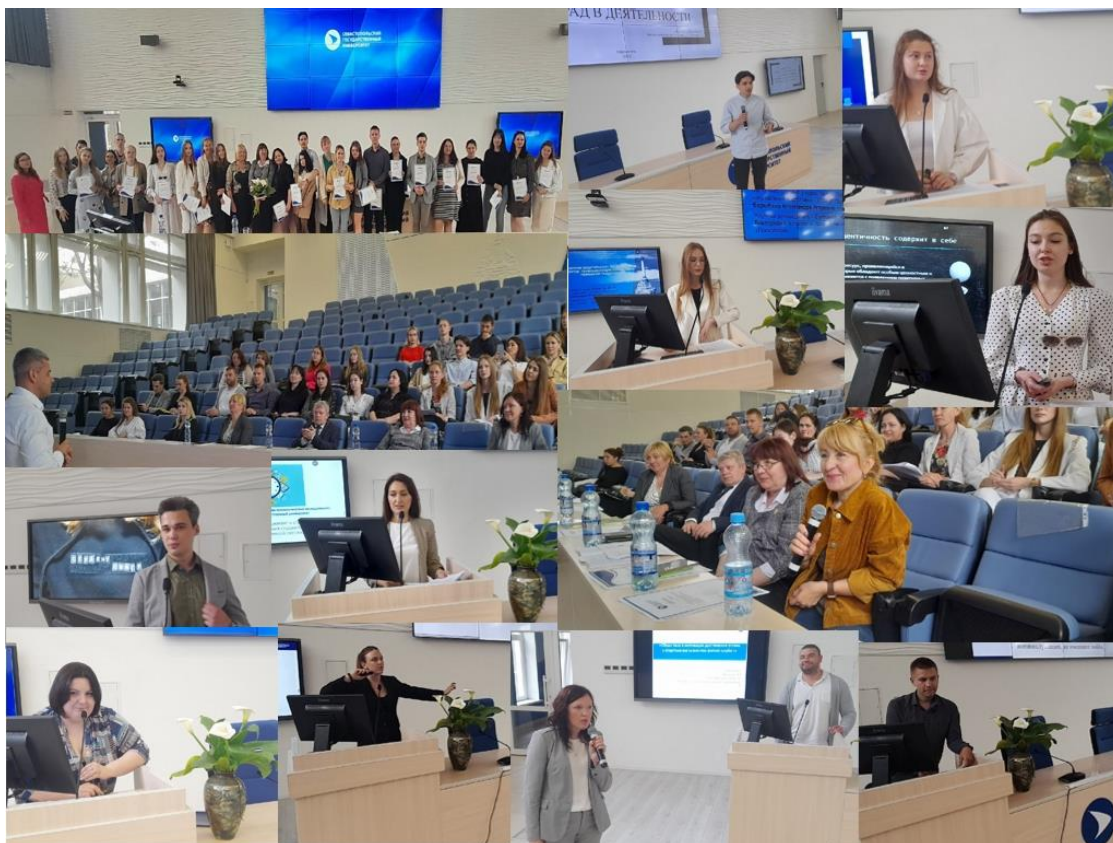


**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Севастопольский государственный университет»  
Гуманитарно-педагогический институт



**СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ**  
материалы I Всероссийской студенческой  
научно-практической конференции

**17 мая 2022**

Севастополь  
2022

УДК 159.9.07(06)  
ББК 88.3я43  
С56

**Организатор:**

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Севастопольский государственный университет», Гуманитарно-педагогический институт, кафедра «Психология»

**Рецензент:**

**А. В. Гришина** - доцент кафедры «Общая психология», канд. психол. наук, доцент Севастопольского экономико-гуманитарного института (филиал) ФГАОУ ВО «Крымский федеральный университет им. В.И. Вернадского»

**Редакционная коллегия:**

**М. В. Косцова**, канд. псих. наук, доцент, доцент кафедры «Психология» Гуманитарно-педагогического института ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»

**С56** Современные тенденции психологических исследований : материалы I Всероссийской студенческой научно-практической конференции, г. Севастополь, 17 мая 2022 г. / Севастопольский государственный университет, Гуманитарно-педагогический институт ; ред. М. В. Косцова. – Севастополь : СевГУ, 2022. – 215 с.

В сборнике содержатся материалы докладов, рассматривающие результаты теоретических и эмпирических исследований в психологии и других смежных науках.

УДК 159.9.07(06)  
ББК 88.3я43

## **ОРГКОМИТЕТ КОНФЕРЕНЦИИ:**

### **Председатель:**

**Авдеева И.Н.**, кандидат психологических наук, доцент, директор Гуманитарно-педагогического института ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет», г. Севастополь.

### **Члены оргкомитета:**

**Медведева С.А.**, кандидат психологических наук, доцент, и.о. заведующего кафедрой «Психология» Гуманитарно-педагогического института ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет», г. Севастополь.

**Бессонова Т.И.**, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Психология» Гуманитарно-педагогического института ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет», г. Севастополь.

**Пономаренко И.Л.**, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Психология» Гуманитарно-педагогического института ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет», г. Севастополь.

**Кадышева Л.Б.**, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Психология» Гуманитарно-педагогического института ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет», г. Севастополь.

**Кажарская О.Н.**, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Психология» Гуманитарно-педагогического института ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет», г. Севастополь.

**Дубовицкая Т.Д.**, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии и дефектологии ФГБОУ ВО «Сочинский государственный университет», г. Сочи.

**Мещерякова Я.В.**, кандидат экономических наук, доцент Волгоградского филиала ФГБОУ ВО «Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова», г. Волгоград.

**Огнёв А.С.**, доктор психологических наук, профессор, научный руководитель института психологии и педагогики Российского Нового университета, почётный работник высшего профессионального образования РФ, г. Москва.

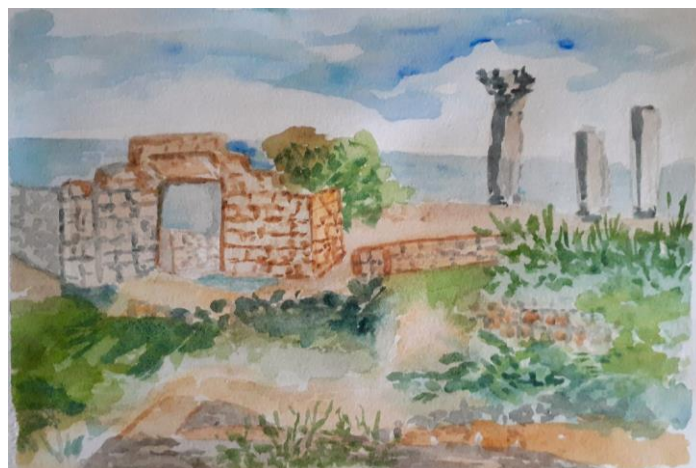
**Сарычев С.В.**, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии ФГБОУ ВО «Курский государственный университет», г. Курск.

**Чунихина Л.В.**, руководитель психологической службы ФГБОУ МДЦ «Артек», АР Крым.

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                                                                                  |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Самохвалова А.А.</b><br>РОЛЬ ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ МАТЕРИ В ФОРМИРОВАНИИ САМООЦЕНКИ РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА                                             | 6   |
| <b>Куркина А.О., Пономаренко И.Л.</b><br>ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЮМОРА КАК СПОСОБА СОВЛАДАНИЯ У ЛЮДЕЙ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ВЫРАЖЕННОСТИ НОРМАТИВНОГО КРИЗИСА МОЛОДОСТИ         | 10  |
| <b>Моисеева Л.С., Смирнова С.В.</b><br>ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О COVID-19 У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ, РИСКИ ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМАТИЗАЦИИ                                         | 17  |
| <b>Усеинова Ф.С.</b><br>ОСОБЕННОСТИ КРЕАТИВНОСТИ И ТВОРЧЕСТВА У ЛИЦ С ОВЗ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В ХУДОЖЕСТВЕННОМ КОЛЛЕДЖЕ                                                 | 22  |
| <b>Шиндина А.Р.</b><br>СПЕЦИФИКА ЧУВСТВА ЮМОРА С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ФЛЕКСИБИЛЬНОСТИ В ПЕРИОД РАННЕЙ ЮНОСТИ                                                           | 25  |
| <b>Новикова Д.М., Кадышева Л.Б.</b><br>ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ                                                                                         | 31  |
| <b>Кряж Д.Д., Зайцева Л.А.</b><br>ВИКТИМНОЕ И РИСКОВАННОЕ ПОВЕДЕНИЕ СУБЪЕКТОВ В СВЯЗИ С ИХ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ОСОБЕННОСТЯМИ                          | 38  |
| <b>Клюева К.И., Ларина Г.Н.</b><br>ОСОБЕННОСТИ МИРООЩУЩЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ                                                                               | 45  |
| <b>Трифорова С.А.</b><br>БАЗОВЫЕ УСТАНОВКИ И СКЛОННОСТЬ К ЭКСТРЕМИСТСКОМУ ПОВЕДЕНИЮ                                                                              | 49  |
| <b>Саркисян К.М., Гришина А.В.</b><br>ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ СТИЛЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ЕГО ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА                                           | 57  |
| <b>Геращенко А.А.</b><br>ВЗАИМОСВЯЗЬ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ БРАКОМ У СУПРУГОВ С РАЗНЫМИ СТРАТЕГИЯМИ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ                                             | 64  |
| <b>Малахова Е.Г.</b><br>ВЛИЯНИЕ ЦВЕТОВОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ХАРАКТЕРИСТИКИ ЗАПОМИНАНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА                                                           | 71  |
| <b>Мазная Ю.Г.</b><br>ТАЙМ МЕНЕДЖМЕНТ В СТРУКТУРЕ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВО ВРЕМЯ ЭКЗАМЕНАЦИОННОЙ СЕССИИ                                               | 79  |
| <b>Гавриловчук Е.А.</b><br>ВЗАИМОСВЯЗЬ ВОПРОСОВ ПСИХОЛОГИИ ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ, НА ПРИМЕРЕ ОПЫТА ПРИДНЕСТРОВЬЯ                           | 87  |
| <b>Жарова И.И., Кондрашихина О.А.</b><br>СТРЕСС-СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ МЕДРАБОТНИКОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19                                    | 96  |
| <b>Слободянюк М.С., Моторная С.Е., Чабаненко С.В.</b><br>КОРРЕЛЯТЫ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНТОВ В УСЛОВИИ ВОЗНИКАЮЩИХ ФАКТОРОВ-ПРЕГРАД В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ         | 101 |
| <b>Тильпунова А.А., Кондрашихина О.А.</b><br>ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРАХА ПРИЦЕЛИВАНИЯ (TARGETRANIC) У СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СТРЕЛЬБОЙ ИЗ ЛУКА | 109 |

|                                                                                                                                                                |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Адамова М.В., Кондрашихина О.А.</b><br>МЕТАКОГНИТИВНАЯ МОДЕЛЬ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19                                   | 115 |
| <b>Кашина В.И.</b><br>ПРОБЛЕМА СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ КАК МЕХАНИЗМА БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ                                                                         | 123 |
| <b>Ищенко Н.С.</b><br>ХОББИ КАК ФАКТОР СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ                                                                                    | 126 |
| <b>Позднякова Н.А., Котелевцев Н.А.</b><br>КОПИНГ-СТРАТЕГИИ В ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ | 132 |
| <b>Варцабова А.Г., Дараева А.А., Иващенко И.Д., Косаш П.Д.</b><br>ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНТОВ                                       | 137 |
| <b>Бунякаина Е.В., Бессонова Т.И.</b><br>ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ СТРЕСС У СТУДЕНТОВ И СПОСОБЫ СОВЛАДАНИЯ С НИМ                                                         | 143 |
| <b>Сухорученкова Е.С.</b><br>КОРРЕКЦИЯ НЕДОСТАТКА ВНИМАНИЯ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗПР                                                                          | 151 |
| <b>Шитова А.С., Поландова Я.Д., Моторная С.Е.</b><br>ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИЯ И ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА БУДУЩИХ ВЫПУСКНИКОВ                                                  | 158 |
| <b>Кашина В.И., Захарова В.В., Косцова М.В.</b><br>ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА К ДОМАШНИМ ПИТОМЦАМ: РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ                          | 166 |
| <b>Белоусова А.И., Михайлова А.Г.</b><br>ИЗУЧЕНИЕ ИСТОРИИ ГОРОДА-ГЕРОЯ СЕВАСТОПОЛЯ ПОСРЕДСТВОМ ГУМАНИСТИЧЕСКИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ                      | 170 |
| <b>Косцова Д.С.</b><br>ЭКСКУРСИЯ В ГОРОД-ГЕРОЙ СЕВАСТОПОЛЬ КАК СОБЫТИЕ ДЛЯ АРТЕКОВЦЕВ (НА ПРИМЕР ФГБОУ МДЦ «АРТЕК»)                                            | 175 |
| <b>Азизова К.И., Мещерякова Я.В.</b><br>СТРАТЕГИЯ MVP КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ ИНСТРУМЕНТ РАЗВИТИЯ БИЗНЕСА                                                              | 181 |
| <b>Угольников И.А.</b><br>ОСОБЕННОСТИ ЕГЭ ПО ОБЩЕСТВОЗНАНИЮ                                                                                                    | 187 |
| <b>Угольников И.А.</b><br>ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НА УРОКАХ ИСТОРИИ, КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ГРАЖДАНСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ                                           | 192 |
| <b>Динисенко Н. В., Бессонова Т.И.</b><br>ПОТЕНЦИАЛ ИННОВАЦИОННОЙ ЛИЧНОСТИ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА                                                                  | 198 |
| <b>Угольников И.А.</b><br>ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПРАВОВОЙ КУЛЬТУРЫ ШКОЛЬНИКОВ                                                                                | 207 |



УДК 159.9

*А.А. Самохвалова,*

*магистр*

*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,*

*Севастополь, Россия*

## **РОЛЬ ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ МАТЕРИ В ФОРМИРОВАНИИ САМООЦЕНКИ РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Аннотация.** В статье изучено соотношение между уровнем личностной тревожности матери и особенностями самооценки ребенка дошкольного возраста.

