая согласованность проявляется при использовании категорий «Сладкий – Горький», «Злой – Добрый», «Трусливый – Смелый». Но абсолютных

значениях коэффициенты согласованности оказываются даже меньше, чем при расчёте по одорантам.

Можно найти отдельные сочетания одорантов и критериев, для которых согласованность является приемлемой. Например, при оценке по шкале «Сладкий – Горький» для ванили $r_{WG} = 0,75$, а для нероли $r_{WG} = 0,54$. Несмотря на значимые различия между этими одорантами ($p < 0,001$), один из испытуемых оценил нероли более сладким, чем ваниль, а другой – оценил их одинаково. Разброс оценок показан на рис. 8. На этом и следующем рисунках используется скрипичный график (violin plot), средние значения указаны квадратами.

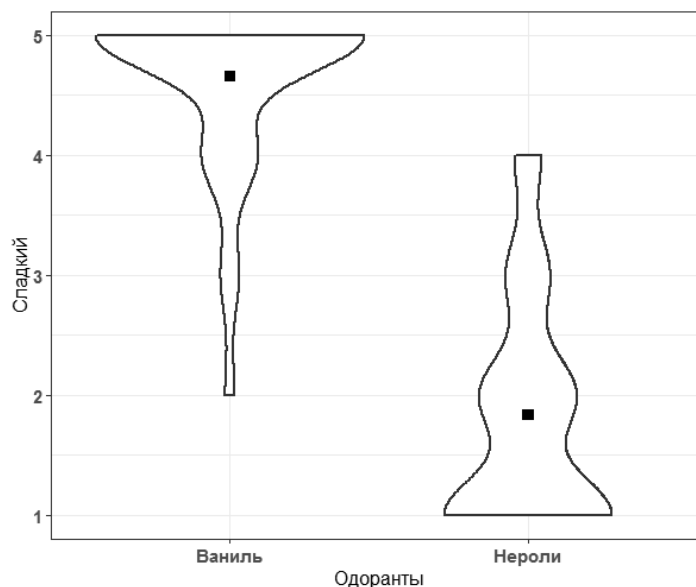


Рисунок 8. Различия между запахами ванили и нероли по шкале «Сладкий – Горький».

В качестве второго примера возьмём оценки по шкале «Быстрый – Медленный» запахов гвоздики и нероли. Для гвоздики $r_{WG} = 0,008$, а для нероли $r_{WG} = 0$. Между одорантами есть значимые различия ($p = 0,01$), при этом 8 испытуемых считали, что гвоздика быстрее нероли, а ещё 8 – дали равные оценки. Разброс оценок показан на рис. 9.

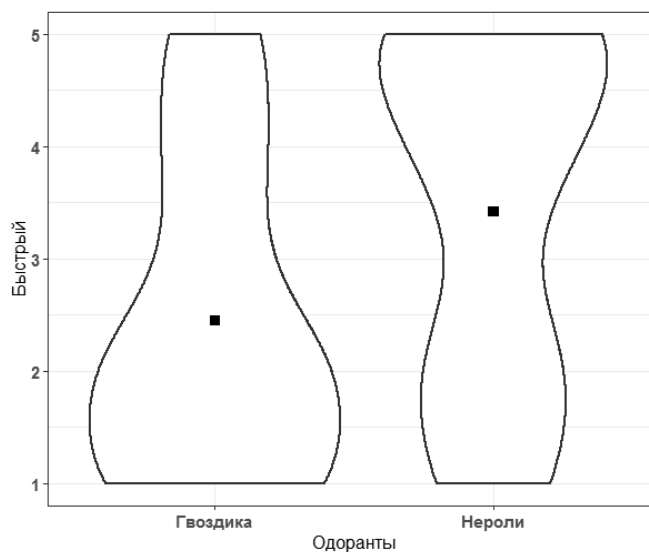


Рисунок 9. Различия между запахами гвоздики и нероли по шкале «Быстрый – Медленный».

Эти рисунки демонстрируют связь между согласованностью и разбросом оценок при сравнениях одорантов. В целом полученные результаты указывают на индивидуальный характер эмоционального отношения к запахам, что затрудняет перенос выявленных закономерностей на отдельно взятого человека.

Применение запахов эфирных масел в психотерапии

Запахи эфирных масел используются при проведении немедицинской психотерапии в Психологическом центре «Гальтон». В кабинете для консультаций установлен аромадиффузор Medisana AD 620, позволяющий распылять разбавленные водой эфирные масла. Прибор имеет подсветку с выбором до пяти световых тонов (подсветку можно отключить). Обычно наши консультации с элементами ольфактотерапии проводятся в затемнённом помещении, клиент лежит на кушетке ногами к аромадиффузору, психолог сидит в кресле за головой клиента. Клиент слышит голос психолога, но не видит его, а на периферии его поля зрения медленно переливается разными цветами аромадиффузор. Такая обстановка позволяет клиенту расслабиться и способствует его концентрации на собственных переживаниях.

Запах может выступать как проективный материал, особенно на инициальном этапе психотерапевтического процесса. Клиенту предлагается активно вдыхать распыляемые с помощью аромадиффузора эфирные масла в течение 20-30 секунд. Затем психотерапевт задаёт следующие вопросы: «Этот запах нравится?», «Что вы сейчас чувствуете?», «Какие эмоции вызвал этот запах?», «Напоминает ли этот запах каких-то людей или ситуацию, в которой вы были раньше?». При обсуждении своего состояния клиент вспоминает эмоционально значимые ситуации из прошлого, начинает активно рассказывать про людей, ассоциирующихся с запахом. Эта процедура даёт возможность уточнить запрос клиента, актуализировав переживания, лежащие в основе обращения к психотерапевту. Иногда работа с запахом вызывает воспоминания о психологической травме, что является первым шагом к её переосмыслению и осознанной переработке (ср. [15]).

По нашему опыту запахи эфирных масел позволяют управлять эмоциональным состоянием клиентов с невротическим уровнем личностной организации. Однако клиенты с психотической и пограничной личностной организацией нередко просят не использовать запахи в работе с ними. Непринятие данного метода обычно имеет место у клиентов с низкой степенью интеграции идентичности и нечёткостью границы между Я и объект-репрезентациями. Можно также отметить проявление феномена проницаемости границ (аналогичный критерий применяется при интерпретации выполнения рисуночных проективных методик). Как отмечает Е.Т. Соколова, «пережитое в любом возрасте насилие практически всегда переживается как нарушение телесных и психологических границ, грубое вторжение в Я, а иногда и как тотальное его разрушение» [68, с. 137]. По мнению автора, «качества „границ“ являются интегрирующим показателем уровня развития, индивидуации самоидентичности и в то же время, сильным диагностическим критерием её нарушения» [68, с. 137]. Распыляемые эфирные масла как бы проницают границы внутреннего мира клиента, что вызывает у него ответную реакцию, соответствующую аффективно-когнитивному стилю репрезентации отношений Я-Другой. Опыт переживания насилия (как физического, так и психологического) проецируется на взаимодействие с запахом. Иногда возникает страх поглощения своего Я аэрозольным облаком. В таких случаях дальнейшее применение запахов в терапии нежелательно, однако психотерапевт получает информативный диагностический материал для выстраивания стратегии будущей работы.

В качестве примеров реакций клиентов на предъявление запахов эфирных масел приведём выдержки из протоколов консультаций девушек 14-19 лет. Для дополнительной информации в скобках указаны результаты теста ММРІ; используется кодирование по Дж.С. Уэлшу [123; 124].

№ 1 (8*3172"64-095 F-/:KL). «Это приятно – я такие люблю. Помнится, я ходила на массаж. Меня мама постоянно к врачам водила до 13 лет. Непонятно, зачем ездили к разным врачам. Это было абсолютно бесполезно. В 9-10 лет я не могла заставить себя делать регулярно упражнения. Мама давила, говорила постоянно: „Почему ты не сделала упражнения?“. Ходила в салон рядом с домом, там мужчина работал, делал массаж. Тогда массаж нравился. Сейчас не нравится, когда кто-то трогает... Такое [ощущение от запаха] массажно-докторское-лечебное. Последний раз попала к врачу с коленями в 7 классе, это как раз в октябре было [ранее говорила, что состояние ухудшается в октябре, потому что в октябре болели колени, из-за этого

пропускала школу две недели, переживала, что снизится успеваемость]. Маме не нравилось, что мы [с сестрой] не идеально здоровые дети... Перестали нравиться прикосновения, когда обнимают. Был неприятный опыт физического взаимодействия с одним молодым человеком. Познакомилась в Интернете, хотелось отношений, чтобы восполнить недостаток внимания мамино. Встретились один раз, он меня облапал, я была не против под влиянием момента. А потом поняла, что он мне не нравится, и из-за этого было неприятно».

№ 2 (8*02"731'64-/59 F""L-/K). «Запах похож на духи, скорее приятный. Я с запахами не ассоциирую ничего. Из растений знаю только кактус (мама любит), но кактусом не пахнет. Мама начала выращивать кактусы, когда я родилась, или во время беременности. Хотела чем-то себя занять. Любит их как своих детей. Я о них руками билась, лунатизм. Их ненавидела какое-то время».

№ 3 (8*7"02'1396-4/5 F'-/:LK). «Запах нормальный – конфеты из детства... Начну со своей бабушки. Она меня с детства воспитывала лет до 5. Потом я переехала в Москву, мама воспитывала меня с братом, который только родился. Бабушка теперь говорит, что я редко к ней приезжаю и недостаточно откровенно с ней разговариваю. То же самое с мамой происходит. Я сама не понимаю. Если я расскажу всё, она будет разочарована. Я пошла плакать, – видела видео год назад, ностальгия, – она восприняла это по-своему. Если бы я сказала, что это из-за парня, [который на видео] поёт, она бы назвала меня сумасшедшей или отобрала телефон. „Твои проблемы сейчас ничто, дальше будет хуже“, – мне хочется наорать, когда она так говорит. Раньше мама всегда так говорила. Раньше чувствовала вину за это. Например, если не помыла посуду. Моя подруга говорит, что я не должна думать только о маме. Я тогда не показываю, что чувствую себя виноватой. Сейчас этого не чувствую. Чувствую вину за то, что не чувствую вину, и это кажется странным. Мне всё равно. Но плохо из-за того, что всё равно».

№ 4 (8*7"02'61-39/54 F'-L/:K). Перед предъявлением запаха: «Люблю духи с ароматом зелёного чая, цветочный, фруктовый, лаванда, корица, ваниль». После предъявления запаха: «Запах понравился. Парк, зелёные деревья, май, дорожка в лесу. Старая квартира, комната у бабушки, покрывало на кровати у бабушки... Тяжело людям отказать в чём-то, родственникам, мнение своё отстаивать, спорить. Бабушке нужно помочь по огороду, а у меня нет сил и желания. Просят много раз, и я соглашаюсь. Если обсуждается политика, не высказываю своё мнение, боюсь негативных последствий. Не ем мясо. Начинают говорить, что нужно есть – здоровее будешь... Подобные ситуации с одеждой: мама выбирала, а мне не нравилось».

№ 5 (981"7'36425-0 F*""-/K:L). «Першит, кружится голова. Запах больниц. Я 13 раз лежала в больнице за 4 года. Страшно [заплакала, лежала 10 минут, чтобы успокоиться]. Возникло ощущение, что я в коробке – это защита, мной играют (это нормально)». На следующей встрече: «После нашей прошлой консультации у меня три дня были истерики. Молодой человек не мог жить со мной. Мне это очень тяжело давалось. Потом я справилась. Вчера прилив вдохновения и дикое желание что-то сделать». Ощущения на предыдущей консультации комментирует так: «Вы играете мной, но это хорошо. Так играли в школе на моём чувстве ответственности. Вы как учитель, преподаватель. Иногда мне это мешает, но иногда помогает наладить отношения. Это как форма мазохизма. Забота о других важнее собственной безопасности».

№ 6 (48"7'2609-35/1 F""-/L:K). «Как будто была не здесь и ушла в свой мир. Голова кружится немного».

№ 7 (837'29164-05 F""-/LK). «Запах вызвал ассоциации с церковью. Меня крестили, но у меня позиция, что кто-то есть, но именно христианство необязательно. Мама водила в церковь, когда была маленькой. Есть подруга, у которой семья верующая, это меня смущает. Она сказала родителям, что не будет [верить], они нормально отреагировали. Сейчас проблемы религии нет».

№ 8 (78'49362-015 F'-/:LK). «Запах не понравился. Напомнил запах папиной машины. Мама сказала, что нельзя есть „Доширак“. После этого стала прятать еду. С детского сада папа говорил, что я толстая. Отказывалась от сахара в чае – сама так решила. Родилась очень пухлой».

Родители боялись, что я могу потолстеть. Поэтому отдавали на борьбу. С 9 до 14 лет занималась спортом. Когда папа приходит злой, он может заметить любую мелочь. Срывается на маме, а она на мне. Вечером убираюсь – привычка от проживания с братом в одной комнате. Папа – военный, любит дисциплину. Не люблю семейный ужин, папа злит. Меня дёрганной называют, потому что я боялась родителей. Я откладываю на потом, но потом тревога. Родители всегда хотели, чтобы я хорошо училась... Когда родителей нет дома, мне спокойнее». На следующей встрече после предъявления другого запаха: «Не понравился, мужской запах. Дедушка, папа, ладан». Чуть позже на этой же консультации сообщает: «Бабушка считает женщин служанками для мужчин. Меня это бесит». Затем говорит, что «всегда считала парней врагами» и её «скорее привлекают женщины». Через одну консультацию комментирует запах так: «Запах чистоты, мыла – приятно, понравился... Сейчас хотела бы спать, но всё равно не смогу спать днём. В школе могу уснуть в рекреации, там есть свой плед. Днём не могу заснуть, потому что мама может зайти и сказать, что надо учиться. Здесь работа над собой, и не могу заснуть». После этого рассказывает о своих сновидениях.

№ 9 (56-09238/174 F-/LK). «Запах – успокаивает, цитрус, травяной, мама, сигареты, ладан. Фиолетовый цвет [подсветка аромадиффузора] – неприятно... На этой неделе я каталась на роликах, упала на руку и разбила телефон, в котором было письмо ему [молодому человеку, из-за трудностей в отношениях с которым клиентка обратилась к психологу]. Написала новое, и после этого сердцебиение успокоилось. Это было первое глубокое общение с человеком. До этого были только поверхностные контакты. После ссоры было отвращение к деду [он спровоцировал ссору с молодым человеком, после которой она решила обратиться к психологу], его запах, брезгливость к нему. Сейчас градус отвращения снизился».

Видно, что реакции на запахи очень разнообразны. Они отражают внутренние переживания клиентов, практически не завися от свойств одорантов. Во многих случаях на запах проецируются актуальные эмоции клиента, возникновение которых в дальнейшем объясняется другими причинами. Вдыхание запаха может вызывать ассоциации и воспоминания, раскрывающие особенности личности клиента и причины психологических проблем. Заметны цепные и диффузные комплексы по Л.С. Выготскому [16]. Сразу после вдыхания запаха клиент активнее рассказывает о себе, описывает жизненные ситуации и чувства, о которых раньше не рассказывал. Дальнейшая психотерапевтическая работа часто подтверждает соответствие этих переживаний базовому конфликту, разрешение которого приводит к улучшению состояния.

Интересно, что использование аромадиффузора с разноцветной подсветкой иногда приводит к субъективному связыванию запаха и цвета, описанному П.В. Яньшиным [85]. Объективно при изменении цвета аромадиффузора состав одорантов не меняется, однако в последнем примере мы видим, что включение фиолетовой подсветки вызывает новую эмоцию. Такие феномены нередко наблюдаются при работе с маленькими детьми, которые самостоятельно приходят к ложному выводу о том, что при изменении подсветки запах меняется. Это лишний раз доказывает, что эмоциональное восприятие запахов сильно зависит от контекста и внешних обстоятельств, не связанных со свойствами одоранта.

С учётом того, что эмоциональное отношение к запахам варьирует от человека к человеку, при управлении эмоциональным состоянием желательно ориентироваться на реакции, присущие каждому конкретному клиенту. Для автоматизации построения индивидуального пространства запахов в программной среде Shiny R создано интерактивное онлайн-приложение, размещённое по адресу: <https://nkhokhlov.shinyapps.io/aroma/>. Приложение позволяет психологу ввести оценки 12 запахов по 16 шкалам семантического дифференциала, отсортировать запахи по любой шкале, увидеть размещение этих запахов в двухмерных подпространствах трёхмерного факторного пространства, а также сравнить полученные результаты с усреднёнными результатами выборки стандартизации. По умолчанию приложение использует описанный выше набор запахов (без духов с феромонами), но при необходимости исследователь может отредактировать список одорантов. Индивидуальное семантическое пространство запахов, сильно отличающееся от эталонного (усреднённого теоретического), не

может считаться признаком патологии. При этом мы рекомендуем обращать внимание на выраженное отличие индивидуальных оценок от эталонных по запахам с наибольшей согласованностью оценок (например, ваниль). Такое отличие может быть поводом для обсуждения с клиентом его опыта взаимодействия с этим запахом.

Заключение

Результаты проведённого исследования дают возможность описать особенности эмоционального воздействия запахов 12 эфирных масел. Эмоциональную оценку запахов можно свести к ограниченному числу базовых категорий. Наибольшую роль играет фактор оценки, далее следуют факторы силы и активности, которые не являются полностью независимыми. При использовании личностного семантического дифференциала также выделяются социально обусловленные черты характера и свойства темперамента. Эмоциональное восприятие запахов эфирных масел в целом индивидуально, а относительную универсальность эмоционального воздействия можно отметить лишь для некоторых одорантов при их оценке по отдельным шкалам (например, запах ванили сладкий, а запах нероли горький).

Дополнительно показано, что объём флакона практически не влияет на эмоциональное восприятие его запаха. Однако предъявление флакона, отличающегося от остальных своим размером, может приводить к временному переключению с оценки запаха на оценку размера. Анализ этого феномена позволяет сформулировать более общий вопрос: насколько при эмоциональной оценке запаха люди оценивают сам запах, а не его источник? Очевидно, что в естественных условиях появление нового запаха сначала запускает ориентировочную реакцию. Человек ищет источник запаха, а обнаружив его, связывает обонятельное переживание со свойствами пахнущего предмета. После этого начинает работать культурное опосредование обонятельного восприятия. Запах перестаёт восприниматься изолированно от своего источника, а отношение к этому источнику меняет отношение к запаху.

Не обнаружено избирательного эмоционального воздействия синтетических мужских духов с феромонами (андроферин) на юношей и девушек. Возможно, метод прямой оценки по семантическому дифференциалу плохо подходит для изучения неосознаваемого воздействия феромонов. Если феромоны могут менять поведение человека без осознанного восприятия запаха, то для обнаружения и измерения этого эффекта требуется иной дизайн исследования. В перспективе мы планируем проверить, приводит ли вдыхание феромона к повышению привлекательности портретов людей противоположного пола. При проведении такого эксперимента следует контролировать осведомлённость испытуемых о вдыхаемом одоранте (феромон или плацебо), использовать мужские и женские феромоны для разных групп, состоящих из женщин и мужчин. В качестве дополнительных переменных желательно учитывать наличие у испытуемых постоянных половых партнёров и фазу менструального цикла.

Практика применения эфирных масел в процессе психотерапии свидетельствует о том, что запах может выступать в качестве проективного материала. Вдыхание запаха актуализирует внутренние переживания клиента, причём свойства самого одоранта здесь второстепенны. Влияние запахов на состояние клиента неодинаково для разных уровней эмоционального реагирования. По словам Е.Д. Хомской, «эмоционально-личностная сфера имеет *уровневое строение*. Первый уровень составляет *эмоциональная реактивность* (характеризующая в основном базальные эмоции). Второй уровень – *эмоциональные состояния* (настроения, эмоциональный фон). <...> Третий уровень эмоционально-личностной сферы – *эмоционально-личностные качества*» [76, с. 329]. А.Ж. Моносова и Е.Д. Хомская также писали об избирательном воздействии обонятельной стимуляции: «Если обратиться к классификации эмоций, данной С. Л. Рубинштейном, согласно которой выделяются три уровня эмоций: уровень аффективно-эмоционального ощущения, уровень предметных чувств и уровень обобщенных эмоций, то можно предположить, что обонятельная стимуляция, в отличие от большинства известных методик (кроме, может быть, цветочных), апеллирует прежде всего к первому из них» [42, с. 100]. По нашим наблюдениям, вдыхание запахов эфирных масел в

целом повышает эмоциональную реактивность. Клиент охотнее начинает рассказывать о том, что его беспокоит, вспоминает о проблемах, ранее не упоминавшихся в беседе с психотерапевтом. Клиентами с психотическими симптомами воздействие запаха может переживаться как пугающее и угрожающее их телесным и психологическим границам. За исключением таких случаев вдыхание эфирных масел способствует повышению эффективности психотерапевтических сессий. На уровне эмоциональных состояний влияние запахов становится куда более индивидуальным. Существенным является не сам запах, а то, какое эмоциональное отношение и какие ассоциации он вызывал у конкретного клиента. Общих закономерностей здесь, по-видимому, нет (по крайней мере, в отношении исследованных нами эфирных масел). До регулярного применения запахов для управления эмоциональным состоянием клиента следует получить индивидуальное психосемантическое пространство эфирных масел и в дальнейшем ориентироваться на него при решении отдельных психотерапевтических задач. На уровень эмоционально-личностных качеств запахи напрямую не влияют, но на него влияет само прохождение психотерапии. Если использование запахов эфирных масел повышает эффективность психотерапевтической работы, то и изменение эмоционально-личностных качеств должно происходить успешнее. Предполагаем, что этот косвенный эффект может проявиться лишь в течение длительного времени.

1. Ананьев Б.Г. Сенсорно-перцептивная организация человека // Познавательные процессы: ощущения, восприятие / Под ред. А.В. Запорожца, Б.Ф. Ломова, В.П. Зинченко. – М.: Педагогика, 1982. – С. 7-31.
2. Андреева Н.Г., Обухов Д.К., Демьяненко Г.П., Каменская В.Г. Морфология нервной системы: Учеб. пособие. – Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1985. – 160 с.
3. Андреева Ю.И., Архипова Т.Г. Ароматерапия для начинающих. – СПб.: Амфора. ТИД Амфора, 2012. – 47 с.
4. Аромат больше, чем вкус: пер. с англ. – СПб.: Страта, 2019. – 96 с.
5. Артемьева Е.Ю. Основы психологии субъективной семантики / Под ред. И.Б. Ханиной. – М.: Наука; Смысл, 1999. – 350 с.
6. Бассетти К.Л., Мументалер М. Дифференциальный диагноз в неврологии. Руководство по оценке, классификации и дифференциальной диагностике неврологических симптомов: пер. с нем. – М.: МЕДпресс-информ, 2021. – 420 с.
7. Беар М.Ф., Коннорс Б.У., Парадизо М.А. Нейронауки. Исследование мозга: пер. с англ. В 3 т. Т. 2. – 4-е изд. – СПб.: «Диалектика», 2021. – 416 с.
8. Бейкер Дж.Р. Раса. Взгляд белого человека на эволюцию: пер. с англ. – М.: Издательство АСТ, 2015. – 727 с.
9. Бехтерев В.М. Общие основы рефлексологии человека: руководство к объективному изучению личности / Под ред. и со вступ. ст. А.В. Гервера. – 4-е посмертное изд. – М., Л.: Гос. изд-во, 1928. – XXIV, 544 с.
10. Благовещенская Н.С. Топическое значение нарушений слуха, вестибулярной функции, обоняния и вкуса при поражениях головного мозга. – М.: Медгиз, 1962. – 272 с.
11. Боду Д. Ароматерапия. Лечение эфирными маслами: пер. с фр. – М.: Планета Ароматика, 2022. – 248 с.
12. Буренина И.А. Основные методологические принципы применения ароматерапии в восстановительном лечении // Вестник современной клинической медицины. – 2009. – Т. 2. – Вып. 2. – С. 47-50.
13. Бутовская М.Л. Антропология пола. – Фрязино: Век 2, 2013. – 256 с.
14. Бутовская М.Л. Язык тела: природа и культура (эволюционные и кросс-культурные основы невербальной коммуникации человека). – М.: Научный мир, 2004. – 440 с.
15. Ван дер Колк Б. Тело помнит всё: какую роль психологическая травма играет в жизни человека и какие техники помогают её преодолеть: пер. с англ. – М.: Эксмо, 2020. – 464 с.
16. Выготский Л.С. Мышление и речь. – М.: Лабиринт, 2005. – 352 с.
17. Гайворонский И.В., Ничипорук Г.И. Функциональная анатомия органов чувств. – СПб.: «ЭЛБИ-СПб», 2014. – 76 с.
18. Гудзон А. Просто химия аромата: пер. с англ. – СПб.: Страта, 2018. – 116 с.
19. Гулимова В.И. Вомероназальная система животных и человека в норме и патологии // Архив патологии. – 2002. – Т. 64. – № 4. – С. 52-59.
20. Гурижева М.И., Ханикова Х.М., Ермолаева Е.В. Роль нетрадиционных методов лечения в современном обществе // Бюллетень медицинских Интернет-конференций. – 2016. – Т. 6. – № 1. – С. 74.
21. Гурина И.В. Ароматная математика. – М.: SCENTBOOK, 2021. – 104 с.
22. Гусельникова К.Г., Плетнев О.А. Обонятельный анализатор позвоночных. – М.: Изд-во МГУ, 1985. – 171 с.
23. Дифференциальная диагностика нервных болезней: Руководство для врачей / Под ред. Г.А. Акимова, М.М. Одинака. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: Гиппократ, 2001. – 664 с.