**Ключевые слова:** тревожность, самооценка, дошкольный возраст, мать, ребенок

*A.A. Samokhvalova,*

*master student,*

*Sevastopol State University, Sevastopol, Russia*

**Abstract.** The article studies the relationship between the level of personal anxiety in the mother and the characteristics of self-esteem of a preschool child.

**Key words:** anxiety, self-esteem, preschool age, mother, child

В настоящее время доподлинно известно, что психологический климат в семье является основой психического развития ребенка. Ведь, как известно, на психическое развитие детей влияют следующие факторы: биологические, социальные, макросреда и микросреда. Безусловно, большую часть времени дети проводят в своей микросреде – своей семье. А значит, данный фактор имеет очень важное значение и влияние на развитие психики ребенка. Однако, психологический климат в семье подвергается влиянию целого ряда факторов, которые могут изменить его и, к сожалению, не всегда в лучшую сторону.

Если посмотреть вглубь и попытаться разобраться в причинах нестабильного психологического климата в семьях, то первоначально следует обратить внимание на психологическое состояние родителей, на уровень их тревожности, который отзеркаливают их дети. Проблему тревожности в уже современной психологии изучали и освещали такие ученые как: А.М. Прихожан, А.Е. Личко, Е. П. Ильин, А. В. Петровский [1; 2; 5]. Вопросы, касающиеся психического развития детей, исследовали: Б. Г. Ананьев, Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин, А. Н. Леонтьев,

В. И. Слободчиков, В. М. Астапов [3; 4; 9]. Статьи последних пяти лет освещают проблему корреляции стилей воспитания, которые формируются, в том числе, и на фоне нарастающей родительской тревожности, и самооценки детей дошкольного возраста, воспитывающихся в этих семьях. Актуальность данного исследования обусловлена нарастающей тревогой, в том числе и родительской, в связи с угрозами всемирной пандемии, ограничений, связанных с ней, стрессогенностью ситуации, угрозой здоровью и, как следствие, тревожности женщин, в том числе и воспитывающих детей дошкольного возраста [1; 8; 10].

Цель данного исследования заключалась в определении соотношения между уровнем тревожности матери и самооценкой ребенка дошкольного возраста. В исследовании принимали 30 женщин в возрасте от 30 до 49 лет и 35 детей дошкольного возраста, воспитываемыми этими женщинами. Для выявления уровня тревожности была выбрана методика – Личностная шкала проявлений тревоги Дж. Тейлора, по результатам которой был установлен уровень тревожности матерей, для диагностики самооценки их детей – методика В.Г. Щур «Лесенка».

Результаты диагностики тревожности: в 33,3% случаях уровень личностной тревоги матери находится в пределах, соответствующих среднему (с тенденцией к высокому) уровню тревоги, высокий уровень тревоги выявлен у 23,3% опрошенных; средний (с тенденцией к низкому), уровень определен у 43,3% опрошенных; очень высокий уровень тревоги не выявлен ни у кого из испытуемых, также как и не выявлен низкий уровень тревоги среди испытуемых.

Далее, было проведено диагностическое исследование самооценки 35 детей дошкольного возраста с помощью методики В.Г. Щур «Лесенка». Было выявлено, что 18 детей (51,4%) имеют завышенную самооценку, при которой и сами дети и их родители (по мнению детей) ставят их на высшие ступеньки, где на ступеньках рядом находится мама, такой вариант расстановки себя в дошкольном возрасте является вариантом нормы; 11 детей – 31,4% имеют адекватную самооценку, которая также совпадает с родительской расстановкой; такая ситуация с завышенной и адекватной самооценкой может быть характерна для детей действительно эмоционально благополучных; и лишь у 6 детей (17,1%) диагностирована заниженная самооценка, что может свидетельствовать о неуверенности в себе, наличии некой тревоги, у этих детей наблюдалась также и неуверенность в ответах.

На основании диагностики уровня тревожности матерей были выделены 2 группы: 1 группа – матери с повышенным уровнем тревожности 57% и 2 группа – с пониженным уровнем тревожности – 43%. Далее осуществлялось сопоставление самооценки детей тех матерей, которые отличаются уровнем тревожности и составляют 1 и 2 группы соответственно. Результаты приведены в таблице 1.

**Таблица 1 - Соотношение уровней тревожности матери и самооценки детей дошкольного возраста**

| №п/п | Уровень самооценки дошкольников | 1 группа | 2 группа | Многофункциональный критерий Фишера |
|------|---------------------------------|----------|----------|-------------------------------------|
| 1    | Завышенный                      | 55%      | 46,7%    | 0,1 (зона не значимости)            |
| 2    | Адекватный                      | 30%      | 33,3%    | 0,208 (зона незначимости)           |
| 3    | Заниженный                      | 15%      | 20%      | 0,386 (зона незначимости)           |

Примечание: 1 группа – матери с повышенным уровнем тревожности, 2 группа – матери с пониженным уровнем тревожности.

Как видно по таблице 1, результаты не являются статистически значимыми. Более того, в группе матерей с повышенным уровнем тревожности несколько выше процент детей с завышенной самооценкой и ниже с заниженной, по сравнению с детьми матерей с пониженной тревожностью. Однако интересно отметить, что адекватный уровень самооценки детей дошкольного возраста выше у женщин с пониженной тревожностью.

Таким образом, в данном исследовании был определен уровень тревожности матерей, воспитывающих детей дошкольного возраста, и особенности самооценки их детей. Невзирая на то, что статистически значимых различий не было выявлено, можно говорить о следующих тенденциях – завышенный уровень тревожности матери приводит к искажению адекватности самооценки ребенка в сторону увеличения или понижения, тогда как заниженный уровень тревожности женщины способствует формированию адекватной самооценки ее ребенка. Конечно, для верификации данных выводов необходимо дополнительное исследование на более объемной выборке.

### **Список литературы**

1. Казначеева, В. А. Связь стилей воспитания с самооценкой и уровнем тревожности детей старшего дошкольного возраста [Текст] / В. А. Казначеева // Научные труды Московского гуманитарного университета. – 2021. – №. 5.
2. Гут, Ю.Н. Взаимосвязь родительского воспитания и выраженности страхов у старших дошкольников [Электронный ресурс] / Ю.Н. Гут, С.В. Шкилев, Н.Н. Доронина, Е.И. Зиборова // Педагогическое образование в России. 2020. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-roditelskogo-vospitaniya-i-vyrazhennosti-strahov-u-starshih-doshkolnikov>.
3. Кочеткова, Т. Н. Самооценка дошкольника как индикатор благополучия семейных отношений [Электронный ресурс] / Т. Н. Кочеткова

- // Общество: социология, психология, педагогика. 2020. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/samootsenka-doshkolnika-kak-indikator-blagopoluchiya-semeynyh-otnosheniy>.
4. Гришина, А. В. Влияние типа семейных отношений на самооценку у подростка: результаты эмпирического исследования / А. В. Гришина, М. В. Косцова, В. В. Григорьева // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2021. – № 5. – С. 51-63. – EDN SQYSZB.
  5. Смирнова, Н. Н. Влияние детско-родительского эмоционального взаимодействия на тревожность детей старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс] / Н. Н. Смирнова // Проблемы современного педагогического образования. 2019. №62-3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-detsko-roditelskogo-emotsionalnogo-vzaimodeystviya-na-trevozhnost-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta10> (дата обращения: 24.11.2021).
  6. Аникина, В. О. Взаимосвязь родительских компетенций, эмоционального состояния и уровня родительского стресса матерей детей дошкольного и младшего школьного возраста [Электронный ресурс] / В. О. Аникина, К. А. Пшонова // Мир науки. Педагогика и психология. 2019. №6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-roditelskih-kompetentsiy-emotsionalnogo-sostoyaniya-i-urovnya-roditelskogo-stressa-materey-detey-doshkolnogo-i-mladshego> (дата обращения: 20.11.2021).
  7. Ульянова, И. О. Роль самооценки в развитии личности дошкольника и психологические условия ее становления [Электронный ресурс] / И. О. Ульянова // Образовательный процесс. 2019. №6 (17). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-samootsenki-v-razvitii-lichnosti-doshkolnika-i-psihologicheskie-usloviya-ee-stanovleniya> (дата обращения: 20.11.2021).
  8. Прихожан, А. М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст [Текст] / А. М. Прихожан. СПб.: Питер, 2009. – 192с.
  9. Гришина, А. В. Понятие детско-родительских отношений / А. В. Гришина, В. В. Григорьева, М. В. Косцова // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2021. – № 5. – С. 43-50. – EDN ZJNIWW.
  10. Смахтина, Т. А. Взаимосвязь стилей семейного воспитания и самооценки в дошкольном возрасте [Электронный ресурс] / Т. А. Смахтина, А. С. Кубекова // Мир науки. Педагогика и психология, 2019 No4, <https://mir-nauki.com/PDF/07PSMN419.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.
  11. Katyhova, P. A. Family and relationships in Russia and in the USA / P. A. Katyhova, D. P. Akperova, M. V. Kostsova // Recent Achievements and Prospects of Innovations and Technologies : Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, Севастополь, 12 апреля 2017 года / Под редакцией Т.Г. Клепиковой, А.Г. Михайловой. – Севастополь: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Севастопольский государственный университет", 2017. – Р. 339-343. – EDN YQMUBB.

УДК 159.95

*А. О. Куркина,*

*студент,*

*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,*

*Севастополь, Россия*

*И.Л. Пономаренко,*

*кандидат психол. наук, доцент*

*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,*

*Севастополь, Россия*

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЮМОРА КАК СПОСОБА СОВЛАДАНИЯ У ЛЮДЕЙ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ВЫРАЖЕННОСТИ НОРМАТИВНОГО КРИЗИСА МОЛОДОСТИ**

**Аннотация:** В статье рассматривается возможность наличия различий в количественном использовании юмора как способа совладания во время нормативного кризиса молодости: в качестве копинг-стратегии и защитного механизма психики.

**Ключевые слова:** нормативный кризис молодости, юмор, способы совладания.

*A. O. Kurkina,*

*student,*

*Sevastopol State University, Sevastopol, Russia*

*I.L. Ponomarenko,*

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,*

*Sevastopol State University,*

*Sevastopol, Russia*

## **USING HUMOR AS A WAY OF COPING IN PEOPLE WITH DIFFERENT LEVELS OF SEVERITY NORMATIVE CRISIS OF YOUTH**

**Abstract:** The article considers the possibility of differences in the quantitative use of humor as a way of coping during the normative crisis of youth: as a coping strategy and a protective mechanism of the psyche.

**Keywords:** normative crisis of youth, humor, coping methods.

Влияние юмора как средства преодоления сложных жизненных ситуаций волновало ученых с момента зарождения науки. На протяжении жизни человек использует юмор для снятия напряжения, безопасного выражения своих мыслей и отождествления себя с определенной социальной группой. Продуктивность юмора как средства совладания с проблемой определяется также выбором одного из стилей юмора: аффилиативный, самоподдерживающий, агрессивный и самоуничижительный [4].

На данный момент юмор рассматривается с диалектической точки зрения: в определенных ситуациях его использование ведет к разрешению проблемы, в других – к ее усугублению. Например, он оказывает положительное влияние при трудных стрессовых ситуациях и помогает сплочению коллектива, повышению его продуктивности при использовании менее агрессивных стилей юмора. Агрессивный юмор, эффективный в критической ситуации для поддержания самоконтроля и настроения, не уместен в бытовой, рабочей обстановке, так как способствует нарастанию цинизма и эмоционального выгорания [4].

Согласно периодизации принятой на симпозиуме Академии педагогических наук СССР (1965 год) молодость или ранняя взрослость протекает в рамках от 21 года до 35 лет. К характерным особенностям возраста причисляют профессиональную деятельность как ведущую, попытки профессионального самоопределения социальную зрелость, субъективность и потребность в родительстве как новообразования. В данный период личность осваивает активную жизненную позицию в социальных взаимоотношениях, принимая новые социально-ролевые нормы и модели, расширяя круг общения и деятельности. В это время молодой человек стремится развивать собственный потенциал, и от степени его реализованности зависит проявление эффекта консервации возраста [1].

Кризис ранней взрослости связан с условиями, которые ставит перед человеком особенности возраста (ведущая деятельность, социальное окружение, наличный уровень развития организма). Следовательно, проявления данного явления будут связаны с профессиональной средой, достижениями в социальной сфере и переоценкой личностных качеств, согласно новым особенностям окружающей действительности. Внешними симптомами выступают раздражительность, как по отношению к себе, так и к окружающим людям, разочарование в профессиональной деятельности, снижение потребности в общении, чувство одиночества, депрессия, снижение самооценки [9].

Возрастные границы кризиса, а также особенности его протекания мало изучены по причине скрытности его протекания и более длительный временной разрыв между кризисами, известны внешние симптомы кризисного состояния. Вследствие указанных факторов возникают проблемы в определении и разработки методик изучения нормативного кризиса. Кроме того, немногочисленный диагностический инструментарий опирается на симптоматику – эмоциональные переживания личности и их интенсивность,

– не учитывая закономерные условия и характеристики протекания нормативного кризиса ранней взрослости.