24. Дюк В.А. Компьютерная психодиагностика / Под науч. ред. В.В. Александрова. – СПб.: издательство «Братство», 1994. – 364 с.
25. Епанешникова М.А. Функции запаха как феномена культуры // Вестник Челябинского государственного университета. Серия «Философия. Социология. Культурология». Вып. 19. – 2010. – № 31 (212). – С. 31-35.
26. Жуков Д.А. Стой, кто ведёт? Биология поведения человека и других зверей: в 2 тт. Т. 2. – М.: Альпина нон-фикшн, 2014. – 374 с.
27. Инглэнд Э. Ароматерапия для матери и ребёнка: пер. с англ. – М.: Изд-во «Северный ковш», 2003. – 224 с.
28. Ирисова О.А. Ароматерапия: Практическое руководство. – М.: Изд-во МГУ, 2002. – 128 с.
29. Каменская М.А., Каменский А.А. Основы нейробиологии: учебник для вузов. – М.: Дрофа, 2014. – 365 с.
30. Кибардин Г.М. Мир ароматов и благовоний. Практическое пособие. – 5-е изд. – М.: Амрита, 2017. – 128 с.
31. Киселев В.М., Красюк И.Н., Плющева Л.В. Моделирование процесса маркетинговых коммуникаций // Маркетинг. – 2008. – № 2 (99). – С. 50-58.
32. Киселев В.М., Сяглова Ю.В., Плющева Л.В. Мультисенсорные коммуникации. Инфо- и идентдизайн. – М.: Русайнс, 2017. – 236 с.
33. Ковалева А.В. Нейрофизиология, физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем: учебник для вузов. – М.: Издательство Юрайт, 2020. – 365 с.
34. Ковригина Е.С., Панков Д.Д., Ключникова И.В. Ингаляционные препараты как важный компонент реабилитации часто болеющих детей // Вопросы практической педиатрии. – 2016. – Т. 11. – № 1. – С. 67-73. – DOI: 10.20953/1817-7646-2016-1-67-73
35. Костяев А.И. Ароматы и запахи в истории культуры: Знаки и символы. – М.: Книжный дом «ЛИБРОКОМ», 2017. – 144 с.
36. Кочарян Г.С. Половые феромоны человека (новейшая сексология). – Харьков: ХНУ имени В. Н. Каразина, 2005. – 270 с.
37. Крылов В.Ю. Геометрическое представление данных в психологических исследованиях / Под ред. С.П. Курдюмова. – М.: Наука, 1990. – 119 с.
38. Крючкова О.Е., Крючкова Е.А. Магия трав и ароматов. Рекомендации для мастеров. – М.: ТД Велигор, 2019. – 238 с.
39. Мазитова Р.М., Охотская В.Н., Пучкин Б.И. Обоняние и его моделирование. – Новосибирск: Наука. Сиб. отд-ние, 1965. – 119 с.
40. Макарова З.С. Фитотерапия и ароматерапия в дошкольных учреждениях. – М.: ТЦ Сфера, 2017. – 32 с.
41. Мелик Л.Н. Магия ароматов: эфирные масла и специи от всех болезней. – М.: Центрполиграф, 2021. – 319 с.
42. Моносова А.Ж., Хомская Е.Д. Изучение эмоциональной сферы методом оценки запахов // Вопросы психологии. – 1993. – № 2. – С. 100-106.
43. Морозова С.В., Савватеева Д.М., Петрова Е.И. Обонятельные расстройства у пациентов с нейродегенеративными заболеваниями // Неврологический журнал. – 2014. – С. 4-8.
44. Морозова С.В., Савватеева Д.М., Тимурзиева А.Б. Обонятельные расстройства у пациентов с психическими заболеваниями // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2014. – Т. 114. – № 7. – С. 73-78.
45. Мюшембле Р. Цивилизация запахов. XVI – начало XIX века: пер. с фр. – М.: Новое литературное обозрение, 2020. – 312 с.
46. Николаева Е.И. Психофизиология: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. – СПб.: Питер, 2021. – 704 с.
47. Ноева С.Е. Особенности ольфакторной коммуникации в якутском тексте // Международный научно-исследовательский журнал. – 2021. – № 12 (114). – Ч. 5. – С. 54-56. – DOI: 10.23670/IRJ.2021.114.12.164
48. Основы органической химии душистых веществ для прикладной эстетики и ароматерапии: Учебное пособие для вузов / Под ред. А.Т. Солдатенкова. – М.: ИКЦ «Академкнига», 2006. – 240 с.
49. Паузе Б.М., Микаэла Зойль Ш. Всё дело в запахе = Alles Geruchssache: Как нос диктует нам, чего хотеть и кого любить: пер. с нем. – М.: Дискурс, 2021. – 240 с.
50. Пелоси П. Обоняние. Увлекательное погружение в науку о запахах: пер. с англ. – М.: КоЛибри, Азбука-Аттикус, 2020. – 304 с.
51. Пенфилд В., Эрикссон Т. Эпилепсия и мозговая локализация: патофизиология, лечение и профилактика эпилептических припадков: пер. с англ. / Под ред. Н.И. Геращенко. – [б. м.]: Медгиз, 1949. – 452 с.
52. Петренко В.Ф. Основы психосемантики. – 2-е изд., доп. – СПб.: Питер, 2005. – 480 с.
53. Петрова Е.А., Пичугин П.В. Актуальные проблемы изучения мира ароматов: междисциплинарный подход // Ученые записки Российского государственного социального университета. – 2021. – Т. 20. – № 2 (159). – С. 5-9.
54. Плужников М.С., Рязанцев С.В. Среди запахов и звуков. – М.: Мол. гвардия, 1991. – 272 с.
55. Пруст М. По направлению к Свану: Роман: пер. с фр. / Вступ. ст. А.Н. Таганова. Примеч. С.Л. Фокина. – СПб.: Амфора, 1999. – 540 с.
56. Райт Р.Х. Наука о запахах: пер. с англ. / Под ред. и с предисл. Н.П. Наумова. – М.: Изд-во «Мир», 1966. – 224 с.
57. Родионова Е.И., Минор А.В., Беда Ю.А. Влияние фоновых запахов на выполнение заданий по математике и русскому языку школьниками 2-3 классов // Экология образования: Актуальные проблемы. Выпуск 2. Сб.

- науч. статей. В 2-х тт. Т. 2. Часть 2. Экологически чистое образование. Часть 3. Здоровье ребёнка. Психофизиология, психопедагогика детей с нарушениями здоровья и развития / Под ред. А.В. Пяткова. – Архангельск: Поморский государственный университет им. М. В. Ломоносова, 2001. – С. 227-230.
58. Рок Д. Охотник за ароматами. Путешествие в поисках природных ингредиентов для культовых парфюмов от Guerlain до Issey Miyake: пер. с фр. – М.: Эксмо, 2022. – 304 с.
59. Рокамм Р. Цветной атлас по неврологии: пер. с англ. / Под ред. Г.Е. Ивановой. – М.: МЕДпресс-информ, 2017. – 584 с.
60. Рязанцев С.В. В мире запахов и звуков (Занимательная оториноларингология). – М.: ТЕРРА, 1997. – 432 с.
61. Савельев С.В. Изменчивость и гениальность. – 5-е изд., перераб. и доп. – М.: ВЕДИ, 2022. – 144 с.
62. Саков И.В. Ароматпсихология: практическое пособие. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. – 160 с.
63. Сапин М.Н. Анатомия человека. Атлас: учебное пособие: в 3 т. Т. 3: Учение о нервной системе / науч. ред. В.Н. Николаенко. – 2-е изд., перераб. – М.: Практическая медицина, 2019. – 384 с.
64. Сахаров Б.М. Ароматерапия. – М.: Профит Стайл, 2018. – 288 с.
65. Сероштан Е.П., Громач В.В. Ароматерапия в лечении хронических болевых синдромов // Традиционная медицина. – 2008. – № 4 (15). – С. 50-53.
66. Синельников Р.Д., Синельников Я.Р., Синельников А.Я. Атлас анатомии человека: учебное пособие для студентов медицинских вузов: в 4 т. Т. 4: Учение о нервной системе и органах чувств / Под ред. А.Г. Цыбулькина. – 7-е изд., перераб. – М.: Новая волна, 2021. – 320 с.
67. Смит К.Ю.М. Биология сенсорных систем: пер. с англ. – М.: БИНОМ. Лаборатория знаний, 2013. – 583 с.
68. Соколова Е.Т. Клиническая психология утраты Я. – 2-е изд. – М.: Смысл, 2019. – 566 с.
69. Тимошенко П.А., Кот Н.Н., Вечер А.О. Современный взгляд на орган Якобсона с позиции ринохирурга // Военная медицина. – 2007. – № 2. – С. 110-112.
70. Фаликман М.В. Внимание: учебник для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. Б.С. Братуся. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 480 с.
71. Фести Д. Энциклопедия ароматерапии. Для здоровья всей семьи: пер. с фр. – М.: Издательство «Э», 2017. – 544 с.
72. Физиология человека с основами патофизиологии: пер. с нем. В 2-х тт. Т. 1 / Под ред. Р.Ф. Шмидта, Ф. Ланга, М. Хекманна. – М.: Лаборатория знаний, 2019. – 540 с.
73. Фраснелли И. Сила обоняния: Как умение распознавать запахи формирует память, предсказывает болезни и влияет на нашу жизнь: пер. с нем. – М.: КоЛибри, Азбука-Аттикус, 2022. – 208 с.
74. Хаустов С.А., Дубынин В.А. Феромоны человека: анализ заблуждений, проблем и перспектив изучения (обзор) // Science for Education Today. – 2022. – Т. 12. – № 2. – С. 172-192. – DOI: 10.15293/2658-6762.2202.09
75. Хейз Н. Запутанный мозг. Путеводитель по нейропсихологии: пер. с англ. – М.: АСТ, 2022. – 384 с.
76. Хомская Е.Д. Нейропсихология: Учебник для вузов. – 4-е изд. – СПб.: Питер, 2015. – 496 с.
77. Шеперд Г. Нейрогастрономия. Почему мозг создаёт вкус еды и как этим управлять: пер. с англ. – М.: Эксмо, 2021. – 320 с.
78. Шмелев А.Г. Многослойность субъективной семантики и трудности её «расслоения» // Психология субъективной семантики в фундаментальных и прикладных исследованиях: Материалы научной конференции, посвящённой 60-ти летию со дня рождения Е.Ю. Артемьевой / Отв. ред. Д.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2000. – С. 35-39.
79. Шмелев А.Г. Психодиагностика личностных черт. – СПб.: Речь, 2002. – 480 с.
80. Шутова С.В. Ароматерапия: физиологические эффекты и возможные механизмы (обзор литературы) // Вестник Тамбовского университета. Серия: Естественные и технические науки. – 2013. – Т. 18. – Вып. 4-1. – С. 1330-1336.
81. Эзотерика. Т. III. Парапсихология: Учебный курс: пер. с нем. – М.: Русский капитал, 1992. – 672 с.
82. Эймур Дж., Джонстон Дж., Рабин М. Стереохимическая теория обоняния // Восприятие. Механизмы и модели: пер. с англ. / Под ред. и с предисл. Н.Ю. Алексеенко. – М.: Издательство «Мир», 1974. – С. 86-96.
83. Эфирные масла. Краткое руководство по ароматерапии. – 5-е изд. – М.: Амрита, 2018. – 48 с.
84. Янг К. Ароматерапия. Эфирные масла. Лечебные свойства. Практика применения: пер. с англ. – М.: Издательство «Будущее Земли», 2022. – 416 с.
85. Яньшин П.В. Психосемантика цвета: учебное пособие для вузов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2021. – 417 с.
86. Alfonso A. Neurogenesis as a Factor in the Functional Plasticity of the Nervous System // Conn's Translational Neuroscience / Ed. by P. Michael Conn. – London, San Diego, Cambridge, Kidlington: Academic Press, 2017. – P. 545-552. – DOI: 10.1016/B978-0-12-802381-5.00039-7
87. Berčík J., Paluchová J., Gálová J., Neomániová K., Hladíková L. Aroma Marketing – a Modern Marketing Phenomenon // International Scientific Days 2018. Towards Productive, Sustainable and Resilient Global Agriculture and Food Systems. Conference Proceedings / Ed. by E. Horská, Z. Kapsdorferová, M. Hallová. – Prague: Wolters Kluwer ČR, 2018. – P. 586-598. – DOI: 10.15414/isd2018.s2-3.02
88. Bikmoradi A., Seifi Z., Poorolajal J., Aragchian M., Safiaryan R., Oshvandi K. Effect of inhalation aromatherapy with lavender essential oil on stress and vital signs in patients undergoing coronary artery bypass surgery: A single-

- blinded randomized clinical trial // *Complementary Therapies in Medicine*. – 2015. – Vol. 23 (3). – P. 331-338. – DOI: 10.1016/j.ctim.2014.12.001
89. Boles D.B. *Cognitive Evolution: From Single Cells to the Human Mind*. – 2nd ed. – New York, Abingdon: Routledge, 2022. – XIV, 382 pp. – DOI: 10.4324/9781003137863
 90. Boyce J.M., Shone G.R. Effects of ageing on smell and taste // *Postgraduate Medical Journal*. – 2006. – Vol. 82 (966). – P. 239-241. – DOI: 10.1136/pgmj.2005.039453
 91. Buck L., Axel R. A novel multigene family may encode odorant receptors: a molecular basis for odor recognition // *Cell*. – 1991. – Vol. 65. – P. 175-187. – DOI: 10.1016/0092-8674(91)90418-x
 92. Dalton P., Maute C., Oshida A., Hikichi S., Izumi Y. The use of semantic differential scaling to define the multidimensional representation of odors // *Journal of Sensory Studies*. – 2008. – Vol. 23 (4). – P. 439-569. – DOI: 10.1111/j.1745-459X.2008.00167.x
 93. D'Aniello B., Semin G. R., Scandurra A., Pinelli C. The Vomeronasal Organ: A Neglected Organ // *Frontiers in Neuroanatomy*. – 2017. – Vol. 11. – A. 70. – DOI: 10.3389/fnana.2017.00070
 94. Doty R.L., Shaman P., Applebaum S.L., Giberson R., Sikorski L., Rosenberg L. Smell identification ability: changes with age // *Science*. – 1984. – Vol. 226 (4681). – P. 1441-1443. – DOI: 10.1126/science.6505700
 95. Endevelt-Shapira Y., Djalovski A., Dumas G., Feldman R. Maternal Chemosignals Enhance Infant-adult Brain-to-brain Synchrony // *Science Advances*. – 2021. – Vol. 7 (50). – A. eabg6867. – DOI: 10.1126/sciadv.abg6867
 96. Goepfert M., Liebl P., Herth N., Ciarlo G., Buentzel J., Huebner J. Aroma oil therapy in palliative care: a pilot study with physiological parameters in conscious as well as unconscious patients // *Journal of Cancer Research and Clinical Oncology*. – 2017. – Vol. 143. – P. 2123-2129. – DOI: 10.1007/s00432-017-2460-0
 97. Herz R.S., von Clef J. The Influence of Verbal Labeling on the Perception of Odors: Evidence for Olfactory Illusions? // *Perception*. – 2001. – Vol. 30 (3). – P. 381-391. – DOI: 10.1068/p3179
 98. James L.R., Demaree R.G., Wolf G. Estimating Within-Group Interrater Reliability With and Without Response Bias // *Journal of Applied Psychology*. – 1984. – Vol. 69 (1). – P. 85-98. – DOI: 10.1037/0021-9010.69.1.85
 99. Jo H., Rodiek S., Fujii E., Miyazaki Y., Park B.-J., Ann S.-W. Physiological and Psychological Response to Floral Scent // *HortScience*. – 2013. – Vol 48 (1). – P. 82-88. – DOI: 10.21273/HORTSCI.48.1.82
 100. Kendall M.G. *Rank correlation methods*. – 4th ed. – London: Griffin, 1970. – 202 pp.
 101. Koeppen B.M., Stanton B.A. *Berne & Levy physiology*. – 7th ed. – Philadelphia, PA: Elsevier, 2017. – 880 pp.
 102. Kolb B., Whishaw I.Q. *An Introduction to Brain and Behavior*. – 4th ed. – New York: Worth Publishers, 2012. – 688 pp.
 103. Laing D.G., Clark P.J. Puberty and olfactory preferences of males // *Physiology & behavior*. – 1983. – Vol. 30 (4). – P. 591-597. – DOI: 10.1016/0031-9384(83)90226-3
 104. Lee M.S., Choi J., Posadzki P. Aromatherapy for health care: An overview of systematic reviews // *Maturitas*. – 2012. – Vol. 71 (3). – P. 257-260. – DOI: 10.1016/j.maturitas.2011.12.018
 105. Lindell M.K., Brandt C.J. Assessing Interrater Agreement on the Job Relevance of a Test: A Comparison of the CVI, T, $r_{WG(j)}$, and $r^*_{WG(j)}$ Indexes // *Journal of Applied Psychology*. – 1999. – Vol. 84 (4). – P. 640-647. – DOI: 10.1037/0021-9010.84.4.640
 106. Lindell M.K., Brandt C.J. Measuring Interrater Agreement for Ratings of a Single Target // *Applied Psychological Measurement*. – 1997. – Vol. 21 (3). – P. 271-278. – DOI: 10.1177/01466216970213006
 107. Lindell M.K., Brandt C.J., Whitney D.J. A Revised Index of Interrater Agreement for Multi-Item Ratings of a Single Target // *Applied Psychological Measurement*. – 1999. – Vol. 23 (2). – P. 127-135. – DOI: 10.1177/01466219922031257
 108. Mahmut M.K., Stevenson R.J. Do Single Men Smell and Look Different to Partnered Men? // *Frontiers in Psychology*. – 2019. – Vol. 10. – A. 261. – DOI: 10.3389/fpsyg.2019.00261
 109. McClintock M.K. Pheromones in Humans and Social Chemosignals // *Encyclopedia of Neuroscience*. Vol. 8 / Ed. by L.R. Squire. – San Diego: Academic Press, 2009. – P. 617-623. – DOI: 10.1016/B978-008045046-9.01707-1
 110. Monti-Bloch L., Jennings-White C., Berliner D.L. The Human Vomeronasal System: A Review // *Annals of the New York Academy of Sciences*. – 1998. – Vol. 855 (1). Olfaction and Taste XII: An International Symposium. – P. 373-389. – DOI: 10.1111/j.1749-6632.1998.tb10595.x
 111. Mouly A.-M., Sullivan R. Memory and Plasticity in the Olfactory System: From Infancy to Adulthood // *The Neurobiology of Olfaction* / Ed. by A. Menini. – Boca Raton: CRC Press, 2010. – P. 367-394.
 112. O'Neill T.A. An Overview of Interrater Agreement on Likert Scales for Researchers and Practitioners // *Frontiers in Psychology*. – 2017. – Vol. 8. – A. 777. – DOI: 10.3389/fpsyg.2017.00777
 113. Pause B.M. Human Chemosensory Communication // *Springer Handbook of Odor* / Ed. by A. Buettner. – Cham: Springer, 2017. – P. 987-1010. – DOI: 10.1007/978-3-319-26932-0_52
 114. Pfaffmann C. Taste and smell // *Handbook of Experimental Psychology* / Ed. by S.S. Stevens. – New York: John Wiley & Sons; London: Chapman & Hall, 1951. – P. 1143-1171.
 115. Poo C., Agarwal G., Bonacchi N., Mainen Z. F. Spatial maps in piriform cortex during olfactory navigation // *Nature*. – 2022. – Vol. 601 (7894). – P. 595-599. – DOI: 10.1038/s41586-021-04242-3
 116. Schellinck H.M., Brown R.E. Olfactory System // *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*. Vol. 17 / Ed. by J. D. Wright. – 2nd ed. – Amsterdam, Kidlington, Waltham: Elsevier, 2015. – P. 196-200. – DOI: 10.1016/B978-0-08-097086-8.55042-9

117. Schifferstein H.N.J., Tanudjaja I. Visualising Fragrances through Colours: The Mediating Role of Emotions // Perception. – 2004. – Vol. 33 (10). – P. 1249-1266. – DOI: 10.1068/p5132
118. Sorokowska A. Assessing Personality Using Body Odor: Differences Between Children and Adults // Journal of Nonverbal Behavior. – 2013. – Vol. 37 (3). – P. 153-163. – DOI: 10.1007/s10919-013-0152-2
119. Sorokowska A., Pietrowski D., Schäfer L., Kromer J., Schmidt A.H., Sauter J., Hummel T., Croy I. Human Leukocyte Antigen similarity decreases partners' and strangers' body odor attractiveness for women not using hormonal contraception // Hormones and behavior. – 2018. – Vol. 106. – P. 144-149. – DOI: 10.1016/j.yhbeh.2018.10.007
120. Sorokowska A., Sorokowski P., Szmajke A. Does Personality Smell? Accuracy of Personality Assessments Based on Body Odour // European Journal of Personality. – 2012. – Vol. 26 (5). – P. 496-503. – DOI: 10.1002/per.848
121. Trimmer C., Mainland J.D. The Olfactory System // Conn's Translational Neuroscience / Ed. by P. Michael Conn. – London, San Diego, Cambridge, Kidlington: Academic Press, 2017. – P. 363-377. – DOI: 10.1016/B978-0-12-802381-5.00029-4
122. Van Egeren L.F. A cybernetic model of global personality traits // Personality and Social Psychology Review. – 2009. – Vol. 13 (2). – P. 92-108. – DOI: 10.1177/1088868309334860
123. Welsh G.S. An extension of Hathaway's MMPI profile coding system // Journal of Consulting Psychology. – 1948. – Vol. 12 (5). – P. 343-344. – DOI: 10.1037/h0054209
124. Welsh G.S. Some practical uses of MMPI profile coding // Journal of Consulting Psychology. – 1951. – Vol. 15 (1). – P. 82-84. – DOI: 10.1037/h0060798
125. Witt M., Hummel T. Vomeronasal versus olfactory epithelium: is there a cellular basis for human vomeronasal perception? // International Review of Cytology. – 2006. – Vol. 248. – P. 209-259. – DOI: 10.1016/S0074-7696(06)48004-9
126. Zarzo M. Psychologic dimensions in the perception of everyday odors: pleasantness and edibility // Journal of Sensory Studies. – 2008. – Vol. 23 (3). – P. 354-376. – DOI: 10.1111/j.1745-459X.2008.00160.x
127. Zhou G., Olofsson J.K., Koubeissi M.Z., Menelaou G., Rosenow J., Schuele S.U., Xu P., Voss J.L., Lane G., Zelano C. Human hippocampal connectivity is stronger in olfaction than other sensory systems // Progress in neurobiology. – 2021. – Vol. 201. – A. 102027. – DOI: 10.1016/j.pneurobio.2021.102027

Черкасова Ю.А.¹, Кондратова В.А.²

**Особенности сформированности образа будущей профессии у бакалавров
направления «психолого-педагогическое образование»**

¹*Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева*

²*Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования «Дом творчества»
(Россия, Красноярск)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-164

Аннотация

В статье поднимается проблема сформированности образа будущей профессии педагога-психолога у студентов и её актуальность, описываются результаты исследования.

Ключевые слова: образ профессии, структурные компоненты, уровни сформированности образа профессии «педагог-психолог», студенты.