Нами было выдвинуто предположение о том, существуют количественные различия в применении юмора как способа совладания с нормативным кризисом молодости у людей с разной выраженностью его протекания. В качестве показателей, отражающих наличие и выраженность нормативного кризиса молодости, были выделены шкалы:

1. Шкала эмоционального напряжения во время кризиса молодости на основе шкал методики «Психологические состояния личности, Джеральд», баллы по которым превышают низкий уровень выраженности (2 балла и меньше). Если количество таких шкал превышает 4, это расценивается как выраженное эмоциональное напряжение [5].

2. Шкала удовлетворенности жизнью и положительного образа себя на основе соответствующих шкал методики «Определение доминирующего состояния, ДС-8» Л. В. Куликова. Данные показатели считаются значимыми, если количество баллов по ним насчитывается менее 41 (соответствует низкому уровню) [3].

3. Шкала неудовлетворенности социальным положением на основе шкалы интегрального уровня социальной фрустрированности по методике «Уровень социальной фрустрированности», Вассермана. Показатели учитываются при превышении уровня нормы (2,4) [2].

Представим основные результаты исследования.

Выборка составила 40 добровольцев в возрасте от 21 до 35 лет (согласно периодизации 1965 года) различных рода деятельности, социального статуса, а также половой принадлежности. После анализа данных выяснилось, что высокому уровню выраженности нормативного кризиса молодости соответствуют 9 человек, среднему – 12. Те, чьи проявления кризиса несущественны или полностью отсутствуют по тем или иным причинам, выделены в группу и обозначены как испытуемые с отсутствием нормативного кризиса молодости – 15 человек.

У 4 человек по методике «Психологические состояния личности» Т. Р. Джеральда более половины шкал имели значение 0. Нами данный показатель был расценен как неосознанное избегание рефлексии по темам, связанным с вопросами данных шкал, или намеренное введение в заблуждение экспериментатора с целью получения социально-одобряемых результатов. Поэтому результаты данных испытуемых при математическом анализе не учитывались.

Таким образом, были сформированы следующие группы испытуемых:

- 1) с высоким уровнем выраженности нормативного кризиса молодости и его отсутствием;
- 2) с разным уровнем выраженности нормативного кризиса молодости;
- 3) со средним уровнем выраженности нормативного кризиса молодости и его отсутствием.

В качестве методик измерения предпочтения в использовании юмора как средства совладания были использована шкала «Юмор» по методикам «Методика измерения психологической защиты (Е. Р. Пилюгина, Р. Ф. Сулейманов) [6], «Шкала совладания со стрессом COPE» (К. Карвер, М. Шейер, Дж. Вейнтрауб в адаптации коллектива под руководством Т. О. Гордеева) [8].

В таблицах 1, 2, 3 представлены результаты анализа различий в уровне использования юмора как стратегии совладания у испытуемых с разным уровнем выраженности нормативного кризиса молодости, в том числе, его отсутствием. Для определения наличия или отсутствия статистически значимых различий, использован U-критерий Манна-Уитни [7].

Таблица 1 – Результаты анализа различий в уровне использования юмора как стратегии совладания у испытуемых с высоким уровнем выраженности нормативного кризиса молодости и его отсутствием с использованием U-критерия Манна-Уитни

| Шкала       | Значение $U_{Эмп}$ | Расположение значения $U_{Эмп}$ на оси значимости | Вывод о наличии статистически значимых различий |
|-------------|--------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Юмор (МИЗС) | $U_{Эмп} = 64$     | Находится в зоне незначимости.                    | Отсутствие статистически значимых различий.     |
| Юмор (COPE) | $U_{Эмп} = 54.5$   | Находится в зоне незначимости.                    | Отсутствие статистически значимых различий.     |

Таблица 2 – Результаты анализа различий в уровне использования юмора как стратегии совладания у испытуемых с разным уровнем выраженности нормативного кризиса молодости с использованием U-критерия Манна-Уитни

| Шкала       | Значение $U_{Эмп}$ | Расположение значения $U_{Эмп}$ на оси значимости | Вывод о наличии статистически значимых различий   |
|-------------|--------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| Юмор (МИЗС) | $U_{Эмп} = 52.5$   | Находится в зоне незначимости.                    | Отсутствие статистически значимых различий.       |
| Юмор (COPE) | $U_{Эмп} = 29.5$   | Находится в зоне неопределенности.                | Возможно наличие статистически значимых различий. |

Таблица 3 – Результаты анализа различий в уровне использования юмора как стратегии совладания у испытуемых со средним уровнем выраженности нормативного кризиса молодости и его отсутствием с использованием U-критерия Манна-Уитни

| Шкала       | Значение $U_{\text{Эмп}}$ | Расположение значения $U_{\text{Эмп}}$ на оси значимости | Вывод о наличии статистически значимых различий |
|-------------|---------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Юмор (МИЗС) | $U_{\text{Эмп}} = 77$     | Находится в зоне незначимости.                           | Отсутствие статистически значимых различий.     |
| Юмор (COPE) | $U_{\text{Эмп}} = 57$     | Находится в зоне незначимости.                           | Отсутствие статистически значимых различий.     |

Анализ полученных данных показал возможность различия в количестве использования юмора как копинг-стратегии у испытуемых с высоким и средним уровнем нормативного кризиса молодости. Для выявления, в какой из выборок юмор в качестве копинга применяется чаще, было вычислено соотношение высоких, средних и низких показателей. Так, в выборке с наиболее выраженным нормативного кризиса молодости часто используют юмор как копинг-стратегию 7 человек (77,8%), со средними – 1 человек (11,1%), с низкими – 1 человек (11,1%). В выборке со средней выраженностью: часто используют 1 человек (8,3%), в среднем – 91,7% (11 человек), редко – 0. В выборке с отсутствием выраженности: часто используют – 46,7% (7 человек), в среднем – 53,3% (8 человек), редко – 6,7% (1 человек).

Итак, чаще всего среди испытуемых к юмору в качестве копинг-стратегии прибегали люди с высоким уровнем выраженности нормативного кризиса молодости и его отсутствием. В таком случае, испытуемые со средним уровнем выраженности нормативного кризиса молодости шутят скорее умеренно, чем испытуемые с высокой выраженностью. Возможно, сильное эмоциональное напряжение и фрустрированность побуждают личность использовать юмор как стратегию поведения чаще, но при этом не очевидна его влияние на ситуацию.

*Выводы:* Опираясь на полученные данные, можно констатировать, что юмор как защитный механизм психики на выраженности протекания кризиса молодости не сказывается или сказывается незначительно, как у испытуемых, имеющих средний уровень выраженности нормативного кризиса молодости, и у испытуемых, у кого кризис не выражен по тем или иным причинам. Не было выявлено различий в применении юмора как копинг-стратегии у испытуемых с высоким уровнем выраженности нормативного кризиса молодости и его отсутствием, а также в выборке со средним уровнем нормативного кризиса молодости и его отсутствием.

Таким образом, не следует определять эффективность совладания человека с ситуацией нормативного кризиса молодости по частоте использования юмора. Однако по количеству упоминания тех или иных тем

можно выявить проблемную зону, наиболее отрефлексированную личностью. Данное предположение сделано на основе знания компонента чувства юмора, предполагающего понимание темы, вокруг которой строится шутка. Если личность раз за разом высмеивает один и тот же вопрос, переводя на него в разных ситуациях, значит, именно его она рефлексировала наиболее часто.

### Список литературы

1. Андреева, Т. В. Семейная психология [Текст] / Т. В. Андреева. – Санкт-Петербург : Питер, 2014. – 336 с.
2. Вассерман, Л. И. Методика для психологической диагностики способов совладания [Текст] / Л. И. Вассерман и коллектив авторов. – Санкт-Петербург : НИПНИ им. Бехтерева, 2007. – 39 с.
3. Куликов, Л. В. Психология настроения [Текст] / Л. В. Куликов. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского университета, 1997. – 228 с.
4. Мартин, Р. Психология юмора [Текст] / Р. Мартин. – Санкт-Петербург : Питер, 2009. – 480 с.
5. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Книга 1. Теории личности : учебник и практикум для среднего профессионального образования [Текст] / Р. С. Немов. – Москва : Юрайт, 2020. – 349 с.
6. Пилюгина, Е. Р. Двухмерная классификация механизмов психологической защиты [Текст] / Е. Р. Пилюгина // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2020. – № 2. – С. 270-280.
7. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии [Текст] / Е. В. Сидоренко. – Санкт-Петербург : Речь, 2000. – 300 с.
8. Рассказова, Е. И. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE [Текст] / Е. И. Рассказова, Т. О. Гордеева, Е. Н. Осин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2013. – Т. 10. – № 1. – С. 82-118.
9. Яшкова, А. Н. Возрастная психология : учебное пособие для студентов вузов [Текст] / А. Н. Яшкова, Н. Ф. Сухарева ; Мордовский государственный педагогический институт. – Саранск : РИЦ МГПИ, 2011. – 101 с.
10. Shindina, A. The sense of humor features of different depression levels in youth / A. Shindina, A. Grishina, M. Kostsova // 29 апреля 2021 года, 2021. – P. 569-572. – EDN DPQQHY.
11. Rudakov, A. S. Stress and coping strategies of students-future engineers in the field of energy / A. S. Rudakov, M. V. Kostsova // Recent Achievements and Prospects of Innovations and Technologies : материалы VII Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, Севастополь, 18 апреля 2018 года / Под редакцией Т. Г. Клепиковой,

А.Г. Михайловой. – Севастополь: ФГБОУ ВО «Керченский государственный морской технологический университет» ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Севастопольский государственный университет", 2018. – Р. 687-690. – EDN XVEFQT.

**УДК 159.95**

*Л.С. Моисеева,  
студент 4 курса направления «Психология служебной деятельности»*

*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
Севастополь, Россия*

*С.В. Смирнова*

*кандидат психол. наук, доцент*

*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,*

*Севастополь, Россия*

## **ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О COVID-19 У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ, РИСКИ ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМАТИЗАЦИИ**

**Аннотация:** всё более актуальной становится тема последствий пандемии COVID-19 для психического здоровья человека. Различные группы ученых высказывают свое мнение по данной проблеме. В статье представлено исследование представлений студентов о пандемии COVID-19 и раскрыта проблема влияния состояний, переживаемых студентами в период пандемии на их психическое здоровье.

**Ключевые слова:** студенты, представление, пандемия COVID-19(коронавирус), психическая травматизация.

*Moiseeva L.S.,  
4th year student of the department "Psychology of service activity" of the  
Humanitarian and Pedagogical Institute of Sevastopol State University,  
Sevastopol, Sevastopol, Russia*

*S.V. Smirnova,  
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia*

## **PERCEPTIONS OF COVID-19 AMONG STUDENTS, RISKS OF MENTAL TRAUMA**

**Annotation:** the topic of the consequences of the COVID-19 pandemic for human mental health is becoming more and more relevant. Various groups of scientists express their opinions on this problem. The article presents a study of students' perceptions of the COVID-19 pandemic and reveals the problem of the influence of conditions experienced by students during the pandemic on their mental health.

**Keywords:** students, presentation, COVID-19 pandemic(coronavirus), mental trauma.

Начавшаяся в конце 2019-начале 2020 г. пандемия COVID-19 внесла колоссальные изменения во все сферы жизнедеятельности человека и разрушительно повлияла на его психическое здоровье. Огромное влияние коронавирус оказал также на сферу образования. Пандемия, самоизоляция и онлайн - обучение, недостаток личностного общения изменили жизнь студентов.

В таких условиях студентам необходимо было практически полностью изменить свой привычный образ жизни, перестроиться и найти внутренние ресурсы для того, чтобы продолжать жить и учиться.

В ситуации пандемии у студентов растет неуверенность в будущем, которая оказывает деструктивное влияние, приводя студентов в состояние стресса, беспокойства, которое может перейти в депрессию, тревожные расстройства или спровоцировать суицидальные мысли [7].

Ситуация неопределенности, неуверенности, недостатка информации и страха заражения также оказывает отрицательное влияние на психическое здоровье студентов, формируя тенденцию к ухудшению эмоционального состояния [6].

Такого рода психические состояния осложняют принятие адекватных решений, что может усугубить ситуацию и привести к серьезным психическим травмам.

Вышеизложенное отмечает актуальность данной проблемы. Таким образом, целью исследования является изучение представлений студенческой молодежи о COVID-19, а также факторов психической травматизации в период пандемии.

Экспериментальная выборка состоит из студентов Севастопольского государственного университета 3-4 курса специальностей «Психология» и «Психология служебной деятельности». Объем выборки составляет 25 человек. Максимальный возраст испытуемого - 24. Минимальный - 18. Средний возраст испытуемого - 21. Половой состав выборки составляет 20% юношей и 80% девушек.

*Эмпирические методы исследования:* методика определения нервно-психической устойчивости, риска дезадаптации в стрессе «Прогноз»; опросник «Восприятие пандемии COVID-19» разработанной в Первичко Е.И., Митиной О.В., Степановой О.Б., Конюховская Ю.Е., Дорохова Е.А., опросник «Уровень страха перед коронавирусом-19».

Таким образом, у большинства (52%) испытуемых выявлен неудовлетворительный уровень нервно-психической устойчивости. Такие студенты при значительных психических нагрузках, вероятно, будут склонны к нервно-психологическим срывам и различным нарушениям психической деятельности.

Однако, удовлетворительная нервно-психическая устойчивость определена также у значительной группы студентов (36%), что говорит об их склонности к умеренным нарушениям психической деятельности, которые могут сопровождаться неадекватным поведением или восприятием действительности. Небольшой процент испытуемых (8%) обладает хорошим уровнем нервно-психической устойчивости, что характеризуется небольшой вероятностью нервно-психических срывов, также у них сохранена адекватная самооценка и оценка окружающей среды. Возможны единичные, кратковременные нарушения поведения в экстремальных ситуациях при значительных физических и эмоциональных нагрузках.

Далее исследовалось восприятие студентов COVID-19. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Результаты по методике  
«Восприятие пандемии COVID-19»

| Восприятие угрозы пандемии COVID-19 для жизни | Количество испытуемых | Процент, % | Ощущение контроля пандемии | Количество испытуемых | Процент, % |
|-----------------------------------------------|-----------------------|------------|----------------------------|-----------------------|------------|
| Низкий                                        | 8                     | 32         | Низкий                     | 1                     | 4          |
| Средний                                       | 16                    | 64         | Средний                    | 22                    | 88         |
| Высокий                                       | 1                     | 4          | Высокий                    | 2                     | 8          |
| Очень высокий                                 | 0                     | 0          | Очень высокий              | 0                     | 0          |

Исходя из полученных данных, можно отметить, что пандемию COVID-19 в качестве угрозы для жизни на высоком уровне воспринимают лишь 4% испытуемых. Это может свидетельствовать о достаточной информированности студентов о заболевании, с момента начала пандемии.

Тем не менее, у 64% испытуемых отмечаются опасения среднего уровня, что говорит о взвешенном отношении к заболеванию и адекватному распределению адекватных эмоциональных реакций в отношении ситуации пандемии.

Около трети студентов вовсе не воспринимают пандемию COVID-19 как нечто угрожающее для жизни.

Касаемо другой шкалы всё более однозначно. Большинство, а именно 82% студентов ощущают контроль над ситуацией пандемии на среднем уровне, что в свою очередь может свидетельствовать об адекватном отношении к ситуации пандемии, без выраженного риска психической травматизации.

Однако, 8% испытуемых уверены в высоком ощущении контроля над пандемией, что может быть вызвано личностными особенностями и удачным личным опытом встречи с заболеванием. И всего 4% обладают низким уровнем ощущения контроля над пандемией, что может быть связано с характерологическими особенностями личности или неудачным опытом.

Далее было исследовано чувство страха перед пандемией COVID-19. Обобщенные результаты представлены в таблице 2.

Таблица 3 - Результаты по методике «Масштаб страха перед коронавирусом-19»

| Уровень страха перед коронавирусом-19 | Количество испытуемых | Процент, % |
|---------------------------------------|-----------------------|------------|
| Низкий                                | 18                    | 72         |
| Средний                               | 6                     | 24         |
| Высокий                               | 1                     | 4          |

У большинства испытуемых (72%) выявлен низкий уровень страха перед пандемией COVID-19, что может подтверждать понимание заболевания, его патогенеза, лечения и возможных осложнений. [2;100] Так как, чем больше проводятся исследования пандемии COVID-19, тем понятнее становится само заболевание и, тем меньше уровень страха перед ним. Однако, среди испытуемых 24% испытывают средний уровень страха перед пандемией COVID-19 и 4% студентов с высоким уровнем страха.

В результате проведения и анализа, представленного в работе эмпирического исследования, у большей части испытуемых был выявлен неудовлетворительный уровень нервно-психической устойчивости, указывающий на склонность к нервным срывам, нарушениям психической деятельности, неблагоприятным прогнозам к адаптации и повышенному риску психической травматизации. И, несмотря на данный факт, испытуемые демонстрирует средний уровень восприятия пандемии COVID-19 как угрозы для жизни, и, по их субъективной оценке, на том же уровне студенты имеют контроль над ситуацией пандемии. Подавляющее большинство студентов имеют низкий уровень страха перед пандемией COVID-19.

#### Список литературы:

1. Айтышева И., Молчанов С.Н. Психические расстройства при коронавирусной инфекции // DIZWW. 2021. №19-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihicheskie-rasstroystva-pri-koronavirusnoy-infektsii> (дата обращения: 08.10.2021).
2. Гриценко В.В., Резник А.Д., Константинов В.В. и др. Страх перед коронавирусом заболеванием (COVID-19) и базисные убеждения личности Клиническая и специальная психология 2020. Том 9. № 2. С. 99–118.
3. Гришина, А. В. Исследование копинг-стратегий подростков до и во время пандемии / А. В. Гришина, М. В. Косцова, В. А. Быстрыков // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – № 72-1. – С. 351-356. – EDN VTLKXI.
4. Иоселиани Аза Давидовна, Зарубина Полина Дмитриевна Социальное поведение людей в пандемию covid-19 // Манускрипт. 2021. №6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnoe-povedenie-lyudey-v-pandemiyu-covid-19> (дата обращения: 08.10.2021).

5. Куксо П. А., Куксо А. Г. Личностные особенности и состояния студентов с разным уровнем нервно-психической устойчивости // *Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches*. 2018, Vol. 7, Is. 1A.
6. Нелюбова Т. А. К вопросу о динамике эмоционально-вегетативных дисфункций // *Труды конференции аспирантов и клинических ординаторов КГМИ. Фрунзе, 1971. Т. 72, С. 109—113.*
7. Скотникова И.Г., Егорова П.И., Огаркова (Дубинская) Ю.Л., Жиганов Л.С. Психологические особенности переживания неопределенности при эпидемии covid-19 // *Социальная и экономическая психология*. –2020. – с.352-366.
8. Харламенкова Н.Е., Быховец Ю.В., Дан М.В., Никитина Д.А. Переживание неопределенности, беспокойства, тревоги в условиях COVID-19/ *Спб.: Питер*. –2020. – с.36-40.
9. Шакирова А.Т., Койбагарова А.А., Осмоналиев М.К., Ахмедов М.Т., Ибраимова А.Дж. Влияние covid-19 на психологическое состояние людей // *Евразийский Союз Ученых*. 2020. №10-3 (79). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-covid-19-na-psihologicheskoe-sostoyanie-lyudey>.
10. Последствия двухлетнего периода пандемии COVID-19: психологический аспект / А. В. Гришина, М. В. Косцова, А. В. Маричева, С. В. Смирнова // *Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета*. – 2022. – № 1(61). – С. 317-325. – EDN EAMTIZ.
11. Kostsova, M. Features of behavioral response to pandemic (on the example of English language teachers) / M. Kostsova, A. Grishina, G. Borisov // , 29 апреля 2021 года, 2021. – P. 532-541. – EDN OASGVW.

УДК 159.95

*Ф.С. Усеинова,  
магистр*

*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,*

*Севастополь, Россия*

## **ОСОБЕННОСТИ КРЕАТИВНОСТИ У ТВОРЧЕСТВА У ЛИЦ С ОВЗ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В ХУДОЖЕСТВЕННОМ КОЛЛЕДЖЕ**

**Аннотация:** в статье представлены результаты эмпирического исследования обучающихся с ОВЗ на базе художественного колледжа.

**Ключевые слова:** студенты, творчество, креативность, студенты с ОВЗ.

*F.S. Useinova,  
Master  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia*

## **FEATURES OF CREATIVITY IN CREATIVITY IN PERSONS WITH DISABILITIES STUDYING AT AN ART COLLEGE**

**Abstract:** the article presents the results of an empirical study of students with disabilities on the basis of an art college.

**Keywords:** students, creativity, creativity, students with disabilities.

Креативность является сложным, многоплановым и неоднородным явлением, что выражается в большом разнообразии научных подходов к изучению данного явления. В изучение креативности внесли вклад такие выдающиеся деятели психологической мысли как Д.Б. Богоявленская, Дж. Гилфорд, А.М. Матюшкин, Я.А. Пономарев, К. Роджерс, С. Л. Рубинштейн, Р. Стернберг, Э. Торренс, Б. М. Теплов, З.Фрейд и др. В настоящее время накоплен значительный теоретический и экспериментальный материал, свидетельствующий о роли личности в развитии креативности и творческих способностей. Тем не менее, очень многие вопросы развития креативности остаются открытыми, особенно для обучающихся с особенностями здоровья [1-5].

Целью данной статьи является – выявить особенности творческих способностей у обучающихся с ОВЗ художественного колледжа.

Согласно проведенному теоретическому анализу, можно выделить следующее: креативность является универсальным свойством личности, которое проявляется во время творческого процесса как способность порождать разнообразный, социально важный, оригинальный продукт и производительные пути его применения; способность находить решения в

нестандартных ситуациях; свойство, которое реализуется только при благоприятных условиях среды на высоком уровне в различных областях человеческой деятельности в течение своей жизни.

Для выявления особенностей творческих способностей обучающихся с ОВЗ были определены две группы, группа А – обучающиеся с ОВЗ, группа – Б – обучающиеся колледжа без особенностей здоровья.

На первом этапе диагностического исследования была проведена диагностика креативности обучающихся с использованием методик Э. П. Торренса, С. Медника и Е. Туник. После обработки индивидуальных данных были посчитаны средние значения, как по всей выборке, так и отдельно по группам (см. рис.1).

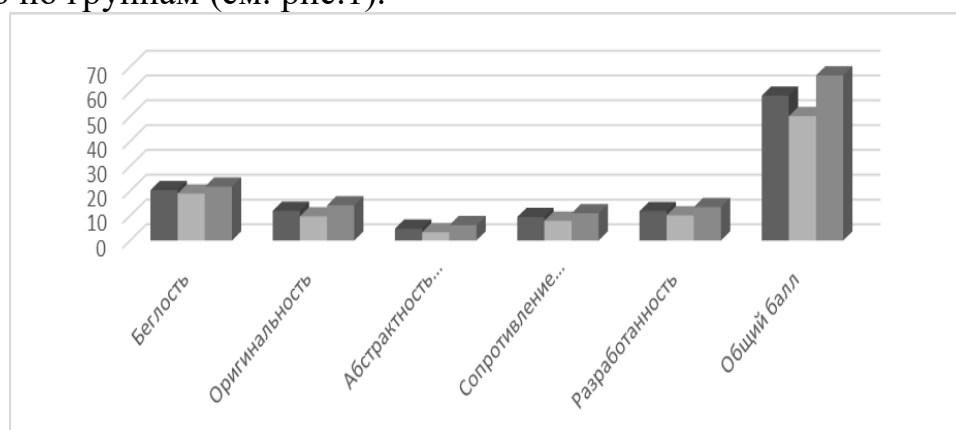


Рисунок 1. - Средние значения в группах А и Б по методике Э. Торренса

Для установления гендерных особенностей креативности обучающихся колледжа использовался U-критерий Манна-Уитни (см. Таблицу 1.).

Таблица 1 - Различия креативности обучающихся колледжа по методике Э. Торренса

|                       | Беглость | Оригинальность | Абстрактность<br>названия | Сопротивление<br>замыканию | Разработанность | Общий балл |
|-----------------------|----------|----------------|---------------------------|----------------------------|-----------------|------------|
| Вся выборка           | 20,33    | 11,98          | 4,78                      | 9,48                       | 11,83           | 58,38      |
| Группа А              | 18,95    | 9,75           | 3,35                      | 7,95                       | 10,15           | 50,15      |
| Группа Б              | 21,70    | 14,20          | 6,20                      | 11,00                      | 13,50           | 66,60      |
| U Манна-Уитни         | 154,5    | 104,0          | 106,5                     | 130,0                      | 136,0           | 116,5      |
| Уровень<br>значимости | 0,218    | 0,009**        | 0,011*                    | 0,057                      | 0,083           | 0,024*     |

\* - различия достоверны на уровне 0,05

\*\* - различия достоверны на уровне 0,01

Достоверные статистические различия были установлены по двум параметрам креативности, которые измеряются тестом Э. Торренса – по шкалам «оригинальность» и «абстрактность названия». Было выявлено, что в группе Б (у обучающихся без особенностей здоровья) выше показатели по критерию: «оригинальность» и «абстрактность названия», в группе А показатели креативности значимо ниже.

Данное полевое исследование показывает актуальность разработки программы по развитию творческих способностей для обучающихся колледжа с особыми потребностями. Развитие творческих способностей у респондентов будет содействовать не только более успешному овладению профессии, но и личностному росту, психическому здоровью.

### Список литературы

1. Гришина, А. В. Уровни алекситимии у старшеклассников с разными типами эмоциональной направленности личности / А. В. Гришина, М. В. Косцова, В. А. Быстрыков // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. – 2021. – № 3(59). – С. 474-481. – EDN GJFJBT.
2. Гендерные особенности творческих способностей у подростков / М. В. Косцова, А. В. Гришина, Л. В. Чунихина, Ю. Ю. Сикорская // E-Scio. – 2021. – № 1(52). – С. 334-342. – EDN JNDOCT.
3. Подготовка будущих руководителей в контексте проектного высшего образования / М. В. Косцова, М. Р. Субаева, П. А. Скосырская, Д. С. Косцова // Современный менеджмент: проблемы, анализ тенденций, перспективы развития : Материалы IV международной научно-практической конференции, Волгоград, 15 февраля 2022 года. – Волгоград: Общество с ограниченной ответственностью "Сфера", 2022. – С. 135-141. – EDN AZSVJD.
4. Radchenko, S. Self-expression and self-development as the main motives of learning foreign languages among the students / S. Radchenko, M. Kostsova // Recent Achievements and Prospects of Innovations and Technologies : Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, Керчь, 22 апреля 2019 года. – Керчь: ФГБОУ ВО «Керченский государственный морской технологический университет», 2019. – Р. 532-537. – EDN MMKIJT.
5. Example of the Use of Artificial Neural Network in the Educational Process / I. Suleimenov, A. Bakirov, D. Matrassulova [et al.] // Advances in Intelligent Systems and Computing. – 2020. – Vol. 1129 AISC. – P. 420-430. – DOI 10.1007/978-3-030-39445-5\_31. – EDN PHXSZV.