Abstract

The article presents the problem of the formation of the image of the future profession of a teacher-psychologist among students and its relevance, describes the results of the research.

Keywords: the image of the profession, structural components, levels of formation of the image of the profession «teacher-psychologist», students.

Непрекращающееся развитие современного общества, внедрение инновационных технологий предъявляют довольно высокие требования к уровню качества подготовки будущего специалиста педагога-психолога. Обществу необходимы высококвалифицированные, компетентные в области своей профессиональной деятельности специалисты, обладающие социальной направленностью и высоким уровнем профессионализма, так как решение многих проблем невозможно без участия педагога-психолога. Одним из условий, обеспечивающих успешное освоение профессии педагога-психолога студентами, является сформированный

образ профессиональной деятельности. Он необходим для повышения уровня знаний об осваиваемой профессиональной деятельности, формирования субъективных представлений и положительного отношения к ней, а также активизации мотивационного потенциала студентов для их дальнейшего профессионального развития и совершенствования. Сформированный образ профессии позволяет студентам психолого-педагогического направления прогнозировать своё профессиональное будущее, профессиональные ценности и пути их достижения. В процессе формирования образа профессии студенты начинают представлять, кем и как они будут работать. Таким образом, выстраивается последовательность действий, план реализации профессионального образа.

Как показывает практика, многие студенты разочаровываются в правильности выбора своего профессионального пути, так как идеальные представления о профессии, с которыми студенты поступают в ВУЗы и реальные, с которыми студенты сталкиваются в процессе обучения, - не совпадают. Некоторые обучающиеся не имеют отчетливых представлений о своей будущей профессиональной деятельности, что объясняет возникающие трудности в период прохождения практики.

Проблема формирования образа профессии у студентов отражена в трудах К.А. Володиной, Н.В. Курбет, М.Н. Рыбниковой. В своей работе мы понимаем образ профессии как сложную систему субъективных представлений человека, которая отражает эмоциональное отношение к ней и мотивацию к дальнейшему профессиональному развитию. В структуру образа профессии вошли следующие компоненты: когнитивный, эмоциональный, мотивационный.

Когнитивный компонент образа профессии содержит в себе систему знаний о будущей профессиональной деятельности, а именно: информацию о специфике профессиональной деятельности специалиста, о направлениях деятельности, профессионально-важных качествах, условиях труда, а также систему представлений о профессии, основанную на этих знаниях. Эмоциональный компонент отражает отношение студента к будущей профессиональной деятельности, которое включает в себя отношение к себе в качестве будущего специалиста, отношение к роли педагога-психолога в целом и отношение к помощи другим людям. Мотивационный компонент отражает осознанность выбора данной профессии, стремление к профессиональному развитию, характеризует мотивы с точки зрения концепция о внутренней и внешней мотивации.

Каждый структурный компонент образа профессии дополняет другие, а все вместе они образуют единую систему – образ профессии, который формируется на протяжении всей деятельности человека, но фундамент закладывается в процессе обучения и влияет на дальнейшее профессиональное развитие студента.

Экспериментальное исследование сформированности образа профессии педагога-психолога у студентов психолого-педагогического направления проводилось на базе института социально-гуманитарных технологий КГПУ им. В.П. Астафьева. В исследовании принимали участие студенты 1 и 2 курса, обучающиеся по направлению «психолого-педагогическое образование» в общем количестве 38 человек.

С целью изучения уровня сформированности образа профессии педагога-психолога у студентов 1 и 2 курса, обучающихся по направлению «психолого-педагогическое образование», нами был разработан психодиагностический комплекс, в состав которого вошли:

- a) метод ассоциативного эксперимента;
- b) метод неоконченных предложений;
- c) методика «Мотивация профессиональной деятельности» (К. Замфир в модификации А. А. Реана).

В рамках исследования уровня сформированности когнитивного компонента образа профессии «педагог-психолог» респондентам было предложено назвать 5 ассоциаций, основанных на их знаниях, которые возникают при упоминании профессии «педагог-психолог». На основании полученных результатов, в первую очередь, был осуществлён

прототипический анализ социального представления о профессии «педагог-психолог». Элементами структуры социального представления по П. Вержесу являются:

- a) ядро социального представления – зона, содержащая ассоциации, которые наиболее важны для данной группы и которые используются респондентами с наибольшей частотой и с наименьшим рангом;
- b) потенциальная зона изменений социального представления (переходная область) – зона, включающая в себя ассоциации, которые наиболее подвержены изменениям. Здесь возможен их переход либо в зону ядра представления, либо в собственно периферическую зону представления, или же данные ассоциации будут совсем вытеснены из структуры социального представления;
- c) периферическая система социального представления – зона, объединяющая в себе малозначимые для данной группы респондентов ассоциации.

По результатам анализа полученных ассоциаций наибольший интерес для нас представила зона ядра, так как в неё вошли достаточно типичные и неконкретные ассоциации, например, такие как: помощь, дети, психология. В данной зоне полностью отсутствуют конкретные представления о профессиональной деятельности педагога-психолога.

Далее, на основании анализа ассоциативного ряда каждого респондента, осуществлённого с помощью подсчёта частоты упоминания тех или иных аспектов профессиональной деятельности педагога-психолога, были выделены уровни сформированности когнитивного компонента образа профессии «педагог-психолог» у студентов психолого-педагогического направления, которые далее будут также применены к каждому компоненту:

- a) непрофессиональный (соответствующий низкому) уровень;
- b) профессионально-ознакомленный (соответствующий среднему) уровень;
- c) допрофессиональный (соответствующий высокому) уровень.

Таким образом, у 39,5% испытуемых был выявлен непрофессиональный (низкий) уровень сформированности когнитивного компонента, у 52,6% испытуемых – профессионально-ознакомленный (средний) уровень и у 7,9 % респондентов – допрофессиональный (высокий) уровень сформированности когнитивного компонента. Данные результаты говорят о том, что у большинства респондентов не сформирована система представлений о профессиональной деятельности педагога-психолога.

Изучение уровня сформированности эмоционального компонента образа профессии осуществлялось при помощи метода неоконченных предложений. Испытуемым было предложено завершить ряд предложений, отражающих их отношение к профессиональной деятельности педагога-психолога, а именно: отношение к себе как специалисту, отношение к помощи другим людям, отношение в роли педагога-психолога. Проанализировав все аспекты отношения студентов к профессии педагога-психолога, нами также были выделены уровни сформированности эмоционального компонента образа профессии. Таким образом, 13,1 % испытуемых продемонстрировали негативное отношение к профессии педагога-психолога (непрофессиональный уровень), 39,5% испытуемых показали неоднозначное отношение к профессиональной деятельности (профессионально-ознакомленный) уровень, и 47,4% испытуемых продемонстрировали позитивное отношение к профессии педагога-психолога. Обобщив полученные результаты, мы можем говорить о том, что 39,5% респондентов ещё окончательно не определились с тем, как они относятся к выбранной профессиональной деятельности, и выстраивать работу по формированию позитивного отношения к профессии необходимо, в первую очередь, с данной категорией испытуемых.

Мотивационный компонент образа профессии был исследован с помощью методики «Мотивация профессиональной деятельности» (методика К. Замфир в модификации А. А. Реана). В её основу заложена идея о внутренней и внешней мотивации. Респондентам было предложено оценить ряд мотивов профессиональной деятельности по пятибалльной шкале с точки зрения их значимости для них самих. Результаты распределились следующим образом: у

18,4% отсутствуют профессиональные мотивы (низкий уровень сформированности мотивационного компонента образа профессии), у 31,6% респондентов профессиональная сфера занимает приоритетные позиции, но при этом также высока значимость внешних отрицательных мотивов (средний уровень), и у 50% респондентов преобладают профессиональные мотивы (высокий уровень).

Обобщив полученные данные по каждому компоненту, нами были выделены уровни сформированности образа профессии «педагог-психолог» у студентов, обучающихся по направлению «психолого-педагогическое образование». Таким образом, непрофессиональный (низкий) уровень сформированности образа профессии педагога-психолога наблюдался у 34,2% респондентов, профессионально-ознакомленный (средний) уровень сформированности образа профессии – у 36,8% и допрофессиональный (высокий) уровень – у 29%.

Проанализировав полученные данные, мы сделали вывод о том, что наиболее дефицитным оказался когнитивный компонент образа профессии. Студенты демонстрировали стереотипные и примитивные представления о своей будущей профессиональной деятельности. Поэтому психолого-педагогические условия, направленные на формирование образа педагога-психолога у студентов, в первую очередь, должны быть ориентированы на повышение уровня сформированности когнитивного компонента.

1. Володина К.А., Колмогорцева Н.Н. Экспериментальное исследование образа профессии у студентов-психологов на начальных этапах обучения в вузе // Педагогическое образование в России. 2014. №7. С. 109-133.
2. Володина К.А. Формирование образа будущей профессии у студентов-психологов на начальном этапе профессиональной подготовки в вузе: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М, 2015. 23 с.

РАЗДЕЛ III. СОЦИОЛОГИЯ

Авхачева Н.А.

Предпосылки формирования технологии освоения гигиены полости рта среди детей, находящихся на дистанционном обучении проживающих в удалённых районах Белгородской области

*Белгородский государственный национальный исследовательский университет
(Россия, Белгород)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-165

Аннотация

Проблема снижения информационно-коммуникативного взаимодействия школьников направленного на повышение и поддержку уровня стоматологического здоровья обретает всё большую значимость. Уровень обеспеченности школьников современными средствами коммуникации стремиться к 100%. При этом школьники, в силу отсутствия жизненного опыта и должной настороженности, редко обращаются за получением знаний применение которых позволяет поддерживать гомеостаз полости рта в состоянии, обеспечивающем возможность формирования интактного жевательного аппарата. Цель исследования состоит в том, чтобы обрести опыт для понимания значимости географических барьеров и эффективности уроков дистанционного обучения школьников навыкам гигиены полости рта, при фоновых рисках, обусловленных протеканием эпидемий.

Для оценки факторов, препятствующих и способствующих обучению правилам гигиены проведено 18 интервью с врачами-стоматологами (n=5), и родителями (n=13) школьников, длительное время находящихся на дистанционном обучении. Извлеченные уроки включают: определение успешной технологии обучения; формирование целевого подхода для выявления семей нуждающихся в дистанционном освоении гигиенических мероприятий; оценку

результатов обучения на основании анкетирования родителей, изучение которых позволяет понять успешность технологии обучения.

Ключевые слова: технология, школьники, эпидемия, дистанционное обучение, гигиена полости рта.

Abstract

The problem of reducing the information and communication interaction of schoolchildren aimed at improving and maintaining the level of dental health is becoming increasingly important. The level of provision of schoolchildren with modern means of communication should strive for 100%. At the same time, schoolchildren, due to the lack of life experience and due alertness, rarely apply for knowledge, the use of which allows maintaining the homeostasis of the oral cavity in a state that provides the possibility of forming an intact masticatory apparatus. The purpose of the study is to gain experience in understanding the significance of geographical barriers and the effectiveness of distance learning lessons for schoolchildren in oral hygiene skills, in the background risks associated with the course of epidemics.

To assess the factors that hinder and promote hygiene training, 18 interviews were conducted with dentists (n=5) and parents (n=13) of schoolchildren who have been on distance learning for a long time. Lessons learned include: defining a successful learning technology; formation of a targeted approach to identify families in need of remote development of hygiene measures; evaluation of learning outcomes based on parental surveys, the study of which allows us to understand the success of the learning technology.

Keywords: technology, schoolchildren, epidemic, distance learning, oral hygiene.

Введение. На территории Белгородской области, особенно в период разгара эпидемии COVID-19 сформировалась социальная ситуация, обуславливающая снижение уровня личностных контактов между школьниками, преподавателями и представителями иных профессий, ответственных за формирование физиологического и социального здоровья школьников [1]. Причин этому является тяжесть протекания эпидемии COVID-19, формирующей риски возникновения заболеваний и тяжёлых осложнений как среди учеников, их родителей и учителей. Этот фактор, приведший к переходу на дистанционное обучение, чреват широким спектром социальных проблем, обрёл значимость, как в нашей стране, так и за рубежом [2]. Фактическое пребывание дома и социальная изоляция, в отсутствие школьных занятий, негативно сказывается на общем состоянии здоровья школьников [3,4]. Интенсивно протекающая информационная компания, раскрывающая возможные негативные последствия заболевания, приводит к стрессовому увеличению потребления углеводов [5], что в свою очередь, в отсутствие должных гигиенических навыков снижает здоровье полости рта [6].

Цель исследования: накопление опыта для понимания значимости географических барьеров и эффективности уроков технологии дистанционного обучения школьников навыкам гигиены полости рта, на фоне рисков, обусловленных протеканием эпидемий.

Материалы и методы. К исследованию привлечены 5 врачей-стоматологов с датой окончания вуза не ранее 2015 года, свободно владеющие переносными коммутиационными устройствами и имеющие желание проводить дистанционные занятия. Для изучения возможности проводить дистанционные занятия по обучению гигиеническим навыкам в режиме волонтерства, мы не обращались к руководству стоматологических медицинских организаций с просьбой обеспечения врачей муляжами, зубными щётками и прочим инвентарем, применяемым в процессе обучения. За каждым из врачей закреплялось по пять семей проживающих в приграничных районах Белгородской области (n=25). Дети этих семей возрастом от 9 до 11 лет находятся на дистанционном обучении. С каждым ребёнком проведено по три часовых занятия. Первые полчаса первого занятия врач объяснял ребёнку о влиянии «сахара» на «зубы и дёсны». На следующий день на игрушках проводилась получасовая демонстрация имеющая целью донести до ребёнка правила гигиены полости рта. На заключительном занятии врач контролировал имитацию ребёнком действий направленных

на поддержание гигиенических мероприятий, делая замечания и добиваясь искомого качества. Во вторые полчаса первого занятия в качестве педагога выступал ребёнок, объяснявший игрушечному персонажу усвоенные данные. Во вторые полчаса второго занятия проводилась игра, во время которой ребёнок объяснял игрушке возможные ошибки при проведении индивидуальной гигиены. В окончании третьего занятия ребёнок, после наблюдения за выполнением гигиенических мероприятий проводимых одним из родителей, давал оценку гигиеническим навыкам и при необходимости давал советы их улучшающих. Через две недели после окончания занятий проведено полуструктурированное интервью с родителем участвовавшим в обучении и наблюдавшим за дальнейшим выполнением ребёнком гигиенических мероприятий. Вопросы интервью были сосредоточены на удобстве применения Интернет технологий, и выявленном влиянии и на теоретическую подготовку и мануальные навыки ребёнка дистанционного обучения. Интервью с родителями длилось 20 -30 минут. Кроме того проведена 30-минутная беседа с врачами. Все диалоги после получения дополнительного согласия записаны, расшифрованы и переведены в печатные файлы с помощью Transkriptor.

Результаты и обсуждение. При том, что перед началом обучения от родителей всех семей получено информированное согласие одобрили и приняли участие в интервью только 18 (72%) родителей. Причина, приведшая к отказу, не уточнялась.

К аспектам, способствовавшим повышению качества проведения занятий следует отнести: эффективность применения врачами ноутбуков, посредством которых демонстрировались правила проведения гигиенических мероприятий; совпадения поставленных организаторами и врачами задач с озабоченностью родителей здоровьем полости рта детей; бесплатное проведение индивидуального обучения в удобное для семей время. Как врачи, так и родители, отметили значимость проводимой работы, что позволило сформировать с помощью сарафанного радио следующие группы семей, с учётом выраженности заинтересованности в получении гигиенических навыков. При этом у семей, прошедших обучение сложились доверительные отношения с врачами, что выразилось в проведении дальнейших дистанционных консультаций по вопросам стоматологии, не связанных с гигиеническими навыками детей. *«Врач объяснил мне преимущества и осложнения связанные с протезированием имплантатами, что помогло сделать мне аргументированный выбор в тактике протезирования»* (родитель семьи № 5). В процессе целенаправленного изучения правил личной гигиены в семьях возникали вопросы касательно приобретения зубных пасты и щеток, широкий спектр которых присутствует на рынке. Один из родителей указал, что в семье возникли споры о целесообразности приобретения более или менее дорогой зубной щетки: *«Мы не знали о наличии щёток более подходящих для людей с пародонитом. Мы позвонили врачу через месяц после окончания занятий, и он, связав жёсткость щетины щётки с состоянием десны, подсказал подходящую для нашей ситуации щётку»* (родитель семьи № 12). Технология, проведения индивидуального дистанционного обучения повлияла и на уровень гигиенических знаний родителей: *«После прослушанных и проведённых занятий мне удалось скорректировать чистку язычной поверхности резцов нижней челюсти»* (родитель семьи № 7).

Все врачи дали положительную оценку проекту. *«Я определённо думаю, что такие занятия способствуют повышению гигиенических навыков детей и взрослого населения. В условиях фоновых рисков, обусловленных протеканием эпидемий, дети вряд ли могли повысить уровень гигиенических навыков самостоятельно или под руководством родителей»* (врач-стоматолог № 1). Так же все врачи высказались о большей эффективности индивидуальных занятий в сравнении с групповыми: *«Проводя индивидуальное занятие, появляется возможность детализировать ошибки, допускаемые ребёнком проводить их коррекцию, добиваясь точного выполнения гигиенических процедур»* (врач-стоматолог № 2).

Барьеры, препятствующие формированию технологии. Врачи единодушно сошлись на том, что к наиболее значимым барьерам реализации проекта следует отнести временные затраты. *«Вне рисков, связанных с протеканием пандемии COVID-19 угрожающей жизни и*

здоровью маловероятно, что я согласилась бы на участие в проекте, поскольку существует необходимость заниматься собственными детьми» (врач-стоматолог № 2). Основываясь на полученном опыте предложена, идея проводить занятия, во время которых двое детей попеременно выполняли бы роли учителя и ученика. *«Эффективность занятий, безусловно, возрастёт, если убрать из алгоритмов демонстрации гигиенических навыков на игрушках. Но в условиях эпидемии COVID-19 такой подход не является оптимальным»* (врач-стоматолог № 3).

Обсуждение. Интервьюирование родителей и врачей-стоматологов позволило получить обширную информацию о возможностях обучению правилам гигиены детей в условиях протекания эпидемий инфекционных заболеваний. К такому роду информации целесообразно отнести: применение апробированной стратегии отбора семей, воспитывающих младших школьников, и врачей-волонтеров в достаточной степени владеющих подходами к обучению детей; формирования гибкого графика занятий учитывающего внеурочное время врачей-волонтеров и родителей обучающихся детей; отслеживание динамики обретения навыков выполнения гигиенических процедур детьми (возможно их родителями) и формирование доверительных отношений между участниками и волонтерами.

В качестве одной из задач этой работы предстала необходимость оценить какие процессы, в том числе методы подбора участников и волонтеров следует реализовывать при планировании и реализации более широкой программы. В результате мы пришли к выводу, что наиболее правильным будет привлечение к занятиям детей, родители которых выявили желание получить подобный жизненный опыт. Уделялось особое внимание тем семьям, в которых родители упоминали (указывали) на возникшее у ребёнка чувства оторванности от непосредственного контакта с друзьями (возможно одиночества). В процессе обучения врачи выявили, что некоторые дети испытывали подобные чувства, связанные с социальной изоляцией, при этом их родители вследствие профессиональной занятости или по иным причинам не подразумевали о подобной проблеме. *«Я и не думала о том, что ребенок, растущий в полной семье, не испытывающей проблем в общении с родителями, может считать себя одиноким»* (родитель семьи № 8). Поскольку врачи-стоматологи не являются профессионалами в улаживании проблем обусловленных детскими умозаключениями, у организаторов программы сформировалась рекомендация о необходимости включения в программу дежурного психолога, осуществляющего деятельность во временно не работающей школе и потенциально знакомого с внутренним миром ребёнка. *«Возможность обращения ребёнка или родителя к профессиональному психологу значительно снизит беспокойство родителей об эмоциональном статусе ребёнка, что особенно важно в условиях изоляции и временной неопределённости связанной с COVID-19»* (родитель семьи № 1).

Кроме того, организаторы изучают возможность повышения возраста целевой аудитории. При этом, не исключено достижение двух независимых, но достаточно важных задач: обучение школьников принципам гигиены полости рта и параллельной диагностики психоэмоционального статуса ребенка, длительно испытывающего негативное воздействие карантинных мероприятий. Возможность реализации такого сценария осложняется необходимостью контроля занятий волонтером-психологом, целесообразность прямого упоминания о котором в настоящее время дискуссионно. *«Прямое заявление о проведении занятий касающихся обучению правилам гигиены, под присмотром психолога может быть истолковано как недоверие к родителям и их подходам к воспитанию ребёнка. На мой взгляд, это может быть в равной степени допустимо к полным и не полным семьям, поскольку все родители считают себя доками в деле воспитания»* (родитель семьи № 6).

Другим вариантом решения этой проблемы является обучение врачей-стоматологов основам диагностики психоэмоционального статуса детей и их родителей. Такой подход требует выделения среди детских врачей-стоматологов, желающих пройти профессиональную переподготовку, что в данной медико-социальной неопределённости имеет некоторые перспективы. *«По первому образованию я психолог и чувствую себя, достаточно комфортно работая на индивидуальной основе с детьми и их родителями. Действительно, находясь в*

современной ситуации наличие психологического образования, способствовало бы диагностике личностных особенностей, обучающихся и возможности проведения коррекционных мероприятий семейного пособия» (врач-стоматолог № 5).

Заключение. Это тематическое исследование раскрывает факторы и барьеры на пути обучения навыкам поддержания гигиены полости рта детьми 9-11 лет, проживающих в районах Белгородской области. В силу распространения пандемии COVID-19 эта категория детей была переведена на дистанционное обучение. Сложившаяся ситуация не освобождает стоматологическое сообщество от профессиональных обязанностей заключающихся, в том числе, обучению детей правилам поддержания гигиены полости рта. Понятно, что одним из факторов снижающих достоверность полученных результатов является небольшой размер выборки детей практически лишённых должного общения получаемого ими при обучении в школе.

При этом, мы не исключаем, что в условиях должной масштабируемости полученные результаты могут быть полезны другим профессиональным или общественным организациям в разработке и реализации программ социализации для детей, не имеющих возможность посещать школу. Понятно, что социальная изоляция детей компенсируется возможностью использовать Интернет, что в известной степени повышает качество жизни детей и их родителей. Основным отличием предлагаемой технологии и её значительным преимуществом выступает большой потенциал для адаптации к конкретным потребностям детей и их родителей. Так же к основным принципам предлагаемой технологии относится её гибкость, позволяющая проводить целенаправленное обучение индивидуально, с учетом потребностей и способностей участников. Для обеспечения большей пригодности и приемлемости, разработанная технология на всех этапах проектирования и разработки может включать особенности конечного пользователя (возраст, наличие хронических патологий и т.п.). Приступая к планированию и проведению занятий врачи-волонтеры, должны оценивать возможности семей должным образом участвовать в обучающих занятиях. В большей степени речь идёт о «цифровом неравенстве» наблюдающимся в удалённых сельских поселениях.

Чтобы быть эффективными в детской аудитории занятия на основе технологии должны включать игровые элементы и постоянную помощь для преодоления информационно-коммуникативных барьеров, свойственных тому или иному возрасту, в том числе дефинирование и закрепление возможности применения незнакомых слов.

Как показали наши результаты, в условиях социальной изоляции особо важно индивидуальное проведение занятий. Иногда дистанционное обучение проводимое учителем со списочным составом класса воспринимается ребёнком как невзаимное и усиливает чувство одиночества. Полученные нами данные совпадают с мнением [7] показавшего, что Интернет – взаимодействие может как снижать чувство социальной изоляции, так и усиливать.