УДК 159.95

*А.Р. Шиндина  
Федеральное государственное автономное образовательное  
учреждение высшего образования  
Севастопольский экономико-гуманитарный институт (филиал)  
Севастополь, Россия*

### **СПЕЦИФИКА ЧУВСТВА ЮМОРА С РАЗНЫМ УРОВНЕМ КОГНИТИВНОЙ ФЛЕКСИБИЛЬНОСТИ В ПЕРИОД РАННЕЙ ЮНОСТИ**

**Аннотация.** В работе рассмотрена проблема изучения специфики чувства юмора с разным уровнем когнитивной флексibility в период ранней юности. Статистический анализ полученных показателей чувства юмора и когнитивной флексibility в ранней юности не показал наличие статистически значимых корреляционных связей между изучаемыми направлениями. Результаты исследования могут быть использованы психологами в целях разработки программ психологического сопровождения старшеклассников; тренингов развития чувства юмора старшеклассников.

**Ключевые слова.** Чувство юмора, когнитивная флексibility, ранняя юность

**Shindina Anastasiya**  
*3rd year student Psychology Department  
Sevastopol Economic and Humanitarian Institute  
of Federal Crimean University by V. I. Vernadsky*

*Sevastopol, Russia*

### **SPECIFICITY OF SENSE OF HUMOR WITH DIFFERENT LEVELS OF COGNITIVE FLEXIBILITY IN EARLY ADOLESCENCE**

**Annotation.** The paper considers the problem of studying the specifics of a sense of humor with different levels of cognitive flexibility in early adolescence. Statistical analysis of the obtained indicators of sense of humor and cognitive flexibility in early adolescence did not show the presence of statistically significant correlations between the studied areas. The results of the study can be used by psychologists to develop programs for the psychological support of high school students; trainings for the development of a sense of humor in high school students.

**Keywords.** Sence of humor, cognitive flexibility, early adolescence .

Актуальность рассматриваемой в рамках научной статьи темы обусловлена тем, что период ранней юности характеризуется своей неопределенностью, абстрактностью, а также приближением социальной

зрелости. Следовательно, в ранней юности чувство юмора будет определяться как защитный механизм, связанный с разным уровнем флексиби́льности, неосознанно подводящий к неспособности личности, организовывать свою познавательную деятельность и интеллектуальное поведение в зависимости от изменившихся условий. Клиническими психологами и психиатрами предлагаются описания наблюдений над спонтанными проявлениями смеха, улыбки, вербального и поведенческого чувства юмора (дурашливость, веселость). И хотя попыток интерпретации этих проявлений совсем немного, и они в основном сводятся к называнию, обозначению наблюдаемого в виде «смеховой депрессии» (Б. Д. Карвасарский, Ю. С. Савенко) или «расстройств чувства юмора» (В. М. Блейхер, И. В. Крук).

В настоящее время в науке не выработан единый подход к проблеме юмора как защитной реакции поведения человека. Особенно малоизученной оказалась структура флексиби́льности в период ранней юности. И решение данной проблемы требует комбинированных подходов и методов, основанных на знании и использовании, как традиционных теории, так и последних достижений поведенческих наук [4].

Исходя из актуальности проблемы была определена цель статьи – теоретический анализ и эмпирической исследование феномена чувства юмора и когнитивной флексиби́льности обучающихся в школе.

Гипотезой нашего исследования стало предположение о том, что между чувством юмора и когнитивной флексиби́льности в ранней юности существует взаимосвязь.

Анализ теоретических источников по теме исследования позволил акцентировать внимание на следующих моментах:

По терминологии А.Н. Лука, чувством юмором является особая категория восприятия мира – «метаотношение» к действительности, которое служит одним из проявлений творческой сути субъекта.

В периоде ранней юности флексиби́льность помогает молодым людям осваивать «чувство нового», отказываясь от привычного на уровне отдельного компонента или всей программы поведения в целом [1].

По Г.В. Залевскому флексиби́льность выражается не исчерпыванием параметрами мышления, убеждений, эмоционально-волевой сферы; она гораздо шире охватывает все подструктуры молодой личности [2].

Таблица 1 — Тематика научных работ по проблеме чувство юмора в последние годы (контент-анализ статей в РИНЦ)

|    | Тематика ответственности в научных работах разного направления | количество работ по теме | (%)  |
|----|----------------------------------------------------------------|--------------------------|------|
| 1. | Чувство юмора в психологии                                     | 32                       | 37,2 |

|   |                                     |    |       |
|---|-------------------------------------|----|-------|
| 2 | Чувство юмора в общественных науках | 18 | 20,93 |
| 3 | Чувство юмора в медицине            | 6  | 6,92  |
| 4 | Чувство юмора в педагогике          | 9  | 10,46 |
| 5 | Чувство юмора в политике            | 2  | 2,32  |
| 6 | Чувство юмора в литературе          | 17 | 19,76 |
|   | Сумма всех работ                    | 84 | 100%  |

Таблица 2 — Тематика научных работ по проблеме флексибельности в последние годы (контент-анализ статей в РИНЦ)

|   | Тематика флексибельности в научных работах разного направления | количество работ по теме | (%)   |
|---|----------------------------------------------------------------|--------------------------|-------|
| 1 | Флексибельность в психологии                                   | 22                       | 66,6  |
| 2 | Флексибельность в общественных науках                          | 3                        | 9,09  |
| 3 | Флексибельность в педагогике                                   | 8                        | 24,24 |
|   | Сумма всех работ                                               | 33                       | 100%  |

Был проведен контент-анализ чувства юмора с разным уровнем флексибельности в период ранней юности, где было выявлено, что флексибельность малоизучена, а чувство юмора исследуют в основном две науки: психология и педагогика.

Из всего вышеупомянутого, мы можем сделать вывод, что нахождение взаимосвязи чувства юмора и когнитивной флексибельности безусловно важно, а самое главное интересно, так как эти оба даже при относительно разнообразных их описаниях, безусловно, связаны и необходимы для успешной деятельности личности в современном мире. Развивается тенденция рассмотрения в психологии эмоциональных и когнитивных свойств как единого целого.

Проведенное эмпирическое исследование имело цель. Для ее реализации были использованы следующие методики:

- для выявления уровня чувства юмора был использован тест «Опросник стилей юмора» (Род Мартин, Патриция Дорис),
- уровень когнитивной флексибельности оценивался с помощью опросника когнитивной флексибельности (С. С. Кургинян, Е. Ю. Осаволюк) [3].

Исследование проходило на базе ГБОУ СОШ № 41 г. Севастополя. Исследование проводилось в течение 2021-2022 годов. В нем приняли участие 33 ученика 10-х классов, средний возраст – 15,7 лет, процент юношей и девушек: 45% – юноши, 55% – девушки.

По результатам методики «Опросник стилей юмора» (Род Мартин, Патриция Дорис) можно констатировать, что лидирующие позиции у школьников занимают две шкалы, а именно «Аффилиативный юмор» (7,09) и «Самоподдерживающий юмор» (6,75). Можно отметить, что обладатели аффилиативного типа юмора добродушны, жизнерадостны, умеют найти смешное в обыденном и обладают хорошим настроением. Это самый часто применяемый тип юмора, он помогает сближаться с людьми и быть на одной волне.

На втором месте у учеников в общении проявляется самоподдерживающий тип юмора. Данный юмор симпатизирует окружающим, когда человек не относится к слишком серьезно к своей личности и может посмеяться над собой.

Юмор, направленный на себя, в целях поддержки самооценки. Это легкая самоирония, с сохранением чувства юмора перед лицом трудностей. Даже скорее добродушная самоирония, смешанная с оптимизмом. Низшую позицию занимает шкала «Самоуничтожающий юмор» (4,12) и «Агрессивный юмор» (3,45). Обладатели самоуничтожающего типа часто бывают весьма остроумными, но также данный юмор подрывает собственный авторитет. Это юмор постоянной жертвы, он не очень хорош для самого человека, когда тот становится объектом шуток. Последний агрессивный юмор также проявляется, когда человек высмеивает кого-то в целях манипуляции, агрессии или высмеивания. Такие люди не могут остановиться и прекратить шутить над окружающими. К человеку с агрессивным чувством юмора относятся настороженно, а иногда и отрицательно. Это юмор циников и хулиганов.

Таким образом, у подростков больше проявляется аффилиативный и самоподдерживающий юмор, а в меньшей степени проявляется самоуничтожающий и агрессивный юмор.

Согласно полученным данным благодаря методики «Опросник когнитивной флексибельности (С. С. Кургиян, Е. Ю. Осаволук)», когнитивная флексибельность у учеников имеет следующую психологическую динамику: большинство старшеклассников по шкале «Альтернатива» (60,5) имеют высокий уровень, а значит, у респондентов достаточно развита склонность воспринимать трудные ситуации с оценкой возможности контролирования их, умение предложить несколько вариантов, чтобы дать объяснение событиями происходящим у них в жизни, в том числе и поведение другого человека.

Следовательно, все выше перечисленные способности дают возможность генерации множества разных способов выхода из трудных ситуаций. По шкале «Контроль» ученики имеют также высокий уровень (43,3), что означает способность личности эффективно воспринимать и оценивать сложные ситуации как контролируемые.

В конечном итоге мы выяснили, что у подростков большей степени проявляется аффилиативный и самоподдерживающий юмор, а в меньшей

степени проявляется самоуничтожающий и агрессивный юмор. По результатам выявления уровня флексильности мы также можем определить, что школьники имеют достаточно высокие результаты по шкалам «Альтернатива» и «Контроль».

Таблица 3 – Ранговая корреляция Спирмена для поиска взаимосвязи между типами чувства и юмора и компонентами когнитивной флексильности (автоматический подсчет онлайн)

|                    | Альтернатива    | Контроль         | Аффилиативный    | Самоподдерживающий | Агрессивный     | Самоуничтожающий |
|--------------------|-----------------|------------------|------------------|--------------------|-----------------|------------------|
| Альтернатива       | 1               |                  |                  |                    |                 |                  |
| Контроль           | 0,5<br>87638517 | 1                |                  |                    |                 |                  |
| Аффилиативный      | 0,1<br>79701664 | 0<br>,13992927   | 1                |                    |                 |                  |
| Самоподдерживающий | 0,0<br>99809567 | 0<br>,086823765  | -<br>0,099088962 | 1                  |                 |                  |
| Агрессивный        | 0,1<br>64376583 | -<br>0,159362856 | -<br>0,164975591 | -<br>0,122305051   | 1               |                  |
| Самоуничтожающий   | 0,0<br>50697279 | -<br>0,043119853 | -<br>0,187567452 | -<br>0,015303637   | 0,<br>525140891 | 1                |

По результатам метода ранговой корреляции Спирмена было не выявлено значимой статистической взаимосвязи между спецификой чувства юмора с разным уровнем когнитивной флексильности в период ранней юности.

Таким образом, по результатам эмпирического исследования можно сделать следующие выводы:

В группе учащихся 10-х классов не проявляется взаимосвязь феномена чувства юмора с разным уровнем когнитивной флексильности. Это свидетельствует о том, что эмоциональная сфера испытуемых в этом периоде стабильна, а также юные люди имеют определенные способности личности, которые помогают им организовывать свою познавательную деятельность и интеллектуальное поведение в зависимости от изменившихся условий.

### Список литературы

1. Гришина, А. В. Исследование эмоционального интеллекта с разным уровнем когнитивной флексильности (на примере подросткового и студенческого возрастов) / А. В. Гришина, М. В. Косцова, М. Е. Степанова // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2021. – № 1. – С. 21-32. – EDN EIBVAA.
2. Залевский Г.В. Фиксированные формы поведения индивидуальных и групповых систем (в культуре, образовании, науке, норме и патологии). – М. - Томск: Томский государственный университет, 2004. – 460 с.

3. Осаволук Е.Ю., Кургинян С.С., Опросник когнитивной флесибильности: структура русскоязычной версии (CFI-R) надежность и валидность опросника// Психологический журнал том 39 номер 2 / Е.Ю. Овалук. С.С. Кургинян // – Москва, 201.8 –105 – 119 с.

4. Shindina, A. The sense of humor features of different depression levels in youth / A. Shindina, A. Grishina, M. Kostsova // , 29 апреля 2021 года, 2021. – P. 569-572. – EDN DPQQHY.

УДК 159.95

*Д.М. Новикова*  
*студентка,*  
*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,*  
*Севастополь, Россия*  
*Л.Б. Кадышева*  
*кандидат психол. наук, доцент*  
*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,*  
*Севастополь, Россия*

## ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ

**Аннотация.** В данной статье представлено исследование, направленное на выявление особенностей самооценки подростков. В данном исследовании использованы: метод теоретического анализа научных источников по проблеме самооценки подростков; методика «Самооценка личности» О.И. Моткова; методика на изучение общей самооценки Г. Н. Казанцевой; «Методика на самооценку» Дембо - Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан). Было выявлено, что у детей подросткового возраста проявляется адекватная самооценка.

**Ключевые слова:** самооценка, подростки, нравственность, гармоничность, креативность, уверенность в себе, авторитет у сверстников, экстраверсия.