1. Пучков С.А., Селеменова К.К. Организация дистанционного процесса обучения на примере общеобразовательной школы в период пандемии или карантина. В сборнике: Профессиональное образование: актуальные проблемы и пути их решения. Материалы V региональной научно-практической интернет-конференции. Орёл, 2023. С. 96-99.
2. Щербинина О.А. Риски нарушения функционирования семей с детьми - младшими школьниками в условиях пандемии COVID-19. В сборнике: Психология XXI века: вызовы, поиски, векторы развития. Сборник материалов III Всероссийского симпозиума психологов с международным участием, посвященного 30-летию со дня образования психологического факультета Академии ФСИН России. Рязань, 2022. С. 323-327.
3. Tang S, Xiang M, Cheung T, Xiang YT. Mental health and its correlates among children and adolescents during COVID-19 school closure: The importance of parent-child discussion. J Affect Disord. 2021 Jan 15;279:353-360. doi: 10.1016/j.jad.2020.10.016. Epub 2020 Oct 12. PMID: 33099049; PMCID: PMC7550131.
4. Копытов А.А., Авхачева Н.А. Повышение благополучия иностранных студентов как фактор повышения уровня конкурентоспособности информационно-коммуникативного пространства современного вуза Тенденции развития науки и образования. 2021. № 74-3. С. 97-102.
5. Ruissen MM, Regeer H, Landstra CP, Schroijen M, Jazet I, Nijhoff MF, Pijl H, Ballieux BEPB, Dekkers O, Huisman SD, de Koning EJP. Increased stress, weight gain and less exercise in relation to glycemic control in people

- with type 1 and type 2 diabetes during the COVID-19 pandemic. *BMJ Open Diabetes Res Care*. 2021 Jan;9(1):e002035. doi: 10.1136/bmjdr-2020-002035. PMID: 33431602; PMCID: PMC7802391.
6. Копытов А.А., Московская Н.Б. Воздействие продуктов быстрого приготовления на биоценоз зубодесневого кармана, повреждённого пародонтологической терапией. *Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Медицина. Фармация*. 2011. № 10 (105). С. 231-235.
7. Chen YR, Schulz PJ The Effect of Information Communication Technology Interventions on Reducing Social Isolation in the Elderly: A Systematic Review *J Med Internet Res* 2016;18(1):e18 doi: 10.2196/jmir.4596 PMID: 26822073 PMCID: 4751336

Джаргакова П.М.

Влияние образа будущей профессии на мотивацию учебной и трудовой деятельности студентов

*Сибирский государственный университет путей сообщения
(Россия, Новосибирск)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-166

Аннотация

В статье рассматривается связь между учебной и трудовой мотивациями студентов. Приводятся сопоставления и методы повышения мотивации от ОАО «РЖД». Особое внимание уделяется анкетированию и предлагаются рекомендации по заявленной теме.

Ключевые слова: мотивы трудовой и учебной деятельности, повышение интереса к трудовой деятельности, факторы мотивации, ожидание от выбранной профессии, корреляционный анализ.

Abstract

The article considers the relationship between students' learning and working motivation. The essay provides comparison examples and motivational enhancement methods practiced by JSC Russian Railways. Particular attention is paid to questioning, with recommendations regarding the subject in question.

Keywords: motives for labour and learning activities, enhancement of interest in labour activities, motivation factors, expectations of the chosen profession, correlation analysis.

Образ и ожидания от будущей профессии могут оказывать значительное влияние на мотивацию студентов к овладению трудовой деятельностью. Если студент чувствует, что его будущая профессия соответствует его интересам, ценностям и желаниям, то он будет более мотивирован к учебе и карьерному развитию. Однако, если образ будущей профессии вызывает негативные эмоции или не соответствует ожиданиям студента, то это может привести к снижению мотивации и даже отсутствию интереса к учебе и карьере. Поэтому важно помочь студентам осознать свои интересы и ценности, чтобы они смогли выбрать профессию, которая будет соответствовать их потребностям и мотивировать их на успех.

Под понятием профессиональной мотивацией, понимается действие конкретных побуждений, которые обуславливают выбор профессии и продолжительное выполнение обязанностей, связанных с этой профессией. Это может быть желание заработать деньги, получить признание, удовлетворение от работы, развитие навыков, социальные связи и другие факторы, которые могут привести к повышению производительности и качества работы.

Осознание студентами мотивации к труду и той системы стимулов, которые обеспечивает работодатель, оказывает непосредственное влияние на мотивы учебной деятельности. Далее представлена таблица, где, на основе изучения трудов таких авторов, как А.К. Марковой, Л.И. Божовича, В.А. Ядова и Г.В. Осипова мы согласовали типы учебных и трудовых мотивов.

Таблица 1

Соотношение мотивов трудовой и учебной деятельности.

<i>Мотивы учебной деятельности по овладению профессией</i>	<i>Мотивы трудовой деятельности</i>
--	-------------------------------------

<i>Стремление узнать новое и расширить свой кругозор.</i>	<i>Желание развивать свои профессиональные навыки и достичь успеха в карьере.</i>
<i>Стремление получить высшее образование, чтобы иметь больше возможностей для трудоустройства и карьерного роста.</i>	<i>Желание получить материальную выгоду. Желание достичь успеха в карьере.</i>
<i>Желание получить признание и уважение окружающих.</i>	<i>Желание получить социальное признание и уважение от коллег и руководства.</i>
<i>Стремление к самореализации и удовлетворению от процесса обучения.</i>	<i>Стремление развивать себя как личность и достичь своих целей и потенциала в жизни.</i>

Таким образом, можно предположить, что, чем выраженное желание студента освоить профессиональную деятельность и работать в конкретной организации, тем более выражены будут мотивы учебной деятельности.

Важно отметить, что ОАО "РЖД" способствует формированию и желанию готовности студентов работать. В настоящее время ОАО «РЖД» проводит стажировки и практики, бизнес-кейсы и научные проекты, хакатоны и кейс-чемпионаты, профориентационные квизы, а также экскурсии на производственные объекты.

Стажировки от ОАО «РЖД» могут повышать интерес студентов, предоставляя им практические навыки и опыт работы в реальной среде. Это может помочь студентам лучше понимать, как работает отрасль и какие навыки нужны для успешной карьеры в этой области. Кроме того, стажировка может дать студентам возможность установить контакты в своей профессиональной области, что может помочь им в будущем при поиске работы. А также, в СГУПСе проводятся лекции и практические занятия от бывших и нынешних представителей компании ОАО «РЖД». Они проводят не только теоретические занятия, но и приводят примеры из их реальной жизни. Это более заинтересовывает учащихся, цепляет и запоминается.

Цель исследования: выяснить, как образ будущей профессии влияет на мотивацию к учебной и будущей трудовой деятельности студентов.

Задачи:

1. Дать определение термину «профессиональная мотивация»;
2. Выделить типы учебных и трудовых мотивов на основе изучения различных авторов.
3. Определить, как ОАО «РЖД» может повысить интерес студентов к будущей трудовой деятельности в Компании.
4. Провести исследование на основе анкетирования и предложить рекомендации по заявленной теме.

В исследовании использовались специально разработанные анкеты для определения уровня и факторов мотивации студентов к трудовой деятельности, значимость которых определялась по 5-балльной шкале, а также ожиданий от специальности на разных этапах учебной деятельности, которые изучались с помощью вопросов с выбором нескольких вариантов ответа. Образ будущей профессии у студентов анализировался по следующим параметрам: удовлетворенность избранной профессией, факторы привлекательности профессии (эмоционально-оценочный компонент) и показатели изменения мнения о данной профессии в процессе обучения.

В выборке участвовали 47 респондентов с первого по пятый курсы технических специальностей. Для проведения результатов исследования мы разделили студентов на 1 курс – 5 человек, объединили 2 - 3 курсы – 27 человек и 4-5 курсы – 15 человек.

Исследование различий в мотивации учебной и трудовой деятельности студентов разных курсов показало следующее:

Опрос показал отсутствие сформированных представлений о будущей профессии вначале обучения у всех студентов, опрошенных в исследовании. Вместе с тем, большинство респондентов с 1-го по 5-й курсы на вопрос «если бы у Вас была возможность смены направления обучения без потери времени и вложенных личных ресурсов, Вы бы ей воспользовались?» ответили «нет». В общем количестве только 34% из 100% хотят сменить направление. Исходя из статистики, из опрошенных с 1 по 2 курсы, 1 из 14 (7%) респондентов

хотел бы поменять профиль обучения. На 3-ем курсе желающих составило 3 из 17 человек (17,6%), а на 4-5 курсах результат показал 6 из 15 (40%). Таким образом, к сожалению, видится негативная динамика удовлетворенности приобретаемой профессией по курсам.

При анализе мотивации к обучению получены следующие данные. Есть факторы, которые одинаково влияют на студентов любого курса. Вся выборка показала значимость таких факторов, как «стать высококвалифицированным специалистом» (где среднее значение для 1-2 курсов составляет 4,5, для 3 курса – 4,6 и для 4-5 курсов – 4,4), «диплом позволит получить желаемую должность», (для 1-2 курсов – 3,5, для 3 курса – 3,4 и для 4-5 курсов – 3,2), «мне нравится учиться и получать новые знания» (для 1-2 курсов среднее значение – 4,3, для 3, 4 и 5 курсов – ровно 4) и «не хочу иметь долги по учебе» (для 1,2 и 3 курсов среднее значение – 4,5, а для 4 и 5 курсов – 4,9).

Но есть различия: студенты первого и второго курсов, в отличие от других, набрали самый высокий балл в оценке вопроса, насколько оправдаются их ожидания от выбранной профессии, что составило 4 из 5 по среднему значению. При анализе факторов, повлиявших на мнение студентов о выбранной профессии, для всех курсов ведущими являются профессиональные предметы, раскрывающие суть будущих обязанностей на рабочем месте и преподавателей от ОАО «РЖД». Второй курс получил представление о своей специальности с производственной практики и от общения с выпускниками. Для студентов 3, 4 и 5 курсов частым фактором, повлиявшим на их мнение о данной профессии, являются представители организации, так как в связи с углублением в профессиональные предметы они больше освещают их предстоящую профессию и работу, выполняемую на ней. Помимо этого студенты, относительно статистики их курса, интересуются также у выпускников и получают опыт на практике.

В исследовании также мы провели корреляционный анализ между различными факторами, влияющими на мотивацию трудовой и учебной деятельности. Мы взяли отдельно 1 и 5 курсы, а также всю группу студентов, чтобы определить значимость этих факторов.

Сравнив два фактора «мне нравится данная специальность» и «диплом позволит получить желаемую должность», корреляции для 1, 5 курсов и всей группы студентов были высоки, значение коэффициента составило 0,33 в промежутке от 0,29 до 0,37 по корреляционной методике Пирсона. Это означает, что студент считает, что получение диплома в данной профессии поможет ему получить желаемую должность и это является фактором выбора профессии.

Факторы «мне нравится данная специальность» и «полученные знания позволят мне добиться моих жизненных целей» высоки для студентов всех курсов (коэффициент составил 0,49 в промежутке от 0,29 до 0,37) и означает, что студенты уверены в том, что получение знаний в определенной области помогут достичь жизненных целей, поэтому он может быть более мотивирован учиться в этой области.

Наименьшее количество баллов набрали факторы «имели ли вы представление о специальности, на которую вы поступили в самом начале своего обучения?» и «мне нравится данная специальность» для всех курсов, коэффициент составил 0,06, кроме первого, у них наблюдается коэффициент на уровне значимости 0,05 со значением коэффициента 0,53. Это зависит от того, чем меньше студент знал о специальности, на которую поступал, тем меньше вероятность того, что ему понравится данная специальность. Перед этим мы включали в анкетирование вопрос «насколько широко Вам рассказывали на агитационных мероприятиях (день открытых дверей, профориентация, ЦДО и т.д.) про Вашу специальность?», где 34% составил ответ «рассказывали только внешнюю сторону, не очень углубляясь в негативные факторы профессии», 21,3% «достаточно, чтобы выбрать данную специальность», 19,1% «искал информацию самостоятельно» и 10,6% «нам рассказывали поверхностную информацию о данной специальности». Значение корреляции показало низкое значение (0,19), из этого можно сделать вывод, что студенты мало знали о выбранной профессии, из-за чего эти два фактора составили низкие показатели.

Высокую корреляцию для всех студентов показали факторы «на какой балл оправданы сейчас Ваши ожидания от выбранной специальности?» и «от успехов в учебе зависит успешность моей будущей профессиональной деятельности» (корреляция показало

максимальное значение - 0,36), так как, если студент верит, что его выбранная специальность будет доставлять ему удовлетворение и успех, то он будет более мотивирован и приложит больше усилий в учебе, что может увеличить его шансы на успешную профессиональную карьеру в будущем.

«Если бы у Вас была возможность смены направления обучения без потери времени и вложенных личных ресурсов, Вы бы ей воспользовались?» и «мне нравится данная специальность» показало низкое значение корреляции на 1 и 5 курсах и средний на всех взятых курсах. Это означает, что студенты удовлетворены своей специальностью, не хотят менять направление обучения.

Факторы «имели ли вы представление о специальности, на которую вы поступили в самом начале своего обучения?» и «на какой балл оправданы сейчас Ваши ожидания от выбранной специальности?» имеют высокую корреляцию у студентов первого курса (со значением коэффициента 0,89) и низкую у студентов пятого курса (с коэффициентом 0,30). У первого курса пока не сформирован образ той профессии, на которую они поступили, а точнее у них пока базовые предметы для изучения материала, не имеют опыта на практике и не сталкивались с задачами для работы на их будущей профессии. Студенты высших курсов уже имеют представление о своей будущей профессии и склонны иметь более реалистичные ожидания от выбранной профессии.

Два фактора «мне нравится данная специальность» и «мне нравится учиться и получать новые знания» показали нам следующее: для первого курса корреляция оказалась отрицательной (значение коэффициента составило -0,29), а для пятого и в общем всей группы студентов высокой положительной (0,40). Если баллы низкие, то это может указывать на то, что данная специальность не является интересной для студентов или учебный процесс пока не доставляет им удовольствия, но можно учесть тот факт, что человеку может нравиться учиться, но данная специальность не соответствует его интересам или наоборот.

С помощью вопроса в анкетировании «что бы Вам хотелось изменить в учебном процессе для углубления понимания будущей профессии?» мы проанализировали, что нужно добавить в учебный план для мотивации студентов. Лидирующее количество голосов составил фактор «Больше практических занятий, нацеленных на ознакомление с профессией», который выбрали 35 человек, 31 человек выбрал фактор «Выход на производство к представителям нашей профессии» и 13 человек выбрали «На занятиях решать задачи, связанные с будущей профессией».

На основании проведенного исследования, результаты показали, что образ будущей профессии оказывает значительное влияние на учебную и трудовую деятельности студентов. Студенты, имеющие четкое представление о своей будущей профессии, более мотивированы в учебе и успешнее реализуют себя на рынке труда.

1. Трипуть, Я. Ю. Развитие профессиональной мотивации методом социально-психологического тренинга / Я. Ю. Трипуть. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2013. — № 12 (59). — С. 827-829.
2. Чикиркина Д.О. Как RZD.GENERATION помогает студентам найти своё место в компании/ Д.О. 2. Чикиркина. —// Издательский дом «Гудок». — 2020. — № 231 (27080).

Зарубин Д.А., Хабибуллин И.М.

История возникновения и развития футбола

*Казанский государственный энергетический институт
(Россия, Казань)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-167

Аннотация

Раскрывается история возникновения футбола, рассматриваются условия и обстоятельства в которых появился футбол, его правила, возникновение женского футбола и история развития и становления одним из самых популярных видов спорта.

Ключевые слова: футбол, правила, женский футбол, Кубок мира.

Abstract

The history of the origin of football is revealed, the conditions and circumstances in which football appeared, its rules, the emergence of women's football and the history of development and becoming one of the most popular sports are considered.

Keywords: soccer, rules, women's soccer, World Cup.

Точная дата возникновения футбола не известна, но можно с уверенностью сказать, что история футбола насчитывает не одно столетие и затронула немало стран. Игры с мячом были популярны на всех континентах, об этом говорят повсеместные находки археологов.

В Древнем Китае существовала игра, известная как «Цуцзюй», упоминания о которой были датированы вторым веком до нашей эры. По заявлению ФИФА в 2004 году, именно она считается наиболее древней из предшественников современного футбола.

В Японии подобная игра носила название «Кемари» (в некоторых источниках «Кенатт»). Первое упоминание о Кемари встречается в 644 году нашей эры. В Кэмари играют и в наше время в синтоистских святилищах во время фестивалей.

Первые правила

В XIX веке футбол в Англии приобрёл популярность, сравнимую с популярностью крикета. В него играли в основном в колледжах, в некоторых колледжах правила разрешали ведение и передачу мяча руками, в других это, напротив, запрещалось. Первая попытка создать единые правила была предпринята в 1846 году, когда встретились представители нескольких колледжей. Они установили первый свод правил. В 1857 году был основан первый специализированный футбольный клуб — «Шеффилд». В 1863 году после долгих переговоров был принят свод правил Футбольной Ассоциации Англии. Также были приняты размеры поля и ворот. А в 1871 году был основан Кубок Англии — старейший футбольный турнир в мире. В 1891 году было принято правило о пенальти. Но сначала пенальти билось не с точки, а с линии, которая так же, как и сейчас, находилась на расстоянии 11 метров от ворот.

Легализация профессионализма и распространение по планете

В 1880-х годах футбол стал популярен в обществе. Число клубов в Футбольной ассоциации превышало сотню. Тогда же стали ходить слухи о том, что некоторые клубы платят игрокам зарплату, а по первоначальному замыслу ассоциации футбол — исключительно любительский вид спорта. Поэтому в 1882 году в правила добавили следующий пункт:

Всякий игрок клуба, получающий от клуба вознаграждение в какой-бы то ни было форме или денежное возмещение, превышающее его личные расходы или средства, в связи с выходом на ту или иную игру, автоматически отстраняется в соревнованиях на Кубок, в любых соревнованиях под эгидой ФА и в международных турнирах. Клуб, нанявший такого игрока, автоматически исключается из Ассоциации.

В начале 1884 года клуб «Аптон Парк» обвинил «Престон Норт Энд» в том, что футболистам этого клуба платят зарплату. Президент «Престона» Уильям Саддел также это признал. Клуб был исключён из ФА, а в 1885 году Футбольная ассоциация всё-таки разрешила платить футболистам зарплату. Это привело к созданию первой в мире регулярной Футбольной лиги. Чемпионом этого турнира стал «Престон Норт Энд». 30 ноября 1872 года был проведён первый в истории международный матч, он прошёл между сборными Англии и Шотландии. В 1904 году в Париже была основана ФИФА, управляющая организация в футболе. В неё вошли: Бельгия, Дания, Франция, Нидерланды, Испания (как ФК «Мадрид»), Швеция и Швейцария.

История появления футбольного мяча

На этапе развития футбола мяч изготавливали из мочевых пузырей животных, которые быстро приходили в негодность, если по ним наносили достаточно сильные удары. Технология производства мяча качественно изменилась с открытием Чарльзом Гудиером в 1838 году вулканизированного каучука. В 1855 году Гудиер представил первый мяч, изготовленный из резины. Применение резины позволило усилить качество отскока мяча и его прочность.

Семь лет спустя, в 1862 году, другой изобретатель Ричард Линдон создал первую надувную резиновую камеру для мяча. Позже он разработал к камере насос, и на выставке в Лондоне его изобретение завоевало медаль. Благодаря открытию каучука и изобретению надувной камеры создались необходимые технические условия для промышленного производства футбольных мячей.

В 1863 году была основана Футбольная ассоциация Англии, которая впервые произвела унификацию футбольных правил, но на тот момент в них ничего не упоминалось о футбольном мяче. В 1872 году был официально установлен стандартный размер и масса мяча. До этого размер и масса футбольного мяча определялись по обоюдному согласию заинтересованных сторон. В соответствии с новыми правилами, футбольный мяч должен иметь сферическую форму с объёмом (длиной окружности) от 68,6 до 71,7 см. Масса мяча могла колебаться в пределах от 367 до 425 граммов. В 1937 году масса мяча была увеличена до 400—450 граммов, и с того момента это правило остаётся неизменным и по сегодняшний день. В 1888 году была основана Футбольная лига Англии. Благодаря её заказам, впервые началось серийное производство футбольных мячей компаниями Митре (Mitre) и Томлинсон (Thomlinson). В начале XX века их качество существенно улучшилось, благодаря прочному каучуку камера могла выдерживать большое давление. Мяч состоял из внутренней камеры и крышки. Крышка изготавливалась из натуральной кожи и состояла из 18 сшитых между собой панелей. Ниппель был скрыт под шнуровкой. В начале 1960-х был изготовлен полностью синтетический футбольный мяч. Натуральная кожа всё ещё находила применение в производстве, но в конце 1980-х синтетические материалы полностью её заменили.

Начало международных соревнований

В 1921 году, после избрания Жюля Римэ президентом ФИФА, было ратифицировано предложение считать последующие олимпийские соревнования по футболу "чемпионатами мира по любительскому футболу"; эти соревнования, состоявшиеся в 1924 и 1928 годах, выиграл Уругвай. Эти успехи сделали Уругвайскую футбольную ассоциацию непобедимой в конкурсе на проведение первого Чемпионата мира по футболу ФИФА в 1930 году (в русском переводе он называется просто Чемпионат мира по футболу). Уругвай выиграл национальный чемпионат и стал первым обладателем Кубка мира ФИФА, выиграв три Кубка мира ФИФА. Это ознаменовало начало новой эры в истории футбола: до 1970 года трофей, названный в честь Жюля Римэ и известный также как Кубок богини Nike, был навсегда отдан после того, как Бразилия выиграла свой третий Кубок мира. На его месте появился современный Кубок мира.

Появление футбола в России.

Первые футбольные команды в России появились в конце 1870-х годов, но их основали жившие в России иностранцы (Англия, Шотландия, Германия). Вскоре стали появляться российские команды. 24 октября 1897 года состоялся первый официальный матч в Российской империи. Матч проходил на улице Санкт-Петербурга между двумя командами «Спорт» и «Ассоциация футболистов Василеостровский». Вторая команда празднует победу со счетом 6-0. В 1912 году в Российской империи был проведен первый чемпионат по футболу, в этом же году была основана Всероссийская федерация футбола. На заре развития в России «дикий» футбол был самым массовым. Любителям футбола из-за отсутствия футбольного поля приходилось иметь дело с пустырями и газонами на окраинах города. Ворота строили из чего угодно — камней, шапок, пальто. Они играли во всем, что у них было, даже босиком. Таких «диких» команд на Ходынке было много. В рабочем пригороде родился Рогожский спортивный кружок – РКС.

Футбол в послевоенное десятилетие.

Со времен последнего чемпионата прошло много времени. После войны на обломках старой системы строилась новая Европа, с новой системой ценностей, новыми инструментами управления и новыми границами.

Уже во время подготовки к проведению чемпионата стало понятно, что многие сильные сборные не смогут поехать в Бразилию: со скандалом снялась Аргентина, Австрия отказалась играть в отборочном турнире, Германия не выступала в качестве наказания за действия правительства страны в военное время. Турки, прошедшие в финальную часть, в последний момент отказались от участия по финансовым мотивам. Уже после жеребьевки снялись Франция и Индия. Из-за этого состав групп принял достаточно странный вид. Однако к ФИФА присоединились британцы, соответственно, и английская и шотландская сборная. Однако и у шотландцев, из-за конфликта с собственными футбольными чиновниками, участвовать в соревнованиях в Бразилии не получилось. Таким образом, ФИФА получили список из 13 команд, которые гарантированно готовы были принять участие в турнире.

Становление и появление женского футбола.

Женский футбол зародился в годы Первой мировой войны, когда мужчины ушли воевать на фронт, а женщины заняли места у станков на фабриках. Чтобы немного отвлечься от рутины, женщинам разрешали заниматься с мячом в перерывах. Вскоре стали проводиться турниры между заводами.

Война закончилась, а женский футбол был запрещён решением английской футбольной Лиги из-за возможной конкуренции мужскому. Спустя время Франция стала страной-родоначальницей женского футбола.

Женский футбол существовал достаточно давно, но до 1970-х годов, когда он начал принимать организованные формы, этот вид спорта среди женщин ассоциировался с благотворительными играми и физическими упражнениями. До 1970-х футбол рассматривался как мужской вид спорта, но по мере развития женского футбола появлялись большие соревнования — как на национальном, так и на международном уровнях. В некоторых странах женский футбол — одна из самых уважаемых командных игр для женщин. Также это один из немногих видов женского спорта, в котором существуют профессиональные лиги.

Борьба за признание женского футбола не была лёгкой. Первую большую популярность этот вид спорта получил в 1920-х годах в Великобритании, когда некоторые матчи посещали более 50000 зрителей. Но 5 декабря 1921 года Английская футбольная ассоциация проголосовала за его запрет на всех полях, используемых клубами. Запрет был отменён только в июле 1971 года.

1. Статья в Википедии//футбол <https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB>
2. Барсуку О.Л., Кудрейко А.И. Страницы футбольной летописи//История футбола, 1987
3. Статья из Интернет-ресурса Яндекс Дзен https://dzen.ru/a/YNrxUY7tZATL_6vO
4. Статья из Интернет-ресурса Википедия https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D0%B5%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%84%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB

Каравачкий И.А., Соломаха С.В.