*D.M. Novikova*  
*student,*  
*Sevastopol State University,*  
*Sevastopol, Russia*  
*L.B. Kadyшева*  
*Candidate of Psychological Sciences, associate Professor*  
*Sevastopol State University,*  
*Sevastopol, Russia*

## FEATURES OF TEENAGERS' SELF-ESTEEM

**Annotation.** This article presents a study aimed at identifying the characteristics of adolescents' self-esteem. In this study, the following methods were used: the method of theoretical analysis of scientific sources on the problem of adolescent self-esteem; the methodology "Self-assessment of personality" by O.I. Motkov; the methodology for studying general self-esteem by G. N. Kazantseva; the "Methodology for self-assessment" by Dembo - Rubinstein (modification by A.M. Parishioners). It was revealed that adolescent children have adequate self-esteem.

**Keywords:** self-esteem, teenagers, morality, harmony, creativity, self-confidence, peer authority, extroversion.

Подростковый возраст - это один из самых сложных этапов жизни человека, который характеризуется переходом от детства к взрослости. В этот период происходят не только физиологические, но и психические изменения, которые приспособляют подростков к новым условиям, готовят их к взрослой жизни. Психическое развитие ребенка связано с формированием его самосознания. Самооценка в свою очередь является компонентом самосознания. Она представляет собой компонент, который основывается на результатах самопознания. Это позволяет человеку оценивать самого себя, свое поведение и свою деятельность как таковую. Она позволяет личности контролировать и регулировать свое поведение, что является крайне необходимым в современном обществе.

Дети очень восприимчивы к нововведениям, особенно в сфере телевидения, где появляется все больше блогеров, певцов и актеров, которые зачастую показывают плохой пример, воспринимающим это все, детям. Именно поэтому проблема самооценки является очень актуальной для современных подростков. Она определяет их дальнейшее развитие и способность эффективно функционировать в современном обществе.

Таким образом, целью данной статьи является выявление особенностей самооценки современных подростков. В рамках данной статьи нами был проведен опрос среди 12 подростков 11-14 лет, из которых 9 девочек и 3 мальчика.

Идея о том, что самооценка по своей сути представляет стержень самосознания принадлежала таким научным деятелям как А. Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и В.С. Мухина

Идея о том, что благодаря самооценке формируется личность принадлежит А.Н. Леонтьеву. По нему, самооценка выступает как мотив и побуждает человека соответствовать уровню требований его окружения и уровню собственных притязаний. И с этим трудно не согласиться, ведь, именно от нашего окружения, от их требований зависит тот уровень самооценки, который свойственен той или иной личности.

«Самооценка – это компонент самосознания, включающий наряду со знаниями о себе оценку человеком самого себя, своих способностей, нравственных качеств и поступков» [7, с.282]. Такое определение дает А.А. Реан понятию самооценки. Ее он представляет, как ядро образования личности, то есть она является центральным образованием личности.

В свою очередь А.И. Липкина под самооценкой понимает «оценку самим индивидом тех действий, которые он совершает и тех его психических свойств, которые в этих действиях проявляются» [2, с. 5].

Важно отметить виды самооценки. Как правило выделяют два вида самооценки: адекватная и неадекватная (неадекватная) самооценка [7].

Адекватная самооценка – самооценка, которая позволяет личности относиться к себе критически, правильно соотносить возможности и задачи

разной трудности. Человек способен видеть, как положительные так и отрицательные качества, адекватно на них реагировать и адаптироваться.

Негативная самооценка – самооценка, характеризующаяся низким уровнем самоуважения, ощущения собственной ценности.

Позже, в литературе мы можем заметить и дополнительный вид самооценки – завышенная. А.И. Липкина дала свою характеристику 3 видам самооценки. Пониженную самооценку она определяет, как тот случай, когда человек недооценивает себя по сравнению с тем, какой он есть на самом деле. В свою очередь повышенная самооценка – человек переоценивает свои возможности, результаты деятельности, личностные качества, наружность. Она отмечает, что трудно жить человеку как с завышенной, так и с заниженной самооценкой [5].

Можно выделить следующие особенности самооценки в подростковом возрасте:

- она достаточно самостоятельна, так как ребенок уже может выделять свои психологические качества, сравнивать их с другими;
- неустойчивая, ситуативная, сильно подвержена внешним воздействиям в младшем подростковом возрасте и достаточно устойчива в старшем подростковом возрасте;
- подростки намного реальней оценивают свои возможности и поэтому в сложных для них ситуациях занижают самооценку, что делает самооценку более адекватной;
- содержательная сторона самооценки очень изменилась. Это связано с переходом от недостаточного видения себя к относительно сложившейся Я-концепции;
- она подвержена влиянию со стороны сверстников и родителей;
- тесно связана с половым созреванием и его особенностями проявления;
- формируется через сопоставление своего образа и образа «Мы».

В рамках исследования была выдвинута гипотеза о том, что самооценка подростков достаточно адекватна, однако она непостоянна, поэтому может прослеживаться заниженная самооценка.

Чтобы выявить особенности самооценки подростков, а именно уровень самооценки, мы провели исследование на 12-ти подростках 11-14 лет, среди которых 3 мальчика и 9 девочек. Респондентам были предложены три методики: методика «Самооценка личности» О.И. Моткова; методика на изучение общей самооценки Г. Н. Казанцевой; «Методика на самооценку» Дембо- Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан).

По методике «Самооценка личности» О.И. Моткова были получены следующие результаты (см. рис. 1).

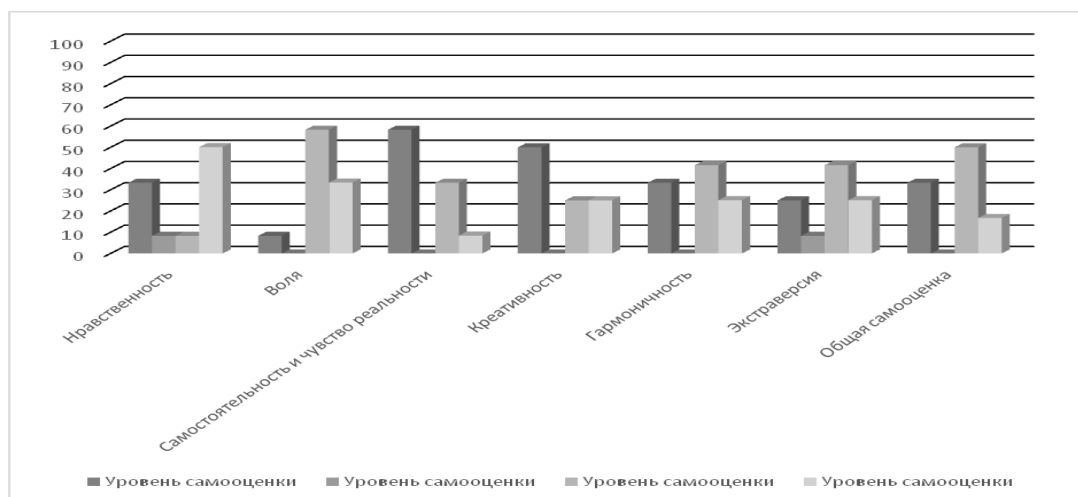


Рисунок 1 – Результаты по методике «Самооценка личности»  
О.И. Моткова

По такому аспекту личности, как нравственность у 33% испытуемых замечены высокие показатели самооценки, у 8,3% замечены псевдовысокие показатели, у 8,3% средние показатели и у 50,1% низкие показатели.

По Волевому аспекту замечено, что 8,3% демонстрируют высокие показатели, 58,3% средние показатели и 33,4% низкие показатели.

По аспекту самостоятельности и чувству реальности 58,3% дают высокие показатели, 33,3% средние показатели и 8,4% низкие показатели.

По аспекту креативности 50% дают высокие показатели, 25% средние и 25% низкие.

По аспекту гармоничности 33,3% дают высокие показатели, 41,6% средние и 25,1% низкие.

По аспекту экстраверсии 25% имеют высокие показатели, 8,3% псевдовысокие, 41,6% средние и 25,1% низкие.

Говоря об общем показателе самооценки, у 33,3% высокие показатели, у 50% средние и у 16,7% низкие показатели.

Таким образом, можем заметить, что по показателю нравственности преобладают низкие показатели, что говорит о том, что дети видят себя менее совестливыми, не действующими по моральным принципам и нормам. По волевому показателю превалирующее большинство занимают подростки со средними показателями, что говорит о том, что подростки оценивают себя как способных принимать решения, однако их решения могут меняться под действием внешних факторов. По показателю самостоятельности и чувства реальности более проявляются высокие показатели, подростки чувствуют себя самостоятельными и способными адекватно оценивать свое окружение. По аспекту креативности преобладают высокие показатели. Это говорит о том, что подростки считают себя способными к созданию чего-то нового, чего-то необычного. По аспекту гармоничности преобладают средние показатели, что свидетельствует о спокойствии, устойчивости и сбалансированности в жизни подростков. По аспекту экстраверсии преобладают средние показатели, свидетельствующие о смешанных отношениях подростков,

сменах настроения и готовности к контактам. И, наконец, общий показатель самооценки подростков - средний.

По следующей методике - методика на изучение общей самооценки Г. Н. Казанцевой, позволившей оценить уровень самооценки у подростков, были получены следующие результаты (см. рис. 2).

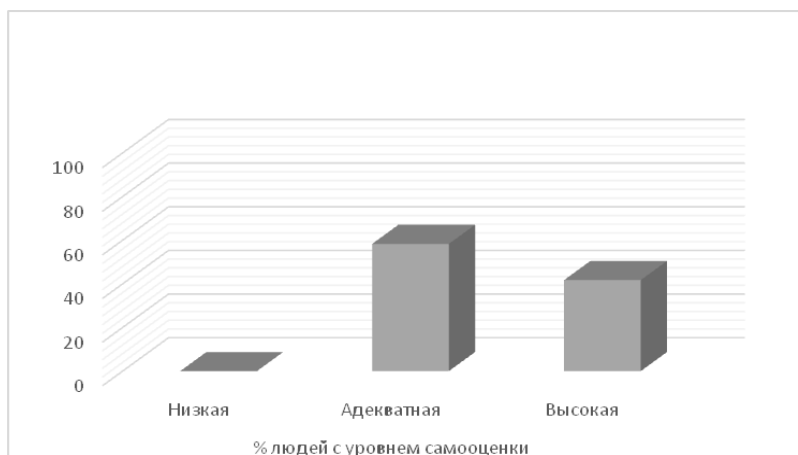


Рисунок 2 – результаты по методике «Изучение самооценки по Г.Н. Казанцевой»

Адекватная самооценка проявляется у 58,3% прошедших исследование подростков, высокая самооценка проявляется у 41,7% подростков. Низкая самооценка ни у кого не выявлена.

И, наконец, по методике на самооценку Дембо- Рубинштейна в модификации А.М. Прихожан, были получены следующие результаты (см. рис. 3).

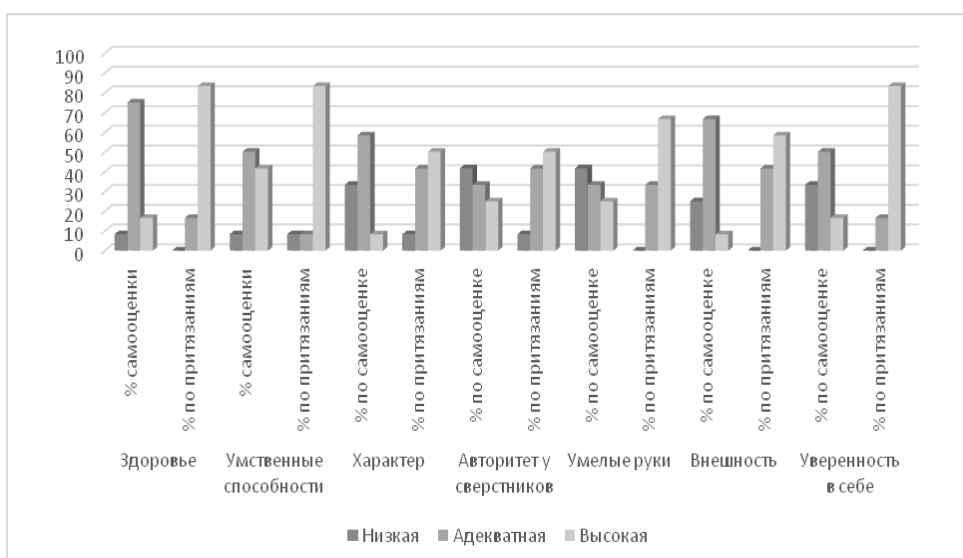


Рисунок 3 – результаты по методике Дембо - Рубинштейна в модификации А.М. Прихожан

Можем заметить, что по шкале здоровья преобладает адекватная самооценка, составляющая 75,1% из всех испытуемых, 16,6% составляют подростки с высокой самооценкой и 8,3% подростки с низкой самооценкой.

По шкале умственных способностей преобладают дети с адекватными показателями, которые составляют 51,1%, дети с высокой самооценкой составляют 41,6%, с низкой – 8,3%.

По шкале характера также преобладают дети с адекватными показателями и составляют 58,4% из всех опрошенных, 33,3% составляют дети с низкими показателями и 8,3% дети с высокими показателями.

По аспекту авторитета у сверстников преобладают дети с низкими показателями и составляют 41,7%, 33,3% - дети с адекватными показателями и 25% - дети с высокими показателями.

По аспекту умелых рук превалируют дети с низкими показателями, составляющие 41,7% из всех опрошенных, 33,3% - дети с адекватными показателями и 25% - дети с высокими показателями.

По шкале внешности преобладают адекватные показатели (66,7%), 25% составляют низкие показатели и 8,3% - высокие показатели.