Аграрные реформы России

*Южно-Уральский государственный аграрный университет
(Россия, Троицк)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-168

Аннотация

Статья посвящена особенностям реформирования аграрной сферы в России, историческим особенностям реформирования, а также деятельности одного из известнейших реформаторов в аграрной сфере - Петра Столыпина.

Ключевые слова: реформа, аграрная сфера, реформирование, сельское хозяйство, крепостное право, аграрная политика.

Abstract

The article is devoted to the peculiarities of reforming the agrarian sector in Russia, the historical features of reforming, as well as the activities of one of the most famous reformers in the agrarian sector - Pyotr Stolypin.

Keywords: reform, agrarian sector, reformation, agriculture, serfdom, agrarian policy.

В настоящее время сельское хозяйство в России занимает одно из лидирующих мест в различных сферах деятельности государства. Производство, переработка, хранение продукции растениеводства и животноводства – главные составляющие агропромышленного комплекса России. В связи с этим, одним из неотъемлемых факторов развития сельскохозяйственного производства является ее реформирование.

Реформа - это изменение правил в сфере человеческой жизни, не затрагивающее функциональных основ, или преобразование, вводимое законодательным путём [4].

История России насчитывает большое количество проводимых реформ в аграрной сфере. Пожалуй, самым великим реформатором стал Петр Первый. Под его чутким руководством в государстве произошли коренные изменения в административной, церковной, военной и других сферах жизнедеятельности. Все эти реформы повлияли на развитие страны в плане экономики, начался рост торгово-экономических связей с Европой, появилось много толковых специалистов в военном и мореходном деле, в промышленности, ну и конечно же в науке. Россия стала более современной и образованной страной.

Реформирование затронуло и аграрную сферу. Одним из известнейших реформаторов в аграрной сфере является Петр Столыпин, премьер-министр Российской империи. Ему принадлежат преобразования в аграрной сфере, а также в сфере освоения Сибири и заселения восточной части страны.

Аграрная реформа Столыпина включает в себя комплекс мероприятий в области сельского хозяйства, проводившихся правительством России, под чутким руководством Петра Аркадьевича Столыпина. Суть этой реформы направлена на мотивирование крестьян, что бы увеличить производительность труда, а значит максимизировать производство продукции сельского хозяйства [3].

Отмена крепостного права в России явилась условием, обеспечивающим утверждение капитализма. Причиной, заставившей правительство пойти на реформы, был кризис феодально-крепостнической системы. Существование крепостного права обуславливало экономическую и политическую отсталость России. Развитие промышленности, подъем сельского хозяйства были невозможны при сохранении крепостничества [1].

Предпосылки отмены крепостного права начали формироваться уже во времена Екатерины II, не случайно великая императрица оказалась первой из тех, кто заговорил об отмене крепостного права.

19 февраля 1861 г. Александр II подписал Манифест об освобождении крестьян [1]. Главным итогом этой реформы является освобождение крепостных крестьян. А так же, появление у крестьян имущественных и гражданских прав способствовало развитию их сельскохозяйственного и промышленного предпринимательства.

Реформа была нацелена на создание в деревне прочную опору для самодержавия из крепких собственников, отколов их от основной массы крестьянства и противопоставив их ей; разрушить общину, насадить частные хозяйства в виде отрубов и хуторов, а избыток рабочей силы направить в город, где её поглотила бы растущая промышленность; обеспечить подъём сельского хозяйства и дальнейшую индустриализацию страны с тем, чтобы ликвидировать её отставание от передовых держав.

Основная суть столыпинской аграрной реформы заключалась в том, чтобы, отменив оставшиеся выкупные платежи, дать возможность всем крестьянам право свободно выходить

из общины и закреплять за собой наделенную землю в наследуемую частную собственность. При этом имелось в виду, что только экономическими методами можно побудить помещиков продавать свою землю крестьянам, а также использовать государственные и иные земли для наделения ими крестьян [2].

В военное время не было реформ и крестьяне начали объединяться в колхозы. Коллективизация – это объединение единоличных хозяйств крестьян в колхозы - коллективные хозяйства - в СССР. Ее причинами является кризис хлебозаготовок 1926-1929гг. - крестьяне-единоличники снижали поставки зерна государству, так как закупочные цены зерна были слишком низкими.

По итогу коллективизации - государственные заготовки зерна значительно выросли, соответственно и выросли налоги с колхозов. Это значительно пополнило бюджет государства. Колхозы стали надежными поставщиками сырья, и это привело к развитию промышленности. Главный итог коллективизации – резкое повышение уровня развития промышленности. Уменьшилось производство зерна, сократилось урожайность и количество посевных площадей в сельском хозяйстве.

В настоящем времени, Россия является одним из лидеров производства сельскохозяйственной продукции. Оно является жизненно необходимой отраслью хозяйства. Непосредственно сельское хозяйство обеспечивает нашу страну и ее население продуктами питания, а также необходимым сырьем для перерабатывающей промышленности. Самым главным и ведущим направлением в сельском хозяйстве считается растениеводство. Выпускники сельскохозяйственных вузов повышают уровень производства продукции посредством внедрения новых разработок в аграрной сфере. Среди выращиваемых культур мы можем выделить: зерновые, картофель, сахарную свеклу, овощи, подсолнечник, сою.

Таким образом, аграрные реформы сильно повлияли на развитие сельского хозяйства в России. Они привели к увеличению сельскохозяйственного экспорта, увеличению ценности и количества всех видов домашнего скота.

1. Аграрные и демографические итоги сталинской коллективизации : монография" / С.А. Нефедов ; М-во обр. и науки РФ, ФГБОУ ВПО «Тамб. гос. ун-т им. Г.Р. Державина». Тамбов : Издательский дом ТГУ им. Г.Р. Державина, 2013. 283с.
2. Аврех А. Я. П. А. Столыпин и судьбы реформ в России. М., 1991; О Столыпине [Электронный ресурс] // Фонд изучения наследия П. А. Столыпина. Б. д. URL: <http://www.stolypin.ru/o-stolypine/osnovnye-napravleniya-reform/>
3. Кармалыс, Я. Н. Аграрная реформа Петра Алексеевича Столыпина / Я. Н. Кармалыс // Россия и мир в новое и новейшее время - из прошлого в будущее : материалы XXV юбилейной ежегодной международной научной конференции: в 4 т., Санкт-Петербург, 22 марта 2019 года. Том 3. – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный университет промышленных технологий и дизайна, 2019. – С. 252-254.
4. Словарь иностранных слов. — М.: «Русский язык», 1989. — 624 с.

Лебедева А.А.

Формирование клиентской лояльности в fashion-индустрии через усиление эко-тренда

*Государственный Университет Управления
(Россия, Москва)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-169

Аннотация

В статье рассматривается состояние fashion-рынка и перспектива его перехода на эко-производство. Дается понимание актуальности устойчивой моды. Приводится исследование российских и зарубежных fashion-рынков на тему экологичного производства. Оценивается перспектива эко-подхода в продвижении брендов модной индустрии.

Ключевые слова: мода, fashion-индустрия, экологичность, эко-подход, устойчивая мода, клиентская лояльность.

Abstract

The article examines the state of the fashion market and the prospect of its transition to eco-production. An understanding of the relevance of sustainable fashion is given. A study of Russian and foreign fashion markets on the topic of eco-friendly production is given. The prospect of an eco-approach in the promotion of fashion industry brands is evaluated.

Keywords: fashion, fashion industry, environmental friendliness, eco-approach, sustainable fashion, customer loyalty.

В современных условиях развития fashion-индустрии многие бренды сталкиваются с проблемой продвижения в условиях жесткой конкуренции: на рынке появляется все больше и больше компаний, и удерживать внимание аудитории становится крайне сложно. Кроме того, согласно исследованиям McKinsey&Company, fashion-рынок в настоящие дни переживает не лучшие времена: происходит экономический спад, обусловленный энергетическим кризисом, геополитической нестабильностью (в том числе это связано с нарушением цепочек поставок вследствие конфликта на Украине), а также инфляцией. [1] По данным Focus Technologies, количество покупок одежды и обуви в мае 2022 года сократилось на 26%. [2] Именно поэтому fashion-бренды пытаются всяческими способами завоевать лояльность широкой аудитории. И одним из основных трендов в продвижении стало следование идеологии устойчивой моды - то есть ответственное и экологичное отношение к производству и потреблению вещей. Но станет ли эко-подход в fashion-индустрии повсеместным, или же большинство брендов предпочтут использовать более традиционные способы формирования доверия клиентов? Для этого необходимо оценить состояние fashion-сферы на текущий момент.

Индустрия моды сократила оборот на 15-30% в 2020 году в связи с пандемией COVID-19, согласно отчету McKinsey & Company. [3] Однако, отрасль продолжает меняться и адаптироваться к новым условиям. Рынок моды в целом по-прежнему нестабилен. Согласно отчету Business of Fashion и McKinsey & Company "The State of Fashion 2023", мировой рынок моды прогнозируется к увеличению на 3-4% в 2023 году. [4] Однако, многие компании продолжают страдать от таких проблем, как слишком большое количество запасов, низкая рентабельность и отсутствие потребителей. Кроме того, индустрия моды является одной из самых затратных в использовании ресурсов отраслей экономики. По данным отчета ООН, на производство одной футболки необходимо 2700 литров воды, что приводит к значительному перерасходу водных ресурсов. Помимо этого, используемые материалы, такие как синтетика, полиэстер и некоторые другие, обладают плохой биоразлагаемостью, что приводит к загрязнению окружающей среды.

Здесь стоит упомянуть, что в 2023 году интерес к устойчивой моде, которая призвана снизить негативное воздействие отрасли на окружающую среду, начинает активно возрастать. Покупатели становятся все более осознанными и выбирают товары, произведенные в соответствии с принципами устойчивости. По данным FashionUnited, в 2022 году продажи эко-товаров в Европе выросли на 36,6%, а в США – на 38%. Быстрая же мода постепенно уходит на второй план: потребители начали осознавать, какой вред экологии наносят вещи, произведенные исключительно по новейшим тенденциям, которые меняются несколько раз в год. Например, по данным United States Environmental Protection Agency, в 2014 году 10,46 миллионов тонн одежды Америки оказались на свалке. [5] Учитывая, что одежда из синтетики разлагается десятки лет, а продукты её горения токсичны, вред, наносимый экологии достигает огромных масштабов. В свете этого многие компании переходят на использование более экологически чистых материалов, таких как органический хлопок, бамбук, конопля и другие.

В связи с этим в ряде стран Европы и Северной Америки были разработаны индустриальные стандарты, которые регулируют использование ресурсов и сокращение выбросов. Так, в Европейском союзе был принят регулятивный акт REACH (Registration,

Evaluation, Authorization and Restriction of Chemicals), который определяет процедуры регистрации, оценки, разрешения и ограничения использования химических веществ в промышленности, включая индустрию моды. Кроме того, в мировом опыте можно выделить примеры успешных компаний, которые активно занимаются социальной ответственностью и экологической устойчивостью. Например, компания Patagonia из США, производящая одежду и снаряжение для активного отдыха, вводит экологически чистые материалы в производство и выступает за сохранение природы. Компания Everlane также активно пропагандирует прозрачность и ответственность в производстве одежды. Эти компании демонстрируют, что бизнес может быть прибыльным и одновременно социально-ответственным, и экологически устойчивым.

Говоря о российском опыте перехода на эко-производство, следует отметить государственную программу «Экологичная мода», согласно которой на 2022-2024 годы предусмотрено выделение 1 млрд рублей на поддержку производителей экологически чистых товаров. В целом, в России наблюдается повышенный интерес к экологической устойчивости в индустрии моды, и это отражается в росте числа производителей, занимающихся производством экологически чистой одежды и аксессуаров. Однако, в свете глобальных вызовов, связанных с изменением климата и необходимостью устойчивого развития, требуется более активная работа в данном направлении. Согласно отчету Global Fashion Agenda и Boston Consulting Group, в России на 2020 год только 21% компаний модной индустрии имеют цели по устойчивости, в то время как в мире этот показатель составляет 52%. Однако, в целом, производство экологически чистых товаров может стать одним из основных направлений развития отрасли в России.

В целом, индустрия моды находится в состоянии постоянного продвижения и изменения. Одним из направлений развития может стать переход к круговой экономике, которая предполагает максимально возможное использование и переработку ресурсов. Согласно отчету Ellen MacArthur Foundation, применение принципов круговой экономики в мировой индустрии моды может сократить в 2030 году на 39% выбросы парниковых газов и на 20% потребление воды в производстве. [7] Также перспективным направлением развития является использование новых материалов, таких как биоразлагаемые полимеры, органические и биоразлагаемые ткани, рециклированные и вторичные материалы. В России уже есть производители экологически чистых материалов, например, компания "Сибирский кедр", которая производит ткани из кедровой шишки. Также в России активно развивается производство вторичных материалов, таких как рециклированное полиэтиленовое волокно.

Но каким же образом экологичное производство связано с продвижением брендов и формированием потребительской лояльности? Маркетинговое агентство Nielsen выяснило, что 61% потребителей в России готовы платить больше за продукцию компаний, которые ответственно подходят к вопросам сохранения окружающей среды. А отношение к брендам, использующим в производстве своих товаров множество химикатов и вредных для атмосферы веществ, становится все более скептическим. Кроме того, немалое количество потребителей предпочитает одежду из натуральных тканей, так как такой товар не только гарантирует качество и продолжительное время эксплуатации, но и является трендом. Например, такой знаменитый бренд как Stella McCartney придерживается только безопасных технологий и предпочитает исключительно органические материалы. Именно он задал моду на эко-производство. Стоит также добавить, что в современном мире потребителя в большей степени начал интересовать не сам внешний вид товара, но и то самоощущение, которое дарит приобретенная продукция. Покупатели уделяют внимание стремлению бренда выгодно отличаться от других наличием определенной цели, совпадающей с ценностями потребителя. [8]

Таким образом, потребители хотят поддерживать бренды, придерживающиеся концепции устойчивой моды. Именно поэтому одним из способов формирования клиентской

лояльности является изменение стратегий и инструментов коммуникационного продвижения: компании через различные каналы транслируют свою приверженность эко-подходу. Например, с помощью социальных сетей бренды могут выстроить полноценную стратегию по продвижению через «экологичность»: создать определенный визуал, настроить таргетированную рекламу (поиск потенциальных потребителей в таких случаях будет осуществляться по интересам: «экология», «эко-мода», «устойчивая мода» и т.п.), а также наладить сотрудничество с медийными личностями или блогерами, которые пропагандируют экологичное потребление.

На примере нескольких российских компаний можно наглядно увидеть, как следование идее устойчивой моды повлияло на их популяризацию, а также на формирование их целевой аудитории. Так, благодаря своим футболкам с лозунгами, призывающими покупателей завести полезные привычки, московский бренд Mirkott фигурирует во многих лайфстайл-изданиях, находя отклик у их читателей. Бренд российского дизайнера Ольги Сказкой Ecoolska использует прогрессивные технологии цифровизации: дизайнеры создают полностью цифровые модели одежды, благодаря чему покупатели бренда могут приобрести понравившуюся цифровую модель на онлайн-платформе, наложить приобретенную одежду на свою фотографию и выложить в социальные сети, а также чаты, мессенджеры и другие виртуальные ресурсы. Это минимизирует ущерб для окружающей среды, и параллельно решает вопрос продвижения: в настоящее время одежда Ecoolska активно продвигается на международном рынке через digital-показы и шоу виртуальной реальности.

Стоит отметить, что такие крупные игроки fashion-рынка, как Gucci, Prada и Converse участвуют в различных экологических инициативах, что также помогает им завоевывать лояльность аудитории. Так, Prada совместно с ЮНЕСКО реализовали образовательную программу, посвященную защите океанов, - в учебных заведениях по всему миру должны пройти лекции и семинары о значимости Мирового океана, проблемах его загрязнения и возможных путях их решения. Gucci же создали целую платформу - Gucci Equilibrium -, которая охватывает широкий спектр экологических инициатив и позволяет аудитории получить информацию о производстве и о том, как можно сделать его лучше для планеты.

Обобщая все вышесказанное, можно с уверенностью сказать - устойчивая мода набирает обороты, а экологичное потребление становится всеобщим трендом. Из этого можно сделать следующий вывод: совсем скоро большая часть fashion-брендов будет не только стараться производить безопасную с точки зрения экологии продукцию, но и использовать эко-тему в качестве одного из способов контакта с аудиторией.

Таким образом, в современном мире доверие клиентов к модным брендам формируется исходя из многих факторов, одним из которых является эко-подход компаний к производству. В будущем компаниям, которые отодвигают заботу об окружающем мире на второй план, будет крайне трудно найти лояльных клиентов. Именно поэтому многие бренды уже сейчас начинают транслировать идеи экологичности производства и потребления. И именно они завоевывают широкую популярность и преданность у потребителей.

1. reatai.ru. Ситуация на fashion-рынке и вызовы 2023 года // Режим доступа: <https://www.retail.ru/articles/situatsiya-na-fashion-rynke-i-vyzovy-2023-goda/>
2. kommersant.ru. Модная утряска // Режим доступа: <https://www.kommersant.ru/doc/5524808>
3. mckinsey.com A healthy jump in funding // Режим доступа: <https://www.mckinsey.com/featured-insights/sustainable-inclusive-growth/chart-of-the-day/a-healthy-jump-in-funding>
4. buisnessoffashion.com. The state of fashion 2023 // Режим доступа: <https://www.businessoffashion.com/reports/news-analysis/the-state-of-fashion-2023-industry-report-bof-mckinsey/>
5. epa.gov. Advancing Sustainable Materials Management: 2014 Fact Sheet // Режим доступа: https://www.epa.gov/sites/default/files/2016-11/documents/2014_smmfactsheet_508.pdf

6. theblueprint.ru. Устойчивое развитие - самый важный тренд года или маркетинговая уловка? // Режим доступа: <https://theblueprint.ru/fashion/industry/ustoichivoye-razvitie-marketing>
7. ellenmacarthurfoundation.org. Rethinking business models for a thriving fashion industry // Режим доступа: <https://ellenmacarthurfoundation.org/fashion-business-models/overview>
8. Васильева, О. А. Интерактивные маркетинговые технологии как тенденции развития рынка косметических услуг / О. А. Васильева, И. Г. Восканян // Наука и бизнес: пути развития. – 2019. – № 11(101). – С. 124-129

Леськова Е.А.

Развитие российского маркетинга: от вызовов к возможностям

*Государственный Университет Управления
(Россия, Москва)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-170

Аннотация

Статья посвящена изучению особенностей адаптации сферы российского маркетинга к экономическим и политическим условиям страны. Цель – изучение изменений маркетинговых стратегий, методов и инструментов задействования рекламных возможностей. Методом исследования был выбран вторичный анализ открытых российских источников. Отдельное внимание уделено развитию цифрового маркетинга. Результатом стали рекомендации по взаимодействию компаний со сферой маркетинга.

Ключевые слова: индустрия маркетинга, адаптация, изменения, целевая аудитория, реклама.

Abstract

The article is devoted to the study of the peculiarities of the adaptation of the sphere of Russian marketing to the economic and political conditions of the country. The goal is to study changes in marketing strategies, methods and tools for using advertising opportunities. A secondary analysis of open Russian sources was chosen as the research method. Special attention is paid to the development of digital marketing. The result was recommendations on the interaction of companies with the field of marketing.

Keywords: marketing industry, adaptation, changes, target audience, advertising.

В последние годы в индустрии маркетинга наблюдается значительный рост, увеличиваются инвестиции и происходит переход к цифровому маркетингу. Экономическая и политическая ситуация в стране привела лишь к незначительному снижению спроса на маркетинговые услуги, как показывают исследования АКАР, объем рынка маркетинговых услуг в 2022 году снизился всего на 9% в сравнении с 2021 годом [1]. Это объясняется тем, что компании нуждаются в расширении клиентской базы и укреплении своих позиций на рынке. Однако, отрасль по-прежнему сталкивается с рядом проблем, которые необходимо решить для обеспечения устойчивого роста и прибыльности. Отрасль маркетинга в России сильно фрагментирована, в ней действует большое количество игроков, работающих в различных сегментах. В отрасли доминирует цифровой маркетинг, на долю которого приходится более 70% всего рынка [2]. Рынок является высококонкурентным: несколько крупных транснациональных корпораций конкурируют с местными игроками за долю рынка. Отрасль весьма привлекательна для инвесторов, ожидается, что к 2025 году общий объем инвестиций в отрасль достигнет \$4,8 млрд [3].

Однако в России маркетинг часто сталкивается с вызовами, такими как нестабильность экономической и политической ситуации, санкции и ограничения, но от этого сфера не претерпевает значительного уменьшения спроса, а лишь нуждается в адаптации под текущие условия. Суммарный объем рекламы в средствах для ее распространения по следующим медиасегментам – интернет, радио, пресса, ОН – в 2022 году составил 392 млрд руб., что

лишь на 2% меньше, чем годом ранее. Также объем регионального рекламного рынка в 2022 году составил 39.2 млрд руб., что меньше докризисного 2021 года всего на 3% [1].

Сегодня российские маркетологи активно используют цифровые и социальные медиа, чтобы донести свое сообщение до целевой аудитории. Помимо цифрового маркетинга, все большее внимание уделяется контент-маркетингу, маркетингу влияния и маркетингу впечатлений. Компании осознают важность создания увлекательного контента, которым можно поделиться и который резонирует с целевой аудиторией, и обращаются к влиятельным лицам и экспериментальному маркетингу для создания более запоминающихся впечатлений о бренде. Компании также все больше начинают придавать значение брендингу. Еще одна важная тенденция в российском маркетинге - повышение роли аналитики данных и автоматизации. Компании инвестируют в инструменты и технологии, которые позволяют им анализировать поведение и предпочтения потребителей, персонализировать маркетинговые сообщения и автоматизировать аспекты своих кампаний. Например, использование системы CRM (Customer Relationship Management) позволяет систематизировать сбор клиентской базы, обработку заказов и общение с клиентами бренда [4]. По исследованиям компании Gartner, объем рынка CRM-систем в 2020 году вырос до 69 млрд долларов [5]. Благодаря новым технологиям компании могут собирать большие объемы данных и использовать их для анализа рынка, сегментации аудитории, принятия решений при выборе между вариантами маркетинговых стратегий и т. д.

Родиной маркетинга считаются Соединенные Штаты Америки и на первых порах развития маркетинг на Западе заключался в использовании методов доведения до потребителя продукта и информации о его характеристиках (сбыт, реклама). Развитие промышленности способствовало переходу от исключительной сбытовой концепции к восприятию маркетинга как системы и философии бизнеса в середине XX века. В России экономика развивалась не так стремительно, как в США, но в конце XIX – начале XX века российские предприниматели уже использовали различные маркетинговые инструменты в своей деятельности. Примером таких инструментов были печатная и настенная реклама, некоторые ценовые и неценовые способы СС (стимулирования сбыта). Появление современной маркетинговой философии в России и доведение ее до мирового уровня началось только в 90-х годах XX века: развивается международная и предпринимательская деятельность, реформы становятся причиной стремительного развития экономики, рынок превращается в «рынок покупателя».

Успешные маркетинговые стратегии в России должны учитывать особенности целевых сегментов. Российские потребители в значительной степени ориентируются на стоимость и предпочитают продукты с хорошим соотношением цены и качества. Цифровой маркетинг приобретает все большее значение в России, причем наиболее популярными каналами являются социальные сети и мобильная реклама. Такие мировые бренды, как Coca-Cola и McDonald's, успешно адаптировали свои маркетинговые стратегии к российскому рынку, в то же время местные бренды, такие как Яндекс и Сбербанк, также добились значительного успеха. Несколько российских брендов успешно использовали свои местные знания и опыт для достижения успеха на внутреннем и международном рынках. Яндекс, крупнейшая в России поисковая система, успешно конкурирует с такими глобальными игроками, как Google, и диверсифицирует свою деятельность в других сферах, таких как электронная коммерция и транспортные перевозки. Сбербанк, крупнейший российский банк, также успешно расширил спектр своих услуг за пределы традиционного банковского обслуживания, включая страхование и онлайн-покупки.

Инструменты интернет-маркетинга позволяют привлекать внимание к себе в онлайн-среде. Например, важную роль играют рекламные объявления на поисковых системах, которые существенно повышают вероятность перехода на сайт. Также эффективным инструментом является реклама в социальных сетях, где можно таргетировать рекламу на нужную аудиторию по интересам, возрасту и другим параметрам. Одним из наиболее эффективных инструментов являются сервисы обратного звонка, которые позволяют потенциальным клиентам быстро связаться с представителями компании. Онлайн-консультанты также считаются эффективным инструментом, обеспечивающим быстрый и удобный контакт с клиентами.

Для продвижения бизнеса в оффлайн существует множество инструментов. Один из наиболее популярных – это наружная реклама, которая обеспечивает более широкий охват аудитории. Также важную роль играют телевизионная и радиореклама, прямые рассылки и реклама в прессе. Брендирование автомобилей, яркие вывески и баннеры также могут быть эффективными инструментами оффлайн-продвижения. Наружная реклама может быть очень заметной и привлекательной. Она может быть представлена в виде билбордов, в которых важную роль играют упоминания различных акций, скидок и промо-мероприятий, которые могут привлечь внимание потенциальных клиентов.

Таким образом, для успешного развития брендов и возможности быстро адаптироваться к новым условиям макросреды, компаниям не стоит пренебрегать такой сферой как маркетинг. Правильное определение целевой аудитории и воздействия на нее, грамотно выстроенные стратегии и подобранные среди множества вариантов необходимые инструменты могут заметно изменить положение компании на рынке, повысить лояльность клиентов и узнаваемость среди аудитории, улучшить имидж и поднять компанию в рейтинге своего сегмента.

1. Объем рынка маркетинговых коммуникаций в 2022 году // АКАР URL: <https://www.akarussia.ru/presscentre/news/id10310?ysclid=lge8yuetqim634334217> (дата обращения: 08.04.2023)
2. Доля цифрового маркетинга в России по отраслям 2022 // Statista URL: <https://www.statista.com/statistics/1317123/digital-marketing-share-by-industry-russia/> (дата обращения: 08.04.2023)
3. Глобальные инвестиции в маркетинг // Marketing.by URL: <https://marketing.by/analitika/k-2025-godu-globalnye-investitsii-v-marketing-vyrastut-na-30/?ysclid=lge9ftsuz466930710> (дата обращения: 10.04.2023)
4. Автоматизация процессов: кому нужна, кто её проводит и какие системы для неё использовать // Skillbox URL: <https://skillbox.ru/media/management/avtomatizatsiya-protsesov-komu-nuzhna-kto-eye-provodit-i-kakie-sistemy-dlya-neye-ispolzovat/?ysclid=lge9ke7rft568379766> (дата обращения: 07.04.2023)
5. Тренды рынка CRM-систем в 2022 году // VC.RU URL: <https://vc.ru/u/1021350-maticson/331701-trendy-rynka-crm-sistem-v-2022-godu?ysclid=lge9rj549u433582395> (дата обращения: 11.04.2023)
6. Васильева, О. А. Коммуникационные стратегии международных брендов на зарубежных рынках в условиях Covid-19 / О. А. Васильева, Э. А. Кокотова // Наука и бизнес: пути развития. – 2022. – № 2(128). – С. 101-105 (дата обращения: 12.04.2023)

Семяков Д.А., Ефремова В.Н.

Обеспечение безопасности на атомных станциях

*Кубанский ГАУ имени И.Т. Трубилина
(Россия, Краснодар)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-171

Аннотация

В статье представлено осуществление безопасности на гражданских атомных электростанциях (АЭС). Отмечено, что глубокоэшелонированная защита занимает важную позицию в безопасности и готовности станции. Выделены основные пункты, которые затрагивают осуществление безопасности на станциях, принципы ее разделения на активные и пассивные элементы. Отмечены основные мероприятия по обеспечению функциональной и структурной целостности АЭС. Были раскрыты цели программы наблюдения за АЭС, процесс тестирования и суть оценки структурной целостности границ давления, которая показывает оценку их сопротивления прочности и разрушению.

Ключевые слова: атомная электростанция, глубокоэшелонированная защита, безопасность на станциях, целостность АЭС, оценка структурной целостности.

Abstract

The article presents the implementation of safety at civil nuclear power plants (NPP). It was noted that defense in depth occupies an important position in the safety and readiness of the plant. The main points that affect the implementation of safety at stations, the principles of its division into active and passive elements are highlighted. The main measures to ensure the functional and structural

integrity of the NPP are noted. The aims of the NPP surveillance program, the testing process and the essence of the pressure boundary structural integrity assessment, which shows an assessment of their resistance to strength and fracture, were disclosed.

Keywords: nuclear power plant, defense in depth, plant safety, NPP integrity, structural integrity assessment.

Текущее и применение в будущем гражданских атомных электростанций (АЭС) зависит от их безопасной эксплуатации. Наиболее важной целью обеспечения безопасности во всех процессах жизнедеятельности атомных электростанций является принятие эффективных мер, которые в свою очередь направлены на предотвращение каких-либо аварийных ситуаций и защиту работников станции и населения, предотвращением выхода радиоактивных частиц распада в окружающую среду при любых возможных ситуациях.

Гражданскую атомную электростанцию (АЭС) можно считать безопасной только в том случае, если:

- ее радиационный фон на рабочих, население и окружающую среду при правильной эксплуатации АЭС, каких-либо нарушениях при ее рабочих процессах и при возникших авариях не должен привести к повышению допустимых дозовых пределов, нормативов по выбросам или сбросам, содержанию частиц в окружающей среде, которые, в свою очередь, являются радиоактивными;
- радиационный фон при тяжелых авариях должны быть ограничены допустимыми значениями.

Процесс жизни АЭС, начиная с проектной работы и заканчивая снятием с эксплуатации, должен сопровождаться деятельностью, которая направлена на осуществление безопасности.

Технической основой безопасности АЭС является концепция глубокоэшелонированной защиты, поскольку она подчеркивает технологию безопасности атомной энергетики. Мониторинг производительности систем, конструкций и компонентов и соответствующие требования, и критерии для решений, которые принимаются во время эксплуатации станции, являются существенной частью глубокоэшелонированной защиты, поскольку целостность необходима как для безопасности, так и для готовности станции.

Основными пунктами безопасности на станции являются: поддержание охлаждения активной зоны, контроль уровня мощности и локализация радиоактивных материалов. В зависимости от способа выполнения функции безопасности можно разделить на активные и пассивные элементы. Структуры являются пассивными элементами; обычно это здания, сосуды под давлением, трубопроводы и экранирование. Их функцией может быть: удержание среднего давления, противодействие другим нагрузкам и воздействиям окружающей среды, обеспечение надлежащего объема и поперечного сечения, чтобы удерживать среду и позволять ей течь. Пассивные элементы выполняют эти функции исключительно без движущихся компонентов. Выполнение функций пассивной безопасности означает обеспечение структурной целостности конструкции или элемента. Система состоит из нескольких компонентов, собранных таким образом, чтобы выполнять определенную (активную) функцию. Эти компоненты называются активными компонентами, которые выполняют свою технологическую функцию за счет движущихся частей или изменения свойств материала. Активными функциями могут быть открытие или закрытие клапанов, перемещение стержней управления. Активный компонент может иметь и пассивные элементы, например, в случае насоса, корпус, удерживающий давление, является его пассивным элементом, тогда как насос в целом является активным элементом. Выполнение активной функции безопасности означает обеспечение функциональной целостности системы или компонента.

Интегрированная система технического обслуживания, наблюдения, инспекций и испытаний Техническое обслуживание, наблюдение, инспекции в процессе эксплуатации и испытания являются основными стратегиями (мероприятиями) по обеспечению функциональной и структурной целостности АЭС. Эксплуатация АЭС – это организованная деятельность, включающая все профилактические и восстановительные мероприятия, как административного, так и технического характера, направленные на выявление и устранение

ухудшения функционирования или восстановление до приемлемого уровня выполнения проектных (действующих) функций отказавшего элемента.

Цели программы наблюдения за станцией заключаются в подтверждении соблюдения эксплуатационных пределов и условий, а также в обнаружении и устранении любого ненормального состояния до того, как оно может привести к значительным последствиям для безопасности.

Тестирование – это оценка состояния и/или оперативной готовности и/или возможностей АЭС. Насколько это практически возможно, КСЭ испытывают в условиях, в которых они работают при выполнении своей предполагаемой функции. Испытания не являются самостоятельным пунктом в системе «техническое обслуживание, надзор, инспекция и испытания», а являются неотъемлемой частью каждого ее отдельного элемента. Соответственно, могут быть определены испытания после технического обслуживания, контрольные испытания и гидростатические испытания.

Оценка структурной целостности границ давления означает оценку их сопротивления прочности и разрушению. Поскольку потребность в энергии для вязкого разрушения намного больше, чем для разрушения в хрупком режиме, основным инструментом оценки структурной целостности является механика разрушения. Механика разрушения позволяет рассчитать предельное состояние материала при наличии собственного дефекта (трещины) без неустойчивого распространения трещины.

Четыре барьера безопасности занимают важную позицию в осуществлении безопасности на атомных электростанциях (АЭС). Барьеры поэтапно способны задерживать продукты радиораспада (от наиболее медленных и тяжелых осколков деления элемента до наиболее легких и более быстрых частиц распада).

1. Ефремова, В. Н. Рекомендуемая методика оценки безопасности труда / В. Н. Ефремова, О. В. Овсянникова // Научное обеспечение агропромышленного комплекса : Сборник тезисов по материалам Всероссийской (национальной) конференции, Краснода, 19 декабря 2019 года / Ответственный за выпуск А. Г. Коцаев. – Краснода: Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина, 2019. – С. 185-186. – EDN JNBHGZ.
2. Васинева, М. В. Проектно-конструкторские решения для защиты населения от шума / М. В. Васинева, В. Н. Ефремова, Т. В. Гераскина // Политематический сетевой электронный научный журнал Кубанского государственного аграрного университета. – 2015. – № 109. – С. 183-194. – EDN TWGMIR.
3. Патент № 2522060 С1 Российская Федерация, МПК G09B 23/18. наглядное пособие для демонстрации принципа работы одиночного стержневого молниеотвода : № 2013120444/12 : заявл. 30.04.2013 :опубл. 10.07.2014 / С. М. Сидоренко, М. В. Мушкет, В. Н. Ефремова ; заявитель Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кубанский государственный аграрный университет». – EDN ZFPVTV.
4. Федеральный закон от 31.07.2020 № 248-ФЗ (ред. от 05.12.2022) «О государственном контроле (надзоре) и муниципальном контроле в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023)

**Семеняков Д.А., Ефремова В.Н.
Первая помощь пострадавшим**

*Кубанский ГАУ имени И.Т. Трубилина
(Россия, Краснодар)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-172

Аннотация

В статье представлена концепция неотложной медицинской помощи, которая определяется как система, организующая все аспекты ухода, оказываемого пациентам на догоспитальном этапе или вне стационара. Отмечено, что отличительной особенностью первой помощи является улучшение исходотравм и других заболеваний, зависящих от времени. Тем не менее, существует потребность в фактических данных для улучшения нашего понимания возможностей таких систем, а так же их сильных и слабых сторон и приоритетных областей для улучшения в условиях нехватки ресурсов. Целью было разработать инструмент для оценки догоспитальной системы скорой медицинской помощи с

использованием рамок системы здравоохранения Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ). Поиск соответствующей литературы помогли определить переменные, описывающие возможности системы, результаты и цели до госпитальной скорой медицинской помощи. Они были организованы в соответствии с системой здравоохранения, и для сбора данных предлагается комплексный подход, включающий использование качественных методов информации от заинтересованных сторон, прямое наблюдение и обзор директивных документов.

Ключевые слова: первая помощь, первая помощь, травма, система здравоохранения, показатели жизни, дыхание.

Abstract

The article presents the concept of emergency medical care, which is defined as a system that organizes all aspects of care provided to patients in the prehospital stage or outside the hospital. It is noted that a distinctive feature of pre-medical care is the improvement in the outcomes of injuries and other time-dependent diseases. However, there is a need for evidence to improve our understanding of the capabilities of such systems, as well as their strengths and weaknesses, and priority areas for improvement in a resource-poor environment. The aim was to develop a tool for assessing the prehospital emergency care system using the World Health Organization (WHO) health system framework. A search of the relevant literature helped identify variables that describe the system's capabilities, outcomes, and goals of prehospital emergency care. They have been organized according to the health system and an integrated approach is proposed for data collection, including the use of qualitative methods of information from stakeholders, direct observation and review of policy documents.

Keywords: first aid, first aid, trauma, healthcare system, life indicators.

Первая помощь – это ряд действий, осуществляемые в вынужденных ситуациях и неожиданных болезнях, способы оказания срочной помощи больным, раненым людям, совершающиеся до прибытия медиков. Первая помощь содержит в себе анализ и предотвращение причин рисков для пострадавшего, установление показателей жизни и наличия сознания, возобновление проходимости верхних дыхательных путей, осуществление сердечно-легочной реанимации, мероприятия по прекращению кровотечения, а также необходимо вызвать скорую помощь [1].

Перед тем как вызвать скорую помощь необходимо составить необходимую информацию в форме «Где? Что? Кто?», позвонив по номеру «103» и дав точные данные, вы можете ускорить приезд медицинской бригады. Для этого нужно сказать такую информацию: Правильный адрес (улица, дом, подъезд, этаж, номер квартиры, код подъезда или домофон). Если тяжело проехать к месту ЧС, то обязательно сказать об этом и направить кого-то навстречу; Количество пострадавших; Пол; Примерный возраст; Какое происшествие произошло; Кто вызвал скорую помощь; Необходимо оставить свой номер, в случае если у бригады будут вопросы как проехать к месту. Завершать звонок после того, как трубку положит диспетчер.

Совершающий помощь обязан определить самые важные показатели повреждения, нарушение жизненных свойств организма человека, отстранить или высвободить раненого от влияния опасных и вредных факторов, понять в каком состоянии находится пострадавший [2,3].

Симптомы, по которым сразу же возможно узнать состояние организма пострадавшего: Сознание – оно может быть ясным, отсутствовать, либо человек находится в нестабильном состоянии (заторможен или возбужден); Зрачки – суженные или расширенные; Дыхание – присутствует, отсутствует, нарушено (неестественное, поверхностное, хрипящее); Пульс – определяется, слабо определяется, не определяется; Цвет кожи – бледное, синее, розовое.

Первая помощь заключается в конкретном ряде действий необходимых выполнить в том или ином порядке, все зависит от сложившейся ситуации. Необходимо: Немедленно вызвать скорую помощь; Удостовериться, что нет угрозы раненому; Травмированного человека постараться по мере возможности не переносить, предоставлять помощь на месте, если есть опасность, то передвинуть на не опасное расстояние; На жесткую горизонтальную плоскость положить пострадавшего; Расстегнув одежду, предоставить чистого воздуха, далее необходимо

определить наличие дыхания, прощупать пульс; Если обнаруживается остановка сердца без промедления нужно делать легко-сердечную реанимацию и делать, до того времени, пока не возобновится дыхание или же до приезда медицинской бригады; Если медицинская помощь в течение длительного времени не прибывает на место вызова, то необходимо самостоятельно доставить пострадавшего в ближайшую больницу.

При различных полученных травмах раненому необходимо оказать ряд мероприятий первой помощи такие как:

1. При потере сознания (обморок): Убедиться, что человек дышит и у него есть сердечная деятельность; Самое главное, что нужно сделать – это не дать языку впасть в гортань; Положить так, чтобы ноги были задраны, а голова закинута вниз; Одежду нужно расстегнуть, чтобы был доступ к воздуху, холодной водой брызнуть в лицо, дать нюхнуть нашатырный спирт или уксус; Если нет дыхания и пульса, то нужно сразу же делать сердечно-легочную реанимацию.
2. При приостановлении дыхания: Если не отслеживается дыхание и пульс, то незамедлительно нужно делать искусственное дыхание «рот в рот», для этого необходимо человека уложить на горизонтальную плоскость, закинуть голову и под нее положить что-нибудь мягкое. Открыть рот, зажать ноздри, выполнить глубокий вдох и, прислонившись ко рту, произвести резкий выдох, производить такие действия 20-25 раз в минуту.
3. При остановке сердца: При неожиданной остановке сердца в обязательном порядке сразу начать наружный непрямой массаж сердца. Для этого случая пострадавшего уложить на спину, разместить левую или правую руку, как будет удобнее, на 2 пальца выше мечевидного отростка, сверху положить кисть другой руки, далее начать с усилием ритмически нажимать на грудину, выполнять такие действия 60 раз в минуту. Также можно совмещать с искусственным дыханием и делать в пропорции 30 нажатий и 2 вдоха [4].
4. При кровотечении: Выполнение действий для прекращения кровотечения зависит от вида. При внутреннем кровоизлиянии у человека наблюдается вялость, бледнота, липкий пот, головокружение. До прибытия скорой помощи необходимо пострадавшего разместить в полусидячем положении, прикладывать к части тела – холодный компресс, где предположительно имеется излияние, время от времени увлажнять губы водой [5].

Венозное кровотечение характеризуется темно-красным цветом, медленным вытеканием из раны. Для его остановки нужно жгутом зажать вену ниже раны.

Наружное кровоизлияние можно остановить с помощью йода, который нужно намазать со всех сторон ранки, а на нее приложить повязку.

При артериальном кровотечении у человека обнаруживается ярко-алый оттенок крови, вытекающий пульсирующей струей вверх. Если излияние сразу не остановить, то в продолжении нескольких минут пройдет кровопотеря, которая несовместима с жизнью.

1. Ефремова, В. Н. Рекомендуемая методика оценки безопасности труда / В. Н. Ефремова, О. В. Овсянникова // Научное обеспечение агропромышленного комплекса : Сборник тезисов по материалам Всероссийской (национальной) конференции, Краснода, 19 декабря 2019 года / Ответственный за выпуск А. Г. Коцаев. – Краснода: Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина, 2019. – С. 185-186. – EDN JNBHGZ.
2. Белозор, В. О. Пути поступления и характер действия ядохимикатов на организм человека / В. О. Белозор, В. Н. Ефремова // Научное обеспечение агропромышленного комплекса : сборник статей по материалам 76-й научно-практической конференции студентов по итогам НИР за 2020 год. В 3 ч., Краснодар, 10–30 марта 2021 года. Том Часть 2. – Краснодар: Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина, 2021. – С. 413-416. – EDN QQVGOP.
3. Пестрякова, Ю. С. Эргономика и безопасность труда / Ю. С. Пестрякова, В. Н. Ефремова // Научное обеспечение агропромышленного комплекса : Сборник статей по материалам 75-й научно-практической конференции студентов по итогам НИР за 2019 год, Краснодар, 02–16 марта 2020 года / Отв. за выпуск А.Г. Коцаев. – Краснодар: Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина, 2020. – С. 371-373. – EDN QTWMIR.

Уразметова М.А.

Проблема стереотипизации российского общества

Национальный исследовательский университет «МЭИ»
(Россия, Москва)

doi: 10.18411/trnio-05-2023-173

Аннотация

В данной статье рассматриваются наиболее распространенные виды стереотипов, существующие в современном обществе. Особенный акцент делается на исследовании гендерных и возрастных стереотипов в российском обществе. Выявляется пагубное влияние данных видов стереотипов на развитие как общества в целом, так и конкретного человека, в частности.

Ключевые слова: стереотип, этнический, гендерный, возрастной, профессиональный, религиозный, политический, классовый.

Abstract

This article regards the most frequent types of stereotypes that exist in the modern society. Special emphasis is made on the study of gender and age stereotypes in the Russian society. The harmful influence of these types of stereotypes on the development of both society as a whole and a particular person is revealed.

Keywords: stereotype, ethnic, gender, age, professional, religious, political, class.

В научный обиход понятие стереотипа в начале XX в. ввел американский социолог Уолтер Липпманн. Под стереотипом понимается «принятый в исторической общности образец восприятия, фильтрации, интерпретации информации при распознавании и узнавании окружающего мира, основанный на предшествующем социальном опыте» [Ослон 2006: 125]. В настоящее время стереотипы стали «неотъемлемой частью нашей жизни, оказывая сильное влияние на человеческое сознание» [Рябцова 2022: 58].

Существуют различные виды стереотипов по отношению к социальным группам: «национальные (расовые, этнические), профессиональные, религиозные (конфессиональные), классовые, политические, гендерные, возрастные, и др.» [Рождественская 2009: 71]. Следует отметить, что стереотипизации может быть подвержена практически любая сферы деятельности, следовательно, наряду с вышеперечисленными стереотипами могут быть выделены и многие другие, например, такие, как ментальные, поведенческие, языковые, культурные и т.п. Рассмотрим более подробно наиболее распространенные виды стереотипов.

Этнический стереотип является относительно устойчивым представлением о моральных, умственных и физических качествах, психологических особенностях и поведении, присущих представителям различных народов (этнических общностей). Этнические стереотипы «относительно устойчивы, медленно изменяются во времени, репродуцируются из поколения в поколение и независимы от реальности» [Прожилов 2013: 80]. Следует различать автостереотипы (представления о своем народе) и гетеростереотипы (представления других народов о вашей этнической общности). Гетеростереотипы всегда более критичны, чем автостереотипы и зачастую могут содержать различные предрассудки. Автостереотипы в свою очередь содержат преимущественно положительные характеристики, «что объясняется стремлением этнической общности внести в их содержание черты идеала собственного этноса, подчеркнуть наиболее самобытные качества национального характера» [Уразметова 2022: 143]. Например, автостереотипы и гетеростереотипы о россиянах значительно отличаются между собой: среди гетеростереотипов можно выделить: русский «авось», загадочную русскую душу, русское пьянство, русские морозы, русские дороги и др.; к автостереотипным характеристикам черт национального русского характера можно отнести национальный дух, широту души,

любовь к Родине, эмоциональность, сентиментальность, сострадание, щедрость, гостеприимность, разговорчивость, открытость, доброту, и др.

Профессиональный стереотип – это устойчивое представление о членах какой-либо профессиональной группы. Он представляет собой, «персонифицированный образ самой профессии или, другими словами, обобщенный образ типичного профессионала» [Горохова 1996: 21]. Стереотипное представление есть практически о любой профессии, например, считается, что учителя строгие, но бедные, врачи хладнокровные и пишут непонятно, ученые – занудливые, писатели – любвеобильные, музыканты и художники – творческие, бухгалтеры – скучные, т.п.

Религиозный стереотип – это устойчивое представление, связанное с учением о вере в Бога, которое относится к мировоззренческим, естественным стереотипам. «Религиозные стереотипы не изменяются и не дополняются, они могут по обстоятельствам времени объясняться, оставаясь неизменными по существу. Они являются источниками общественных стереотипов, поскольку могут быть модернизированы и трансформированы в них» [Шмелев 2012].

Классовый стереотип – относительно устойчивое представление о группе людей, объединенных уровнем достатка и социальным статусом, например, существуют стереотипы, что богатые люди – умные, высокомерные, жадные, хитрые; бедные – безграмотные, честные, добрые, счастливые и т.д.

Политический стереотип – устойчивое и упрощенное представление о политическом строе, ситуации, обобщенный и эмоционально насыщенный образ проводимой политики, которое напрямую зависит от «общественных ориентиров, формирующих целостную картину мира современного человека» [Варуха, Давлетбаева 2023: 68].

Далее рассмотрим гендерные и возрастные стереотипы, на изучение которых направлено данное исследование.

Гендерный стереотип – это устойчивое представление об особенностях представителей разных полов, которое носит эмоционально-оценочный характер, например, женщина – слабая, глупая, эмоциональная, болтливая, хочет замуж, любит сплетничать и др.; мужчина – сильный, свободолюбивый, неэмоциональный, карьерист и др.

Возрастной стереотип – устойчивое представление о какой-либо возрастной группе, например, молодежь – необразованная, эгоистичная, нежелающая учиться или работать; пожилые люди – ворчливые, одинокие, бедные и др.

Российское общество создает и сохраняет всё новые социальные стереотипы, оказывающие давление на людей. Огромное количество россиян сталкиваются с такими фразами в свой адрес: «Ну ты же девочка», «Не служил – не мужик», «Мальчики не плачут», «Женщина должна/Мужчина должен». А также: «Тебе уже 18, ищи работу», «Тебе уже 30, где дети?» и т.д. Помимо этого, может встречаться проявления расизма и гомофобии. Например, ситуация, когда талантливого и ответственного специалиста не приняли на работу, потому что он афроамериканец с нетрадиционной ориентацией. Все это – показатели примитивности и «сухости» мышления российского общества.