И, наконец, по шкале уверенности в себе преобладают адекватные показатели в 50,1%, низкие показатели составляют 33,3% и высокие показатели – 16,6%.

Так можно заметить, что в основном превалирует адекватный показатель самооценки, однако по шкалам авторитета и умелых рук, преобладают низкие показатели самооценки.

Таким образом, проведя эмпирическое исследование мы выяснили, что дети видят себя менее совестливыми, не действующими по моральным принципам и нормам; подростки оценивают себя как способных принимать решения, однако их решения могут меняться под действием внешних факторов; подростки чувствуют себя самостоятельными и способными адекватно оценивать свое окружение; считают себя способными к созданию чего-то нового, чего-то необычного; видят свою жизнь и свое состояние спокойным, устойчивым и слаженным; им характерны смены настроения и готовность к контактам. Подростки считают себя достаточно креативными, самостоятельными, внешне привлекательными, способными и достаточно здоровыми. И как итог, большинство подростков имеют средний (адекватный) уровень самооценки.

### Список литературы

1. Головей, Л.А. Практикум по возрастной психологии: Учеб. пособие / Под ред. Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко. - СПб.: Речь, 2002. - 694 с.: ил.
2. Гришина, А. В. Характеристика типов буллингового поведения / А. В. Гришина, М. В. Косцова, Д. С. Возисова // 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. В 3 ч., Рязань, 08–09 апреля 2021 года. – Рязань: Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний, 2021. – С. 189-195. – EDN IMSISD.
3. Гришина, А. В. Влияние типа семейных отношений на самооценку у подростка: результаты эмпирического исследования / А. В. Гришина, М. В. Косцова, В. В. Григорьева // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2021. – № 5. – С. 51-63. – EDN SQYSZB.
  4. Липкина, А.И. Самооценка школьника / А. И. Липкина. - Москва : Знание, 1976. - 64 с.
  5. Мозговая, М.А. Роль семьи в формировании самооценки подростка / М.А. Мозговая // Известия института педагогики и психологии образования. – Москва, 2021. - №3. – с. 91-97.
  6. Молчанова, О.Н. Самооценка. Теоретические проблемы и эмпирические исследования / О.Н. Молчанова. – М.: Флинта, 2016. – 392 с.
  7. Мухина, В.С. Возрастная психология : феноменология развития, детство, отрочество : учеб. для студентов, обучающихся по пед. специальностям / В. С. Мухина. - 9-е изд., стер. - М.: Академия, 2004, - 452 с.
  8. Реан, А.А. Психология человека от рождения до смерти : младенчество, детство, юность, взрослость, старость /А. А. Реан. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК : НЕВА ; М. : ОЛМА-Пресс, 2002. – 652 с.
  9. Савинова, А.В. Взаимосвязь мотивации достижения успеха и самооценки личности подростков / А.В. Савинова, О.Д. Стародубец // Аллея науки. – 2021. – Т.1 – №7 – с. 58-63.
  10. Ус, А.В. Анализ взаимосвязи самооценки и отношения к внешности людей разных возрастных групп / А.В. Ус / Интеллектуальные ресурсы - региональному развитию. – Ростов-на-Дону, 2021. - №2. – С. 233-237.
  11. Dymura, N. Interconnection of accentuation of character and Internet dependence in teenagers age / N. Dymura, A. Grishina, M. Kostsova // , 29 апреля 2021 года, 2021. – Р. 497-499. – EDN BNHSQC.
  12. Katyhova, P. A. Family and relationships in Russia and in the USA / P. A. Katyhova, D. P. Akperova, M. V. Kostsova // Recent Achievements and Prospects of Innovations and Technologies : Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, Севастополь, 12 апреля 2017 года / Под редакцией Т.Г. Клепиковой, А.Г. Михайловой. – Севастополь: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Севастопольский государственный университет", 2017. – Р. 339-343. – EDN YQMUBB.

УДК 159.95

*Д.Д.Кряж,  
Студент,  
Южный Федеральный Университет  
г. Ростов-на-Дон, Россия  
Л.А. Зайцева,  
доцент кафедры психологии личности и консультативной психологии  
Южный Федеральный Университет  
г. Ростов-на-Дон, Россия*

## **ВИКТИМНОЕ И РИСКОВАННОЕ ПОВЕДЕНИЕ СУБЪЕКТОВ В СВЯЗИ С ИХ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ОСОБЕННОСТЯМИ**

**Аннотация:** в статье рассматривается виктимное поведения личности с точки зрения его психологического изучения. Также рассматривается психологические и поведенческие аспекты виктимизации личности, проявления склонности к риску в процессе виктимизации личности.

**Ключевые слова:** виктимность, виктимизация, виктимное поведение, склонность к риску, риск.

*D.D.Ridge,  
Student,  
Southern Federal University  
Rostov-on-Don, Russia  
L.A. Zaitseva,  
Associate Professor of the Department of Personality Psychology and  
Counseling Psychology  
Southern Federal University  
Rostov-on-Don, Russia*

## **VICTIMIZED AND RISKY BEHAVIOR OF SUBJECTS IN CONNECTION WITH THEIR INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS**

**Abstract:** the article examines victim behavior of a person from the point of view of his psychological study. Psychological and behavioral aspects of victimization of personality, manifestations of risk-taking in the process of victimization of personality are also considered.

**Keywords:** victimization, victimization, victim behavior, risk appetite, risk.

Осложнения социально-экономической и политической ситуации в обществе привели к ухудшению семейно-бытовых отношений, увеличению числа социальных конфликтов, увеличению показателей правонарушений и

преступности. Одним из следствий таких социальных явлений стало повышение уровня виктимизации населения, в частности детей и подростков.

Сложившиеся обстоятельства требуют внесения корректив, прежде всего, в работу с населением подросткового возраста, включающую в себя профилактику его виктимизации. Сегодня педагогам и психологам необходимы знания о социально-психологических и индивидуально-личностных детерминантах виктимного поведения, владение теоретическими основами и практическими методами своевременной диагностики и психолого-педагогической коррекции виктимного поведения, что обуславливает необходимость глубинных научных исследований в данной области.

Ученые, изучающие виктимологическое направление криминологии, показали, что, не учитывая роль жертвы в ситуации правонарушения, невозможно понять причины и условия, поспособствовавшие совершению преступления. Преступник, жертва и ситуация тесно связаны и представляют собой систему, которая может существовать исключительно при наличии всех этих компонентов. Таким образом, ученым стало ясно, что совершение преступления – это процесс, в котором может происходить интенсивное взаимодействие преступника и жертвы, где роль жертвы может оказаться весьма существенной.

Такие выводы привели к тому, что с середины 60-х годов XX в. началось развитие виктимологии как отделившейся научной дисциплины в рамках криминологии.

Датой зарождения виктимологии считают 1941 г., когда немецкий криминолог Ганс фон Гентинг опубликовал свою статью «Преступник и его жертва». В ней ученый, анализируя уголовные дела, пришел к выводу о том, что есть жертвы, которые поддаются, содействуют либо провоцируют преступление. Отсюда и началось изучение причин такого поведения жертвы [4].

Виктимность является одним из основных понятий, используемых в виктимологии. Одним из первых это понятие определил Л.В. Франк, понимая под виктимностью реализованную преступным актом предрасположенность, способность стать жертвой преступления при определенных обстоятельствах. Позже, под воздействие поступающих критических замечаний, Франк уточнил, что способность стать жертвой преступления или неспособность избежать преступного посягательства может являться как реализованной, так и потенциальной [6].

Позже виктимность как форму девиантного поведения рассматривали такие ученые, как Г.И. Шнайдер, В.П. Полубинский, В. А. Туляков. Этими психологами выдвинута гипотеза о том, что виктимное поведение — это вид девиации, приобретенный в процессе социализации. В поддержку данной гипотезы существует теория о том, что типы виктимного и преступного поведения могут передаваться из поколения в поколение. Таким образом, все типы виктимного поведения созданы культурой общности. Изменение таких

форм поведения напрямую зависит от изменений материальных и социальных условий жизни личности и социума [2].

Позже психологами рассмотрены гипотезы о комплексном воздействии факторов на возникновение виктимного поведения. Выделяют специфические факторы: индивидуальный опыт переживания или наблюдения факта насилия; комплекс, сформированный ранее психологических качеств: тревожность, эмоциональная неустойчивость, неадекватная самооценка, отсутствие ощущения социальной поддержки, стратегии семейного воспитания, а также неспецифические факторы: возраст, конституция, гендер.

Сам термин «виктимность» появился в отрасли криминалистики – криминальной виктимологии, занимающейся исследованием психологии поведения жертвы. Данное направление возникло в 40-50-е годы XX века и первоначально развивалось как одно из направлений криминологии. Отсюда и определение понятия виктимности как склонности индивида к становлению жертвой преступления [1].

Под виктимностью понимают совокупность свойств человека, способствующих дезадаптивному стилю реагирования, приводящих к его ущербу. Такие свойства обусловлены социальными, психологическими и биофизическими условиями.

Психологический анализ феномена виктимности позволил сформулировать отличное от используемого в криминалистическом подходе определение базовых понятий виктимологии. Психологи стали рассматривать виктимность как совокупность свойств человека, обусловленных комплексом социальных, психологических и биофизических условий, способствующих дезадаптивному стилю реагирования субъекта, приводящему к ущербу для его физического или эмоционально-психического здоровья.

Таким образом, в психологи под виктимностью понимают устойчивое личностное качество, отражающее способность индивида становиться жертвой внешних обстоятельств и активности социального окружения. Данное понятие подразумевает предрасположенность отдельной личности становиться жертвой в нейтральных для других условиях взаимодействия. Процесс приобретения виктимности определяют понятием виктимизации.

Виктимизация – процесс реализации воле присущей личности виктимности. Виктимное поведение – отклонение от норм безопасного поведения, реализующееся в совокупности социальных, психических и моральных проявлений личности [3].

Рассматривая виктимность как девиацию, следует подчеркнуть важность наличия у индивида страха перед преступностью как основную форму ее проявления на индивидуальном и групповом уровнях. Под страхом понимают эмоцию, связанную с ситуациями, в которых возникает угроза социальному или биологическому существованию индивида. В отличие от обычных правил предосторожности, страх преступности в большинстве

своем иррационален и приводит к истерической или панической реакции, состоянию ступора, а в дальнейшем и к фобиям.

Попадая в определенную жизненную ситуацию, любой человек может оказаться в роли жертвы. Так как виктимное поведение определяется не только наличием определенных личностных особенностей, но и неблагоприятной ситуацией. У каждого индивида эти личностные качества составляют её виктимный потенциал, который может быть реализован при особых обстоятельствах. Выделяют следующие условия, которые делают личность уязвимой и ставят ее в позицию жертвы: социально-демографические характеристики, включающие факторы пола, возраста, национальности, места происхождения; особенности поведения до начала возникновения чрезвычайной ситуации; особенности восприятия ситуации, которая привела к происшествию; отношения, связывающие объект (субъект), причиняющий вред и потерпевший.

В психологическом направлении виктимология рассматривается в различных аспектах. Ученые, придерживающиеся онтогенетической концепции виктимизации человека, склоняются к мнению о наличии в личностной структуре будущей жертвы элементы, активизирующиеся под воздействием ситуаций риска и приводящим к превращению индивида в жертву. Они относят к таким элементам индивидуально-психологические дефекты личности и ее биофизические свойства, обусловленные, главным образом, возрастом.

Исследователи, рассматривающие процесс виктимизации в рамках взаимодействия индивида с социумом, напротив, считают, что виктимно потенциальные качества личности относительно и актуализируются лишь в результате взаимодействия человека со средой. В рамках такой концепции выделяют специфика поведения жертвы до происшествия, особенности восприятия ею произошедшего события, отношения, связывающие жертву и преступника.

Психологические аспекты поведения людей в рискованных ситуациях стали актуальны для изучения в 20-е годы XX века. Но такое понятие, как «склонность к риску» впервые возникло в США лишь в 1960-е гг. [6].

В 70-80-е годы XX века склонность к риску стала изучаться и в рамках экономической психологии. В связи с экономическим спадом и высокой конкурентоспособностью организаций, готовых к принятию рискованных решений, высокую актуальность получили исследования новых видов риска - управленческого и экономического. В центре таких исследований психологов оказались предприниматели и менеджеры.

В процессе изучения рискованного поведения психологи пришли к выводу о том, что на него могут оказывать воздействие четыре группы факторов: характер задачи, ситуационные воздействия, личностные характеристики человека, влияние на личность межгрупповых взаимодействий [5].

В настоящее время в психологических исследованиях риска авторы выделяют три основных направления. Первое оценивает риск как ситуативную характеристику действий индивида, она выражает неопределенность результата его деятельности и возможность неблагоприятных последствий. Во втором направлении риск рассматривается с точки зрения теории решений, как ситуация выбора между альтернативными или возможными вариантами действий. Эта позиция связана с измерением вероятности ошибки, неуспеха выбора в ситуации наличия нескольких альтернатив. Третье направление изучает взаимосвязь индивидуального и группового поведения в ситуациях риска и рассматривается как социально-психологический аспект риска.

Общее у вышеперечисленных направлений исследования риска заключается в том, что они считают ситуацию риска ситуацией оценки. В соответствии с этим можно сделать вывод о том, что ситуация риска возникает лишь тогда, когда появляется субъект, действующий в этой ситуации. Ситуация риска может оказаться опасной, но опасная ситуация не обязательно является рискованной. Любая ситуация является нейтральной и приобретает статус рискованной только при появлении действующего субъекта и особом характере его действий.