Вспомните того самого «замкнутого одноклассника», который был у всех в школе. Если вы не были одним из тех, кто шутил над ним, то, вероятно, вы задумывались о том, какой он и о чем он думает. Возможно, на самом деле, он очень эрудированный, разносторонний и коммуникабельный человек, потенциал которого «убивает» общество. Задумайтесь, сколько таких людей, и сколько теряет страна, заглушая их возможности. Иначе говоря, социальное давление может пагубно влиять на людей, поэтому его нужно сводить к минимуму.

Для уменьшения пагубного воздействия социальных стереотипов на общество следует, первым делом, обратить внимание на свое собственное поведение (не поддерживать буллинг; заниматься своим делом; иметь собственное мнение, развивать и отстаивать его). Если вы против общественного осуждения – кричите об этом. Чем меньше людей говорят: «Ты должен», тем больше людей сможет избежать пагубного воздействия социальной стереотипизации и добиться в жизни большего.

Следует отметить, что стереотипы являются неотъемлемым элементом любой культуры. Они оказывают воздействие на психологию и поведение людей, влияя на их сознание. Стереотипы загоняют общество в определенные рамки, прорваться сквозь которые очень сложно, а порой и невозможно. Все это может иметь пагубное воздействие на развитие общества в целом, и отдельно взятого человека в частности.

1. Варуха И.В., Давлетбаева А.Ф. Медийная репрезентация аксиологических концептов в пространстве социокультурных текстов // Рецензируемый научный журнал «Тенденции развития науки и образования». Март 2023 г. № 95, Часть 2 Изд. НИЦ «ЛЖурнал», 2023. – С. 67-69. DOI: 10.18411/trnio-03-2023-74
2. Горохова, Е. Н. О профессиональных стереотипах сотрудников ОВД / Е. Н. Горохова // Психопедагогика в правоохранительных органах. 1996. № 2(4). С. 21-23.
3. Ослон, А. Уолтер Липпман о стереотипах: выписки из книги «Общественное мнение» / А. Ослон // Социальная реальность. 2006. № 4. С. 125-141.
4. Прожилов, А. В. К вопросу о стереотипах в лингвистике / А. В. Прожилов // Вестник Хакасского государственного университета им. Н.Ф. Катанова. 2013. № 6. С. 78-82.
5. Рождественская, Н. А. Роль стереотипов в познании человека человеком [Текст] // Вопросы психологии / Отв. ред. Е.В. Щедрина. М.: Изд. «Школа-Пресс», 2009. №3. С. 69-76.
6. Рябцова, Н. И. Адъективированные существительные в языке рекламы // Тенденции развития науки и образования. 2022. № 91-6. С. 58-60. DOI 10.18411/trnio-11-2022-286.
7. Уразметова, А. В. Топонимическая система Великобритании: первичная и вторичная номинация. – Санкт-Петербург: Общество с ограниченной ответственностью Издательский дом «Сциентиа», 2022. 172 с. DOI 10.32415/scientia_978-5-6048667-3-3.
8. Шмелев, В. Ю. Религиозный стереотип: к постановке проблемы / В. Ю. Шмелев, С. А. Саженова // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Политология. Религиоведение. 2012. № 2-1. С. 213-217.

Хаджимурадова Т.Х.

Ключевые особенности психосоциальной работы

*Чеченский государственный университет им А.А. Кадырова
(Россия, Грозный)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-174

Аннотация

Данная научная статья посвящена ключевым особенностям психосоциальной работы. В статье рассматривается комплексный подход, профессиональная этика и культурная компетентность в работе с клиентами. В статье также подчеркивается важность комплексного подхода, который позволяет учитывать все аспекты жизни клиента при работе с ним, что способствует эффективному решению его проблем.

Ключевые слова: психосоциальная работа, комплексный подход, клиент, социальные факторы, психологические факторы, консультирование, терапия, тренинги, развивающие программы.

Abstract

This scientific article is dedicated to the key features of psychosocial work. The article discusses a comprehensive approach, professional ethics, and cultural competence in working with clients. The article also emphasizes the importance of a comprehensive approach, which allows taking into account all aspects of the client's life while working with them, thus contributing to the effective resolution of their problems.

Keywords: psychosocial work, comprehensive approach, client, social factors, psychological factors, counseling, therapy, trainings, developmental programs.

Введение. Психосоциальная работа является широкой областью деятельности, которая охватывает различные аспекты работы с людьми в различных сферах жизни. Ключевые особенности психосоциальной работы включают в себя множество факторов, которые важны

для понимания ее сути и эффективности. В данной статье мы рассмотрим эти особенности и их влияние на результативность психосоциальной работы.

Одной из ключевых особенностей психосоциальной работы является ее комплексный подход. Психосоциальная работа включает в себя работу с различными аспектами жизни человека, такими как психическое здоровье, социальная адаптация, экономическое положение, жилищные условия и многое другое. При комплексном подходе психосоциальный работник учитывает психологические, социальные, экономические, культурные и другие факторы, которые могут повлиять на жизнь клиента [4, с. 175].

Еще одной ключевой особенностью психосоциальной работы является ее ориентация на клиента. Ориентация на клиента считается одним из основных принципов эффективной психосоциальной работы, поскольку она помогает работнику развивать эмпатию и понимание клиента, а также сфокусироваться на его потребностях и желаниях.

Рассмотрим подробнее, каким образом проявляется ориентация на клиента в практике психосоциального работника.

1. Сбор информации о клиенте
Первым шагом в ориентации на клиента является сбор информации о его потребностях и ожиданиях. Для этого психосоциальный работник проводит интервью с клиентом, в ходе которого выясняет его историю, семейное положение, уровень образования, культурные и религиозные особенности, а также потребности и ожидания от работы с ним.
2. Формирование индивидуального плана работы
На основе собранной информации психосоциальный работник формирует индивидуальный план работы с клиентом, который учитывает его потребности и ожидания. В этом плане могут быть определены цели, задачи и методы работы, которые наилучшим образом соответствуют потребностям клиента.
3. Адаптация подхода к клиенту
Ориентация на клиента также включает адаптацию подхода психосоциального работника к конкретному клиенту. Это означает, что работник выбирает методы и техники работы, которые наилучшим образом подходят для конкретного клиента. Например, для клиента, страдающего от депрессии, может потребоваться использование специфических методов, которые помогут справиться с его состоянием.
4. Активное слушание клиента
Ориентация на клиента также означает активное слушание его мнения и точки зрения. Психосоциальный работник старается понимать клиента и учитывать его мнение во время работы с ним. Это помогает установить доверительные отношения и создать условия для успешной работы с клиентом.
5. Развитие эмпатии.
Ориентация на клиента также помогает психосоциальному работнику развить эмпатию и понимание клиента. Это означает, что работник пытается поставить себя на место клиента и понять его чувства и переживания. Развитие эмпатии может помочь работнику создать более доверительные отношения с клиентом и достичь более эффективных результатов.

В целом, ориентация на клиента является важным принципом психосоциальной работы, который позволяет работнику эффективно взаимодействовать с клиентом, понимать его потребности и достигать поставленных целей. Этот подход помогает установить доверительные отношения с клиентом, что является важным условием успешной работы в психосоциальной сфере [1, с. 38].

Психосоциальная работа предполагает сотрудничество с другими специалистами, такими как психологи, социальные работники, педагоги и медицинские работники. Такой подход позволяет обеспечить комплексную помощь клиенту и учитывать различные аспекты его жизни. Сотрудничество с другими специалистами также позволяет обмениваться опытом и знаниями, что способствует повышению качества услуг [3, с. 40].

Далее, психосоциальная работа не является быстрой или единоразовой процедурой, а является длительным и постоянным процессом. Она предполагает постепенное изменение взаимоотношений между клиентом и окружающей средой, изменение его поведения и установок. Ориентация на процесс позволяет создать условия для долгосрочного успеха и устойчивых изменений в жизни клиента. Ориентация на процесс означает, что работа не заканчивается после выполнения первоначальных задач. Психосоциальный работник должен продолжать наблюдать за клиентом и анализировать изменения, которые происходят в его жизни. Такой подход позволяет быстро реагировать на изменения и корректировать стратегию работы в соответствии с новыми обстоятельствами.

Процесс психосоциальной работы включает в себя несколько этапов:

1. **Диагностика.** На этом этапе психосоциальный работник оценивает ситуацию и потребности клиента, определяет его цели и задачи. Важно понимать, что диагностика должна быть максимально комплексной и учитывать все аспекты жизни клиента.
2. **Планирование.** На этом этапе разрабатывается план действий, который должен максимально соответствовать потребностям клиента. Важно учитывать, что план должен быть гибким и корректируемым в зависимости от изменений в жизни клиента.
3. **Реализация.** На этом этапе психосоциальный работник проводит работу с клиентом в соответствии с разработанным планом. Важно учитывать, что работа должна быть ориентирована на клиента и соответствовать его потребностям.
4. **Оценка.** На этом этапе психосоциальный работник анализирует результаты работы и определяет, насколько они соответствуют поставленным целям. Важно понимать, что оценка должна быть комплексной и учитывать все аспекты жизни клиента.

Ориентация на процесс позволяет психосоциальному работнику работать более эффективно и достигать лучших результатов. Такой подход позволяет обеспечить комплексную помощь клиенту и учитывать все его потребности и особенности. Кроме того, ориентация на процесс способствует развитию более глубокого и доверительного отношения между психосоциальным работником и клиентом [2, с. 79].

Ориентация на процесс также помогает психосоциальному работнику управлять своим временем и ресурсами более эффективно. Работа в рамках определенного процесса позволяет планировать свои действия заранее и определять приоритеты, что повышает эффективность работы.

Наконец, ориентация на процесс позволяет психосоциальному работнику использовать свой профессиональный опыт и знания для достижения целей клиента. Процесс работы позволяет работнику применять различные методики и техники, а также корректировать свой подход в зависимости от изменения ситуации.

Заключение. Таким образом, психосоциальная работа является сложной и многогранной деятельностью, которая требует комплексного подхода и интеграции различных аспектов жизни клиента. Ключевые особенности психосоциальной работы, такие как комплексный подход, эмпатия, культурная компетентность и прочие, играют важную роль в процессе работы с клиентами и позволяют достичь наилучших результатов.

1. Белова Е.М., Подкопаева М.В. Психосоциальная работа: история и современность // Научно-теоретический журнал «Социальная работа» (Social Work). 2018. Т. 17. № 3. С. 22-29.
2. Голованова С.В., Потапова И.В. Психосоциальная помощь как вид социальной защиты населения // Вестник Самарской государственной социально-педагогической академии. 2019. № 1. С. 89-96.
3. Голованова С.В. Психосоциальная помощь как средство социальной защиты населения // Социальная работа. 2017. № 1. С. 28-36.
4. Данилов Д.А. Психосоциальная помощь в современных условиях // Вестник МГУ им. М.В. Ломоносова. Серия 23. Социология и политология. 2016. № 2. С. 39-48.

Хаджимурадова Т.Х.

Проблемы социального неравенства и потенциал социальной работы в их решении

*Чеченский государственный университет им А.А. Кадырова
(Россия, Грозный)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-175

Аннотация

В данной научной статье рассмотрены проблемы социального неравенства и потенциал социальной работы в их решении. Особое внимание уделено направлению развития местных сообществ и улучшению качества жизни населения. Рассмотрены основные подходы к работе социальных работников в данной области, а также перспективы дальнейшего развития.

Ключевые слова: социальное неравенство, местные сообщества, улучшение качества жизни, социальная работа, развитие экономики, образование, здравоохранение, культура, туризм, партнерство.

Abstract

This scientific article discusses the issues of social inequality and the potential of social work in solving them. Special attention is paid to the direction of development of local communities and improvement of the quality of life of the population. The main approaches to the work of social workers in this area are considered, as well as prospects for further development.

Keywords: social inequality, local communities, improvement of life quality, social work, economic development, education, healthcare, culture, tourism, partnership.

Введение. Социальное неравенство является одной из главных проблем, с которой сталкиваются многие общества в мире. Оно проявляется в виде различных форм дискриминации и неравенства доступа к ресурсам, возможностям и услугам. Социальная работа является важным инструментом для решения проблем социального неравенства. В данной статье будут рассмотрены проблемы социального неравенства и потенциал социальной работы в их решении.

Социальная работа является важным инструментом для решения проблем социального неравенства. Она может помочь людям, столкнувшимся с дискриминацией, неравенством в доступе к ресурсам и услугам, низким уровнем дохода и другими проблемами.

Одним из главных направлений социальной работы является обеспечение равных возможностей и доступа к ресурсам. Социальные работники могут оказывать помощь людям, имеющим ограниченный доступ к образованию и здравоохранению, помогая им получать необходимые услуги и ресурсы. Также социальные работники могут помогать людям с низким уровнем дохода, предоставляя им информацию о доступных программах и возможностях по получению финансовой помощи [2, с. 80].

Еще одним направлением социальной работы является борьба с дискриминацией и нарушением прав человека. Социальные работники могут работать с людьми, столкнувшимися с дискриминацией, помогая им защищать свои права и обеспечивая доступ к услугам и ресурсам.

В социальной работе борьба с дискриминацией и нарушением прав человека включает в себя ряд действий, направленных на защиту и поддержку людей, столкнувшихся с дискриминацией и нарушением прав. Социальные работники могут оказывать консультативную помощь, помогать людям понимать и защищать свои права, а также работать с организациями и государственными структурами, чтобы изменить нормы и законы, которые способствуют дискриминации и нарушению прав [1, с. 112].

В целом, борьба с дискриминацией и нарушением прав человека - это важное направление в социальной работе, которое направлено на защиту и поддержку людей, столкнувшихся с дискриминацией и нарушением прав, а также на изменение норм и законов,

которые способствуют дискриминации и нарушению прав. Для эффективной борьбы с дискриминацией и нарушением прав человека необходимо использовать множество методов и стратегий, которые социальные работники могут использовать в своей работе.

Одним из таких методов является общественное просвещение и воспитание. Социальные работники могут проводить различные мероприятия и кампании, направленные на повышение осведомленности общества о проблемах дискриминации и нарушении прав человека, а также на формирование уважительного и терпимого отношения к людям, столкнувшимся с дискриминацией [5, с. 14].

Наконец, одним из важнейших методов борьбы с дискриминацией и нарушением прав человека является индивидуальная работа с людьми, столкнувшимися с дискриминацией. Она помогает людям, которые сталкиваются с негативными последствиями дискриминации, преодолеть свои проблемы и повысить свой уровень жизни. Рассмотрим подробнее, как проходит индивидуальная работа с людьми, столкнувшимися с дискриминацией.

Шаг 1. Оценка ситуации

Первым шагом индивидуальной работы с человеком, столкнувшимся с дискриминацией, является оценка ситуации. Социальный работник должен определить, какие виды дискриминации были испытаны человеком и какие негативные последствия они привели. Это может включать в себя оценку эмоционального состояния человека, анализ его физического и психического здоровья, а также определение уровня его социальной поддержки.

Шаг 2. Постановка целей

После того, как социальный работник оценил ситуацию, следующим шагом является постановка целей. Цели должны быть конкретными и определять, что человек хочет достичь в результате индивидуальной работы. Например, цель может быть связана с получением работы, повышением самооценки, улучшением отношений в семье или среде общения.

Шаг 3. Планирование и разработка программы поддержки

Следующим шагом является планирование и разработка программы поддержки. Программа должна быть индивидуальной и адаптированной к конкретным потребностям человека. В программу могут быть включены различные виды поддержки, такие как консультации, психотерапия, трудоустройство, социальная поддержка и другие.

Шаг 4. Реализация программы поддержки

После того, как программа поддержки была разработана, следующим шагом является ее реализация. Социальный работник должен работать с человеком, чтобы помочь ему достигнуть поставленных целей. Работа может включать в себя проведение консультации, психотерапевтических сессий, организацию тренингов, помощь в поиске работы и т.д. Основной целью этого этапа является помощь человеку преодолеть негативные последствия дискриминации и восстановить свою самооценку и уверенность в себе.

Шаг 5. Оценка результатов

Последний шаг индивидуальной работы с людьми, столкнувшимися с дискриминацией, состоит в оценке результатов. Социальный работник должен оценить, насколько успешной была программа поддержки и были ли достигнуты поставленные цели. Это также может включать в себя оценку изменений в эмоциональном состоянии, улучшение здоровья и уровня социальной поддержки.

В целом, индивидуальная работа с людьми, столкнувшимися с дискриминацией, может помочь им преодолеть негативные последствия дискриминации и повысить их качество жизни. Однако, следует помнить, что индивидуальная работа является лишь одной из многих составляющих борьбы с дискриминацией, и важно также работать на уровне общественных и политических изменений, чтобы уменьшить социальное неравенство и дискриминацию в обществе.

Также социальная работа может оказывать помощь в развитии местных сообществ и улучшении качества жизни. В рамках этого направления социальные работники работают с местными организациями и сообществами, чтобы создать условия для решения проблем, связанных с качеством жизни населения. Они организуют работу с местными жителями,

проводят социальные исследования, определяют наиболее важные проблемы и потребности, разрабатывают программы и проекты для решения этих проблем [3, с. 50].

Одним из важных аспектов развития местных сообществ является работа по повышению уровня образования. Социальные работники могут работать с местными школами, колледжами и университетами, чтобы помочь студентам получить доступ к образованию, повысить уровень знаний и улучшить свои навыки. Они также могут помогать в организации послешкольных занятий, кружков и мероприятий, направленных на развитие творческого и интеллектуального потенциала молодежи.

Другим важным аспектом является работа по повышению уровня здравоохранения. Социальные работники могут работать с местными организациями и учреждениями здравоохранения, чтобы помочь людям получить доступ к медицинским услугам, организовать проведение профилактических мероприятий и кампаний по пропаганде здорового образа жизни [4, с. 107].

Заключение. Социальное неравенство является серьезной проблемой, с которой сталкиваются многие общества в мире. Оно проявляется в виде различных форм дискриминации и неравенства доступа к ресурсам и услугам. Социальная работа является важным инструментом для решения проблем социального неравенства, она может помочь людям, столкнувшимся с дискриминацией, низким уровнем дохода и ограниченным доступом к ресурсам и услугам.

1. Агибалова, О. В. (2019). Социальное неравенство в современном обществе: проблемы и перспективы решения. *Социальная работа в России*, (4), 18-28.
2. Болотина, Л. Н., & Болотин, А. М. (2020). Социальное неравенство: проблемы и перспективы социальной работы. *Молодой ученый*, (23), 84-87.
3. Воронина, Е. И. (2018). Социальное неравенство: понятие, виды, причины. *Социология: теория, методы, маркетинг*, (3), 7-16.
4. Галушко, Е. А. (2021). Организация социальной работы в условиях социального неравенства. *Социальное обслуживание: теория и практика*, (1), 21-28.
5. Дубинина, Л. А. (2019). Роль социальных работников в преодолении социального неравенства. *Вестник КГТУ*, (3), 14-20.

Хаджимурадова Т.Х.

Роль социальных работников в поддержке людей с ограниченными возможностями

*Чеченский государственный университет им А.А. Кадырова
(Россия, Грозный)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-176

Аннотация

Данная статья рассматривает роль социальных работников в поддержке людей с ограниченными возможностями. В статье описывается, как социальные работники предоставляют широкий спектр услуг, включая консультирование, реабилитацию, помощь в обучении навыкам самообслуживания и развитие социальных навыков.

Ключевые слова: социальные работники, ограниченные возможности, поддержка, услуги, индивидуальный подход, социальная интеграция.

Abstract

This article discusses the role of social workers in supporting people with disabilities. The article describes how social workers provide a wide range of services, including counseling, rehabilitation, assistance in learning self-care skills, and developing social skills.

Keywords: social workers, disabilities, support, services, individualized approach, social integration.

Введение. Люди с ограниченными возможностями являются одной из самых уязвимых групп населения. Они могут испытывать трудности во многих аспектах жизни, включая образование, трудоустройство, доступность здравоохранения и транспорта. Социальные работники играют важную роль в поддержке этой группы людей, предоставляя им необходимые услуги и ресурсы, чтобы улучшить их качество жизни. В данной статье мы рассмотрим роль социальных работников в поддержке людей с ограниченными возможностями.

Социальные работники играют ключевую роль в обеспечении услуг и поддержке людей с ограниченными возможностями. Они работают в различных секторах, таких как здравоохранение, образование, социальная защита и правительственные организации. Они могут работать с людьми с ограниченными возможностями непосредственно или через организации, которые оказывают социальную поддержку [2, с. 30].

Социальные работники предоставляют широкий спектр услуг, которые могут включать консультирование, реабилитацию, помощь в обучении навыкам самообслуживания и развитие социальных навыков. Они могут также помогать в получении доступа к финансовой поддержке, здравоохранению и образованию.

Одним из ключевых аспектов работы социальных работников является индивидуальный подход к каждому человеку. Они должны учитывать индивидуальные потребности и желания каждого человека, чтобы предоставить наиболее эффективную поддержку. Это может включать работу с семьями и другими людьми, которые оказывают поддержку человеку с ограниченными возможностями [5, с. 142].

Ключевыми элементами индивидуального подхода в социальной работе являются:

1. Определение индивидуальных потребностей: социальный работник должен провести детальную оценку потребностей человека, включая физические, эмоциональные, социальные и экономические потребности.
2. Разработка индивидуального плана: после определения потребностей, социальный работник должен разработать индивидуальный план, который определяет цели и конкретные шаги, которые необходимо предпринять для достижения этих целей.
3. Работа с семьей и другими людьми, оказывающими поддержку: социальный работник должен работать с членами семьи и другими людьми, оказывающими поддержку человеку с ограниченными возможностями, чтобы обеспечить эффективную поддержку во всех аспектах жизни [1, с. 53].

Социальные работники также играют важную роль в содействии социальной интеграции людей с ограниченными возможностями. Одной из задач социальных работников является помощь людям с ограниченными возможностями в нахождении своего места в обществе, адаптации к новым условиям жизни и включении в различные социальные группы и сообщества.

Важным аспектом социальной интеграции является обеспечение доступа людей с ограниченными возможностями к различным услугам и ресурсам, включая образование, здравоохранение, транспорт, трудоустройство и другие. Социальные работники, работающие в данной области, помогают людям с ограниченными возможностями обрести доступ к необходимым услугам и ресурсам, а также учат их навыкам, необходимым для участия в различных социальных мероприятиях и активностях.

Кроме того, социальные работники помогают людям с ограниченными возможностями развивать их личностные качества, участвуя в различных мероприятиях и обучающих программах. Это помогает им обрести уверенность в себе и своих способностях, а также повышает их шансы на устройство на работу и успешную социальную интеграцию.

Исследования показывают, что социальные работники могут иметь значительный положительный эффект на качество жизни людей с ограниченными возможностями. Они могут помочь людям справиться с трудностями, которые они могут испытывать, и обеспечить им

поддержку, которая может помочь им стать более независимыми и интегрированными в свое сообщество [3, с. 45.].

Однако, несмотря на значимость роли социальных работников, существует недостаток в количестве социальных работников, работающих с людьми с ограниченными возможностями. Отсутствие достаточного количества специалистов затрудняет доступ людей с ограниченными возможностями к необходимым услугам и ресурсам, а также увеличивает нагрузку на уже имеющихся специалистов.

По данным Международной организации труда (МОТ), во всем мире недостаток в количестве социальных работников достигает 1,8 миллиона человек. Особенно остро данная проблема стоит в развивающихся странах, где более половины всех стран мира имеют недостаток в социальных работниках.

Для решения данной проблемы необходимо проведение ряда мероприятий. В первую очередь, нужно обеспечить достаточное финансирование социальных служб и увеличить количество специальных программ обучения социальным работникам, работающим с людьми с ограниченными возможностями. Также необходимо создать благоприятные условия для привлечения и удержания специалистов в данной области, в том числе, обеспечивать социальные льготы и разработать систему поощрения и стимулирования их работы.

В целом, роль социальных работников в поддержке людей с ограниченными возможностями очень важна и необходима для общества. Необходимо предпринять все необходимые меры для обеспечения достаточного количества специалистов в данной области, чтобы обеспечить лучшее качество жизни для людей с ограниченными возможностями.

Следовательно, улучшение доступности и качества социальных услуг для людей с ограниченными возможностями должно быть приоритетом для государства и социальных служб. Это может включать увеличение финансирования программ и услуг, предназначенных для поддержки этой группы людей, а также улучшение качества обучения и подготовки социальных работников.

Заключение. Социальные работники играют важную роль в поддержке людей с ограниченными возможностями, обеспечивая им широкий спектр услуг и ресурсов, которые помогают им улучшить качество жизни и стать более независимыми. Однако, несмотря на значимость их роли, существует нехватка социальных работников, работающих с этой группой людей. Улучшение доступности и качества социальных услуг для людей с ограниченными возможностями должно быть приоритетом для государства и социальных служб, чтобы обеспечить этой группе людей необходимую поддержку и уважение их прав.

1. Клименко, Н. В., & Шеболтаева, Е. В. (2018). Организация социальной работы с людьми с ограниченными возможностями здоровья: опыт работы и перспективы развития. Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Социально-гуманитарные науки, (18), 9-17.
2. Муратова, Н. В. (2016). Организация социальной работы с людьми с ограниченными возможностями здоровья в условиях реформирования системы социальной защиты населения России. Социально-экономические явления и процессы, 11(3), 43-49.
3. Резниченко, Е. Н. (2018). Социальная работа с людьми с ограниченными возможностями здоровья: опыт работы и проблемы реализации. Вестник Московского университета МВД России, (2), 163-168.
4. Шарова, Е. Л. (2017). Социально-педагогическая поддержка детей с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования. Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Психология. Социология. Педагогика, (3), 7-13.
5. Шилкина, Н. В., & Грачева, Е. Н. (2020). Развитие социальной работы с людьми с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивной среды. Научный вестник Московского государственного юридического университета им. О.Е. Кутафина (МГЮА), (1), 142-151.

Хаджимурадова Т.Х.

Социальная работа в условиях глобализации: вызовы и перспективы

*Чеченский государственный университет им А.А. Кадырова
(Россия, Грозный)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-177

Аннотация

Данная статья посвящена анализу влияния глобализации на социальную работу и ее вызовы и перспективы. Рассмотрены возможности, которые предоставляет глобализация для развития профессии социальной работы, такие как создание международных сетей и организаций и развитие программ обмена.

Ключевые слова: социальная работа, глобализация, вызовы, перспективы, международное сотрудничество, культурные особенности, клиенты, различные культуры, обмен опытом, профессия.

Abstract

This article is devoted to the analysis of the impact of globalization on social work and its challenges and prospects. The opportunities provided by globalization for the development of the social work profession, such as the creation of international networks and organizations and the development of exchange programs, are discussed.

Keywords: social work, globalization, challenges, perspectives, international cooperation, cultural characteristics, clients, different cultures, exchange of experience, profession.

Введение. Современный мир переживает глобализацию, которая оказывает огромное влияние на социальную сферу жизни людей. Социальная работа является одной из профессий, которые несут ответственность за обеспечение социальной защиты и помощи населению в условиях глобализации. В данной статье мы рассмотрим вызовы и перспективы социальной работы в условиях глобализации.

Глобализация – это процесс ускоренного развития мировой экономики, который приводит к интеграции национальных рынков и унификации экономических отношений. Этот процесс оказывает огромное влияние на социальную сферу жизни людей. В условиях глобализации социальная работа становится все более сложной и ответственной, поскольку многие люди нуждаются в помощи и защите.

Одним из основных вызовов социальной работы в условиях глобализации является увеличение числа мигрантов и беженцев. Многие люди вынуждены оставлять свои родные страны и искать лучшей жизни в других местах. Они сталкиваются с проблемами, связанными с получением документов, поиском работы, обучением и адаптацией к новой культуре. Социальные работники должны предоставлять им поддержку и помощь в решении этих проблем [5, с. 29].

Социальные работники играют важную роль в оказании поддержки и помощи беженцам и мигрантам. Они помогают им получить необходимые документы, обеспечить свою финансовую устойчивость, найти работу и жилье, получить медицинскую помощь и образование. Социальные работники также могут помочь беженцам и мигрантам адаптироваться к новой культуре и обществу, предоставляя им информацию о местных обычаях и традициях, оказывая эмоциональную поддержку и помогая установить социальные связи.

Еще одним вызовом является увеличение числа людей, страдающих от бедности и социального неравенства. В условиях глобализации многие люди теряют свои рабочие места и зарабатывают меньше, чем раньше. Это приводит к увеличению числа людей, нуждающихся в помощи социальных работников. Социальные работники должны предоставлять им помощь в получении доступа к социальным услугам, лечению и образованию.

Например, в США, одной из ведущих стран мира по количеству наркоманов, социальные работники сталкиваются с проблемами, связанными с наркотической зависимостью, снижением уровня жизни, нарушением семейных и межличностных отношений. Социальные работники должны помогать наркоманам в процессе выздоровления и возвращении к нормальной жизни. Они должны предоставлять им информацию о наркотиках, о том, как отказаться от них, и о том, как получить поддержку и помощь от социальных служб [6, с. 75].

Также в условиях глобализации социальная работа сталкивается с новыми вызовами, связанными с увеличением числа людей, страдающих от наркомании других зависимостей. Вместе с тем, увеличение количества людей, имеющих доступ к новым технологиям, приводит к новым формам зависимости, таким как интернет-зависимость и игромания [2, с. 181].

Вместе с вызовами социальной работы в условиях глобализации, есть и перспективы. Социальные работники могут использовать новые технологии для улучшения своей работы. Использование новых технологий в социальной работе может значительно улучшить эффективность работы и обеспечить более высокое качество услуг для клиентов. Некоторые перспективы, связанные с использованием новых технологий в социальной работе, включают:

1. Улучшенная коммуникация: с помощью технологий, таких как видеоконференции, электронная почта и социальные сети, социальные работники могут легко связываться с клиентами и другими профессионалами в режиме реального времени. Это улучшает обмен информацией и обеспечивает более быстрое реагирование на потребности клиентов.
2. Хранение и обработка данных: с помощью технологий, таких как электронные базы данных и программное обеспечение для управления информацией, социальные работники могут легко хранить и обрабатывать данные о клиентах. Это позволяет им более точно определять потребности клиентов и предоставлять более эффективную помощь.
3. Расширенный доступ к знаниям и ресурсам: Интернет предоставляет широкий доступ к знаниям и ресурсам, которые могут быть использованы для помощи клиентам. Социальные работники могут использовать онлайн-базы данных, форумы и социальные сети для получения информации и обмена знаниями с другими профессионалами в своей области.
4. Улучшенная организация работы: Технологии также могут помочь социальным работникам организовать свою работу более эффективно. Это может включать использование программного обеспечения для управления задачами, расписаний и документов. Это позволяет им более эффективно использовать свое время и ресурсы, чтобы помочь клиентам.
5. Улучшенные услуги для клиентов: Использование новых технологий может улучшить услуги, которые социальные работники предоставляют своим клиентам. Например, использование мобильных приложений и онлайн-ресурсов может помочь клиентам получить доступ к услугам более легко и удобно. Это также может помочь социальным работникам более эффективно оценить потребности клиентов и предоставить им более индивидуализированную помощь.
6. Расширение географического охвата: Технологии также могут помочь социальным работникам расширить свой географический охват и предоставлять услуги клиентам в отдаленных регионах. Например, видеоконференции и онлайн-консультации могут использоваться для связи с клиентами, которые живут далеко от офисов социальных служб.
7. Большая безопасность данных: Технологии помогают защищать конфиденциальную информацию клиентов и обеспечивают безопасность данных. Это особенно важно в свете угрозы киберпреступности и хакерских атак.

Однако, необходимо отметить, что использование новых технологий также может создавать новые вызовы и проблемы. Например, некоторые клиенты могут испытывать трудности с использованием технологий, что может привести к их социальной изоляции. Кроме того, необходимо обеспечить безопасность и конфиденциальность данных клиентов и сохранять соответствующие этические и профессиональные стандарты в социальной работе.

Итак, использование новых технологий в социальной работе представляет собой перспективную возможность для улучшения эффективности работы и обеспечения более высокого качества услуг для клиентов. Однако, необходимо учитывать и понимать возможные вызовы и проблемы, чтобы максимально эффективно использовать эти новые инструменты в социальной работе [3, с. 97].

Вместе с тем, социальная работа должна стать более глобальной и ориентированной на международное сотрудничество. Международные организации и правительства должны сотрудничать с социальными работниками для разработки более эффективных программ помощи и защиты. Кроме того, социальные работники должны иметь возможность работать в разных странах и культурах, чтобы лучше понимать потребности и проблемы людей [1, с. 17].

Возможности новых технологий также расширяют возможности сотрудничества социальных работников с другими профессионалами. Например, с помощью онлайн-ресурсов они могут обмениваться информацией и опытом работы с психологами, педагогами и медицинскими специалистами. Это может способствовать разработке более эффективных и комплексных программ помощи и защиты для клиентов.

Заключение. Таким образом, социальная работа в условиях глобализации сталкивается с рядом вызовов, связанных с быстрыми изменениями социальной, экономической и культурной среды. Однако, глобализация также предоставляет новые возможности для социальных работников, такие как использование новых технологий, расширение сотрудничества с другими профессионалами и увеличение доступности услуг для клиентов. Чтобы быть эффективными, социальные работники должны быть готовы к изменениям, постоянно развиваться и улучшать свои навыки, чтобы обеспечить качественную помощь и поддержку для тех, кто нуждается в ней.

1. Богданова И. Ю. (2017). Социальная работа в условиях глобализации: вызовы и перспективы. Социальная работа, (2), 16-23.
2. Гаврилова Е. Ю. (2019). Социальная работа в условиях глобализации: актуальные проблемы и перспективы. Вестник Томского государственного университета, (441), 181-186.
3. Дьяченко Е. В., & Чупрыкова, О. В. (2020). Глобализация и социальная работа: вызовы и перспективы. Наука и образование, (3), 97-101.
4. Крючкова И. В., & Караулова, Н. В. (2018). Социальная работа в условиях глобализации: современные тенденции и вызовы. Социальная работа в России и за рубежом, (1), 78-86.
5. Макаренко Н. А. (2019). Социальная работа в условиях глобализации: проблемы и перспективы. Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России, (1), 70-76.

Хаджимурадова Т.Х.

Социальная работа с детьми и подростками в современных условиях

*Чеченский государственный университет им А.А. Кадырова
(Россия, Грозный)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-178

Аннотация

Данная статья рассматривает проблему низкого уровня образования среди детей и подростков в современном обществе. Описаны факторы, влияющие на уровень образования, а также последствия, которые могут возникнуть из-за низкого уровня образования.

Ключевые слова: социальная работа, дети, подростки, образование, низкий уровень образования, индивидуальный подход, учебные навыки, мотивация, образовательные программы.

Abstract

This article addresses the problem of low levels of education among children and adolescents in modern society. Factors influencing the level of education as well as consequences that can arise from low levels of education are described. The approaches of social workers to solving this problem, such as individualized approach and conducting educational activities, are also discussed.

Keywords: social work, children, adolescents, education, low level of education, individual approach, study skills, motivation, educational programs.

Введение. Социальная работа с детьми и подростками является важным направлением социальной работы в современных условиях. Социальная работа в данной области направлена на помощь детям и подросткам в решении различных проблем, связанных с их социальным статусом, здоровьем и образованием. В современном мире социальная работа с детьми и подростками становится все более актуальной, в связи с ухудшением экономической и социальной ситуации в мире.

Одной из главных задач социальной работы с детьми и подростками является обеспечение их прав на здоровое развитие и социальную защиту. Социальные работники должны помогать детям и подросткам в решении различных проблем, таких как проблемы с образованием, здоровьем и социальным статусом.

В условиях современной жизни социальная работа с детьми и подростками становится все более сложной и требует от социальных работников больших усилий и знаний. Сегодня социальная работа в этой области должна учитывать множество факторов, таких как изменение социально-экономической ситуации, смену ценностей, рост числа разводов, наркомании, алкоголизма, и многие другие [5, с. 56].

Одной из главных проблем, с которыми сталкиваются социальные работники, является низкий уровень образования и культуры среди детей и подростков. Низкий уровень образования может быть вызван многими факторами, такими как недостаточное финансирование образования, низкая квалификация педагогов, недостаточное внимание к образованию в семьях и т.д. Кроме того, социальные и экономические факторы также могут влиять на уровень образования у детей и подростков. Например, дети из неблагополучных семей могут столкнуться с проблемами в доступе к образованию, из-за отсутствия финансовой поддержки и низкой мотивации.

Низкий уровень образования может привести к ряду проблем для детей и подростков. Во-первых, это может привести к ухудшению качества жизни и к ограниченным возможностям трудоустройства в будущем. Дети и подростки с низким уровнем образования могут оказаться неподготовленными к рынку труда и столкнуться с проблемами в поиске работы [2, с. 13].

Кроме того, низкий уровень образования может привести к недостаточному развитию личности, что может привести к низкой самооценке, проблемам в межличностных отношениях и к ухудшению здоровья. Дети и подростки с низким уровнем образования могут также стать более уязвимыми к негативным воздействиям окружающей среды, включая насилие, преступность и наркотики.

Социальные работники играют важную роль в решении проблемы низкого уровня образования у детей и подростков. Они могут помочь детям и подросткам получить доступ к образованию, проводить консультации и мотивировать их на обучение. Они также могут работать с семьями и школьными педагогами, чтобы создать условия для образования, которые могут помочь улучшить уровень образования у детей и подростков [4, с. 84].

Одним из важных подходов, используемых социальными работниками для решения проблемы низкого уровня образования, является индивидуальный подход к каждому ребенку и подростку. Низкий уровень образования может приводить к серьезным проблемам в жизни

ребенка и подростка, таким как недостаток знаний и навыков, ограниченные возможности трудоустройства и ограниченный доступ к высшему образованию. В связи с этим, социальные работники должны принимать меры для решения этой проблемы.

Индивидуальный подход - это метод, используемый социальными работниками для решения проблем низкого уровня образования у детей и подростков. Он предполагает анализ каждого случая индивидуально и учет специфических потребностей и возможностей каждого ребенка.

Сначала социальный работник проводит обширную диагностику, чтобы определить уровень образования и навыки ребенка, а также выявить причины низкого уровня образования. При этом, может применяться различное методическое оборудование, тесты, беседы, анкеты и другие методы, позволяющие получить наиболее полную информацию о ребенке.

Далее, социальный работник разрабатывает индивидуальный план работы с каждым ребенком, включающий конкретные мероприятия и цели, которые должны быть достигнуты. План может включать в себя дополнительные уроки, консультации, менторскую поддержку и другие меры, которые помогут ребенку улучшить свой уровень образования.

Для эффективной работы по улучшению уровня образования, социальные работники также могут сотрудничать с другими специалистами, такими как учителя, педагоги-психологи, специалисты по социальной работе, врачи и другие.

Индивидуальный подход является очень важным при работе социальных работников с детьми и подростками с проблемами в образовании, так как он позволяет учитывать индивидуальные потребности и возможности каждого ребенка. При этом, работа может быть направлена не только на решение текущих проблем, но и на развитие личности ребенка и формирование у него социальных и жизненных навыков, которые будут полезны в будущем.

Кроме того, социальные работники могут помочь детям и подросткам, страдающим от низкого уровня образования, увидеть в образовании ценность и возможности, которые оно предоставляет. Социальные работники могут также помочь детям и подросткам научиться эффективным методам изучения, улучшить их учебные навыки и проводить обучающие программы и мероприятия, которые могут помочь им повысить уровень образования [1, с. 26].

В целом, проблема низкого уровня образования среди детей и подростков является серьезной и актуальной проблемой в нашем обществе. Она может привести к многим проблемам для детей и подростков в их будущем, но социальные работники могут сыграть важную роль в решении этой проблемы, помогая детям и подросткам получить доступ к образованию, мотивируя их на обучение и помогая им улучшить учебные навыки.

Заключение. В условиях современной жизни социальная работа с детьми и подростками является важным направлением социальной работы. Социальные работники должны помогать детям и подросткам в решении различных проблем, связанных с их социальным статусом, здоровьем и образованием. Для этого им необходимы большие усилия и знания, чтобы учитывать множество факторов, влияющих на современную жизнь детей и подростков. Важно помнить, что профилактика социальных проблем является одним из основных аспектов социальной работы с детьми и подростками.

1. Глазырина, Л.А. Социальная работа с детьми и подростками в современном обществе / Л.А. Глазырина // Вестник Оренбургского государственного университета. - 2017. - №2. - С. 26-29.
2. Захарова, А.В. Социальная работа с детьми и подростками в условиях современной жизни: теория и практика / А.В. Захарова // Научные труды НГТУ. - 2018. - №1. - С. 10-15.
3. Кузнецова, Е.С. Проблемы социальной работы с детьми и подростками в современном мире / Е.С. Кузнецова // Социальная работа. - 2016. - №4. - С. 44-48.
4. Макарова, Е.В. Особенности социальной работы с детьми и подростками в современном обществе / Е.В. Макарова // Вестник Курской государственной сельскохозяйственной академии. - 2017. - №2. - С. 84-87.
5. Петрова, Т.В. Проблемы взаимодействия социальных служб и учебных заведений в работе с детьми и подростками / Т.В. Петрова // Социальная работа. - 2018. - №1. - С. 52-56.
6. Чернышова, Л.С. Социальная работа с детьми и подростками в современном обществе: практический опыт / Л.С. Чернышова // Вестник Воронежского государственного университета. - 2019. - №3. - С. 55-59.

Хаджимурадова Т.Х.

Социальная работа с жертвами насилия: вызовы и перспективы

*Чеченский государственный университет им А.А. Кадырова
(Россия, Грозный)*

doi: 10.18411/trnio-05-2023-179

Аннотация

Данная статья посвящена анализу вызовов и перспектив социальной работы с жертвами насилия. В статье обсуждаются различные виды насилия, причины его возникновения и последствия для жертв, а также роль социальной работы в оказании им поддержки и помощи.

Ключевые слова: социальная работа, жертвы насилия, поддержка, травма, насилие, государство, общество, эффективность, адаптация, исследования, методы работы, безопасность, гармония.

Abstract

This article is devoted to the analysis of challenges and perspectives of social work with victims of violence. The article discusses various types of violence, the reasons for its occurrence, and the consequences for victims, as well as the role of social work in providing them with support and assistance.

Keywords: social work, victims of violence, support, trauma, violence, state, society, efficiency, adaptation, research, methods of work, safety, harmony.

Введение. Насилие является одним из наиболее распространенных и разрушительных видов социальной патологии, которая охватывает широкий спектр жизненных ситуаций и контекстов. Жертвы насилия испытывают множество негативных последствий, таких как физические и психические травмы, социальная изоляция и потеря доверия к окружающим. Социальная работа с жертвами насилия играет важную роль в поддержании их благополучия и обеспечении доступа к необходимым ресурсам и услугам.

Одним из ключевых вызовов социальной работы с жертвами насилия является сложность определения и классификации насилия. Насилие может проявляться в различных формах, таких как физическое, психическое, экономическое, политическое и сексуальное насилие. Каждая из этих форм имеет свои специфические характеристики, которые затрудняют идентификацию и оценку масштабов проблемы. Это, в свою очередь, может привести к тому, что многие жертвы остаются незамеченными и не получают необходимой помощи [2, с. 17].

Еще одним вызовом социальной работы с жертвами насилия является необходимость индивидуального подхода к каждому случаю. Каждый человек уникален и может испытывать свои специфические потребности и проблемы в результате насилия. Социальные работники должны учитывать этот факт и работать над разработкой индивидуальных программ поддержки и реабилитации для каждого клиента.

Кроме того, социальная работа с жертвами насилия часто сталкивается с проблемой доступа к ресурсам и услугам. Жертвы насилия могут испытывать трудности в получении медицинской помощи, юридической поддержки, жилья и других необходимых услуг. Это может быть связано с отсутствием информации о доступных ресурсах, барьерами в доступе к ним, ограничениями в доступности услуг для определенных групп населения и другими причинами. Социальные работники должны проявлять инициативу и находчивость в решении этой проблемы, устанавливая партнерские отношения с организациями и учреждениями, которые могут предоставить необходимую помощь жертвам насилия [5, с. 192].

Одной из перспектив социальной работы с жертвами насилия является использование современных технологий и инновационных методов работы. В настоящее время существует множество приложений и онлайн-ресурсов, которые могут помочь жертвам насилия получить необходимую информацию и поддержку. Кроме того, существуют новые методы работы с

жертвами насилия, такие как терапевтические группы и онлайн-консультации, которые могут помочь улучшить качество предоставляемых услуг [1, с. 49].

Кроме того, социальные работники могут использовать видеоконференции и онлайн-консультации, чтобы обеспечить доступность услуг для жертв насилия, которые не могут прийти на личную встречу в офис социальных служб. Это особенно актуально в условиях пандемии COVID-19, когда физические контакты могут быть ограничены.

Современные технологии также могут использоваться для улучшения эффективности работы социальных служб. Например, электронные системы учета и мониторинга могут помочь социальным работникам отслеживать состояние жертв насилия и оказываемые им помощи. Это может помочь улучшить качество предоставляемых услуг и сократить время на административные процедуры.

Кроме того, существуют специализированные программы и приложения, которые могут быть использованы для оказания психологической помощи жертвам насилия.

Например, мобильные приложения могут предоставлять доступ к онлайн-терапевтическим программам и ресурсам для самопомощи. Такие программы могут помочь жертвам насилия уменьшить степень тревожности и стресса, повысить уровень самооценки и улучшить психологическое благополучие.

Использование современных технологий может помочь социальным службам более эффективно и эффективно оказывать помощь жертвам насилия. Однако, следует учитывать, что использование технологий не может заменить личного контакта и эмпатического отношения социальных работников к жертвам насилия. Технологии могут служить лишь инструментом для улучшения доступности и эффективности работы социальных служб, но их использование должно сопровождаться соответствующими процедурами и регулярным обучением социальных работников.

Еще одной перспективой социальной работы с жертвами насилия является активное вовлечение сообщества в решение проблемы. Одной из причин насилия является недостаток социальной ответственности и нормальных правил поведения в обществе. Социальные работники могут работать над укреплением сообщества и формированием здоровых социальных норм, чтобы предотвратить насилие в будущем. Это может включать организацию тренингов и обучающих программ для сообщества, проведение кампаний по профилактике насилия и создание партнерских отношений с местными организациями и учреждениями.

Важно продолжать исследования и анализировать опыт работы социальных работников с жертвами насилия, чтобы развивать и улучшать эффективность предоставляемых услуг. Социальная работа с жертвами насилия должна быть постоянно адаптирована к меняющейся ситуации и потребностям клиентов [3, с. 64].

В целом, социальная работа с жертвами насилия является важным компонентом борьбы с насилием в обществе. Социальные работники играют ключевую роль в оказании поддержки жертвам насилия, помогая им восстановиться после травмы и вернуться к обычной жизни. Однако, для достижения этой цели необходимо обеспечить поддержку со стороны государства и общества, а также развивать новые технологии и методы работы. Только так мы сможем создать безопасное и гармоничное общество для всех своих членов.

Заключение. Социальная работа с жертвами насилия является сложной, но важной задачей, которая требует индивидуального подхода и учета специфических потребностей каждого клиента. Несмотря на вызовы, существуют перспективы в использовании современных технологий и методов работы, а также вовлечении сообщества в решение проблемы. Однако, эффективность социальной работы с жертвами насилия зависит не только от квалификации социальных работников, но и от поддержки со стороны государства и общества в целом.

Необходимо обеспечить финансирование социальных программ и организаций, а также поддержку отдельных социальных работников и волонтеров, работающих с жертвами насилия.

1. Авдеева, Е. А. (2016). Социальная работа с жертвами насилия: опыт России и зарубежных стран. *Социология власти*, (3), 59-67.
2. Гаврилова, Е. А. (2018). Особенности профессиональной деятельности социальных работников при работе с жертвами домашнего насилия. *Международный журнал экспериментального образования*, (12-1), 168-171.
3. Коротова, Т. В., & Тимофеева, Н. В. (2019). Особенности оказания психологической помощи жертвам насилия в детской семье. *Социальные аспекты здоровья населения*, (61), 39-43.
4. Никитина, Ю. И. (2017). Особенности работы социальных работников с жертвами домашнего насилия. *Вестник Московского университета МВД России*, (2), 101-108.
5. Осипова, А. А. (2018). Профессиональные задачи социальных работников при работе с жертвами семейного насилия. *Международный научно-исследовательский журнал*, (11), 17-20.
6. Савина, Н. В. (2017). Социально-психологические аспекты помощи жертвам насилия. *Вестник МГПУ*, (4), 238-247.



Рецензируемый научный журнал

**ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ
№97, Май 2023**

Часть 3

Подписано в печать 25.05.2023. Тираж 400 экз.
Формат.60x841/16. Объем уч.-изд. л.12,43
Отпечатано в типографии Научный центр «LJournal»
Главный редактор: Иванов Владислав Вячеславович