Для разных субъектов, действующих в одних и тех же условиях, ситуация может оказаться разной, рискованной для одного субъекта и нерискованной для другого. Соответственно, понятие риск напрямую связано с представлениями субъекта о данной ситуации. Отсюда можно сделать вывод о том, что риск — это прогностическая, предваряющая действие оценка, которая формируется еще на стадии организации или планирования действия. Риск как оценочная категория также неразрывно связана с оценкой человеком самого себя.

Авторы, анализирующие взаимосвязь виктимного поведения личности и ее склонности к риску, отметили, что виктимные качества отражают прежде всего те качества личности, которые характеризуют мотивацию поведения в криминально опасных ситуациях. К проявлению склонности к риску часто приводит чрезмерная мотивация достижения, сочетающаяся с завышенной самооценкой. Такая склонность рассматривается как виктимное качество, так как представляет собой тенденцию к необоснованному и неоправданному рискованному поведению.

К числу виктимных качеств относят ряд социально-психологических, тесно связанных с проявлением рискованного поведения: повышенную внушаемость, самонадеянность, агрессивность, грубость, жестокость.

Однако, нам кажется, что виктимность и риск могут быть взаимосвязаны в контексте самых разных форм поведения и самопредъявления современной молодежи. Основные отечественные и зарубежные труды направлены на выявление последствий виктимизации и социальную реабилитацию, а также психологическую профилактику социально опасных явлений. Виктимизация личности напрямую связана с

процессом криминализации окружающего ее общества, следствием является стремление к риску и причинению вреда.

Анализ научной литературы показал, что виктимное поведение рассматривается психологами как такое поведение, в результате особенностей которого повышается вероятность превращения индивида в жертву преступления или несчастного случая. Это поведение особенно выражено среди участников группы риска, которые в силу личностных особенностей или социально-бытовых условий более других категорий подвержены негативным внешним воздействиям со стороны общества.

Современные работы по исследованию виктимности ограничены эмпирическими исследованиями. Основные отечественные и зарубежные труды направлены на выявление последствий виктимизации и социальную реабилитацию, а также психологическую профилактику социально опасных явлений

Следует также отметить, что виктимогенный потенциал социального статуса личности не может быть достаточным основанием для суждения о виктимности личности. Личность реализует свою статусную виктимность на стадии выбора модели поведения и образа жизни и, как следствие, несет моральную ответственность за создание криминогенной ситуации.

Таким образом, виктимизация порождается сложным комплексом разнообразных детерминационных факторов. Путем фиксации и воздействия на эти факторы виктимизации, общество может в определенной степени контролировать процесс виктимизации и добиваться сокращения ее масштабов и уровня, что позволит предупреждать преступность и, тем самым, снижать ее уровень.

### Список литературы

1. Азарова Л. А. Психология девиантного поведения / Л.А. Азарова. – 2009. - 164 с.
2. Варчук Т.В., Вишневецкий К.В. Виктимологическое предупреждение преступности / Т.В. Варчук, К.В. Вишневский. – 2008. - 164 с.
3. Вишневецкий К.В. Криминогенная виктимность социальных статусов в современном обществе / К.В. Вишневский. – 2005. - 115 с.
4. Гришина, А. В. Характеристика типов буллингового поведения / А. В. Гришина, М. В. Косцова, Д. С. Возисова // 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. В 3 ч., Рязань, 08–09 апреля 2021 года. – Рязань: Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний, 2021. – С. 189-195. – EDN IMSISD.
5. Гришина, А. В. Уровни алекситимии у старшеклассников с разными типами эмоциональной направленности личности / А. В. Гришина, М. В. Косцова, В. А. Быстрыков // Ученые записки. Электронный научный журнал

Курского государственного университета. – 2021. – № 3(59). – С. 474-481. – EDN GJFJBT.

6. Гришина, А. В. Субъективные критерии выбора жертв преступниками / А. В. Гришина, М. В. Косцова // Психология XXI века: вызовы, поиски, векторы развития : Сборник материалов Всероссийского симпозиума психологов, Рязань, 05 апреля 2019 года / Под общей редакцией Д.В. Сочивко. – Рязань: Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний, 2019. – С. 439-444. – EDN ZCOOWL.

УДК 159.9

*К.И. Ключева,  
магистрант 1 курса,  
ФГБОУ ВО «Курский государственный университет»,  
г. Курск, Россия  
Г.Н. Ларина,  
к.п.н., доцент,  
ФГБОУ ВО «Курский государственный университет»,  
г. Курск, Россия*

## ОСОБЕННОСТИ МИРООЩУЩЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

**Аннотация:** В статье представлены результаты теоретико-эмпирического исследования мироощущения современных подростков. Объектом теоретического анализа выступила концепция мироощущения Курской социально-психологической школы. Пилотажное исследование было выполнено на выборке подростков в социальных сетях по авторской методике.

**Ключевые слова:** подростковый возраст, подросток, мироощущение, личность, психологические особенности.

*K.I. Klyueva,  
1st year undergraduate,  
Kursk State University, Kursk, Russia  
G.N. Larina,  
Ph.D., Associate Professor,  
Kursk State University, Kursk, Russia*

## PECULIARITIES OF THE PEOPLE'S ATTITUDE OF MODERN ADOLESCENTS

**Annotation:** The article presents the results of a theoretical and empirical study of the attitude of modern adolescents. The object of theoretical analysis was the concept of attitude of the Kursk socio-psychological school. The pilot study was carried out on a sample of adolescents in social networks according to the author's methodology.

**Key words:** adolescence, adolescent, attitude, personality, psychological characteristics.

На рубеже XX-XXI веков произошли глобальные социальные преобразования в современном мире и в России, которые породили огромное число проблем, вызывающих интеллектуальное, духовное, эмоциональное и физическое напряжение человека. Благодаря мощному воздействию средств

массовой информации, расширению контактов, миграционным процессам человек по-новому воспринимает, понимает, открывает мир, который он изменил и в котором сам изменился. Все это проявляется на разных уровнях существования человека – физиологическом, психологическом, социальном, что отражается в перестройке ментальности, смене целей, ценностей, ориентаций индивидов [1]. В итоге возникают новые тенденции в мироощущении как образе мира в сознании индивида и в социальном самоопределении как «образе «Я» в этом мире», для полного понимания которых необходимо сравнение с состоянием данного феномена у подростков и юношей 1970-1990-х годов.

В работах Л.И. Божович, И.С. Кона, А.В. Мудрика, Л.И. Уманского, А.Н. Лутошкина, А.С. Чернышева и др. отмечалась достаточно выраженная гражданственность, широта и оптимизм во взглядах подростков и юношей тех лет на окружающий мир и на себя в рамках настоящего и будущего; активное и осознанное отношение к будущему; включенность в совместную деятельность группы и основной организации; сформированность идеалов; стремление к лидерству [1]. Мироощущение актуализировалось в достаточно развитых формах общественной активности на уровне деятельности и поступков. Однако для определенной части учащихся и тогда были присущи негативные явления как на уровне мироощущения, так и в общении, поведении, поступках (категория «трудных подростков»).

Конкретная позиция отдельного человека определяется многими непсихологическими факторами: его социально-экономическим статусом, степенью адаптированности к новым условиям рынка, материальным благосостоянием, статусом в системе межличностных отношений и т.п. Психологически же при самых различных социальных характеристиках и политических пристрастиях восприятие образа мира в эпоху крайней нестабильности представляет собой сложный процесс.

Сравнительное исследование мироощущения и социального самоопределения различных групп молодежи (лидеров, учащихся старших классов, студентов, молодежных групп лагеря «Селигер») с 1966 г. по настоящее время сотрудниками курской социально-психологической лаборатории (А.С. Чернышев, Л.И. Акатов, С.В. Сарычев, С.Г. Елизаров, Ю.Л. Лобков, Г.Н. Ларина, Д.В. Беспалов, А.В. Матвеева) позволит определить значимые различия социальной ориентации молодых людей разных поколений и различного социально-психологического статуса [1].

Рассмотрим результаты нашего исследования особенностей мироощущения современных подростков.

Выборка исследования: в исследовании приняли участие 79 респондентов в возрасте от 11 до 17 лет. Исследование было реализовано в ходе онлайн-опроса и являлось анонимным.

Социально-демографические характеристики представлены следующим образом: 35% респондентов, принявших участие в исследовании,

представители мужского пола, 65% – представительницы женского пола. Средний возраст опрошенных составил 13 (12,97) лет.

Представим результаты эмпирического исследования.

На момент изучения две трети исследуемых (65%) имели большой круг общения, 21,5% имели небольшой круг общения (только некоторые сверстники и семья), почти 14% имели мало друзей и, соответственно, маленький круг общения.

41,8% опрошенных в выборке имеют хобби, столько же опрошенных не имеют постоянного увлечения, но периодически находят разные интересы, 16,5% еще не нашли увлечение для себя.

Отметим, что большая часть исследуемых подростков (74,7%) удовлетворены уровнем общения с родителями, однако каждый четвертый из опрошенных (25%) испытывает некоторые трудности. При этом своим секретом большинство подростков готовы были бы поделиться с другом или подругой (49,4%), с родителями или бабушкой, дедушкой готовы поделиться 36,7% из опрошенных. Однако немалая часть подростков ответила, что в принципе не делятся ни с кем секретами (20%).

Более половины исследуемых имеют спокойные взаимоотношения в семье (58,2%). Однако практически каждый четвертый (25,2%) имеет ровные взаимоотношения с родителями, а еще 14% – требовательные. При этом большая часть опрошенных (63,6%) отмечают, что на их мироощущение влияют взаимоотношения между членами семьи. Это подтверждает, что психологический фон в семье очень сильно влияет на внутреннее состояние формирующейся личности.

Большая часть исследуемых подростков (68,4%) отметили, что редко проводят свой досуг вместе с семьей. Еще 16,5% совсем не ходят с семьей в парки, музеи, кино и только меньшая часть (15,2%) часто проводят время друг с другом.

Для большинства респондентов характерно чувство одиночества, они испытывают непонимания со стороны близких людей (40,5% иногда, 20,3% опрошенных – часто). Тревогу и волнение на душе часто испытывает каждый четвертый (27,8%), большинство респондентов ощущают их, но реже (41,8%) и лишь 30,4% не испытывают совсем.

Мы исследовали и отношение к себе – среди исследуемых подростков: большинство из них хотели бы изменить в себе характер (19% опрошенных), внешность (20% опрошенных), взаимоотношения с людьми (3,8% опрошенных). Среди респондентов были и те, кто относится к себе очень категорично и изменили бы в себе всё (7,6% опрошенных).

Подростки имеют близкие взаимоотношения с родителями и считают, что они – самые добрые люди. При этом большая часть опрошенных мыслят категорично и считают, что добрых людей нет.

Самыми лучшими местами в мире подростки называют дом (24,3% опрошенных) и там, где рядом близкие (15% опрошенных). Однако, отвечая

на данный вопрос, 10% респондентов отмечают одиночество и те места, где никого нет.

Таким образом, в структуре мироощущения подростков можно выделить компоненты рефлексии и тенденции самоопределения, которые являются ведущими.

### Список литературы

1. Сарычев С.В., Ларина Г.Н., Елизаров С.Г. Проблемы малой группы и личности в научном творчестве А. С. Чернышева (к 85-летию со дня рождения) // Психологический журнал. 2021. Т. 42. № 5. С. 109-118.
2. Гришина, А. В. Характеристика типов буллингового поведения / А. В. Гришина, М. В. Косцова, Д. С. Возисова // 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. В 3 ч., Рязань, 08–09 апреля 2021 года. – Рязань: Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний, 2021. – С. 189-195. – EDN IMSISD.
3. Гришина, А. В. Уровни алекситимии у старшеклассников с разными типами эмоциональной направленности личности / А. В. Гришина, М. В. Косцова, В. А. Быстрыков // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. – 2021. – № 3(59). – С. 474-481. – EDN GJFJBT.
4. Peculiarities of attitude to money in high schools with different locus of control / M. Kostsova, A. Grishina, T. Pavlovskaya, S. Fodorova // , 29 апреля 2021 года, 2021. – P. 541-546. – EDN PAJOKX.

УДК 159.9

*С.А. Трифонова,  
кандидат психологических наук, доцент,  
ФГБОУ ВО Ярославский государственный университет  
им. П.Г. Демидова  
г. Ярославль, Россия*

## **БАЗОВЫЕ УСТАНОВКИ И СКЛОННОСТЬ К ЭКСТРЕМИСТСКОМУ ПОВЕДЕНИЮ**

**Аннотация.** В статье представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи базовых убеждений и склонности к экстремистскому поведению. Показано, что чем выше уровень склонности к экстремистскому поведению, тем ниже уровень субъективного восприятия благосклонности мира. Чем выше уровень склонности к экстремистскому поведению, тем выше уровень субъективного восприятия собственной ценности.

**Ключевые слова:** убеждение, базовые установки, склонность к экстремистскому поведению.

*S.A. Trifonova,  
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,  
P.G. Demidov Yaroslavl State University  
Yaroslavl, Russia*

## **BASIC ATTITUDES AND PROPENSITY FOR EXTREMIST BEHAVIOR**

**Abstract.** The article presents the results of an empirical study of the relationship between basic beliefs and propensity to extremist behavior. It is shown that the higher the level of propensity to extremist behavior, the lower the level of subjective perception of the favor of the world. The higher the level of propensity to extremist behavior, the higher the level of subjective perception of one's own value.

**Keywords:** conviction, basic attitudes, propensity to extremist behavior.

Необходимость исследования детерминант склонности к экстремистскому поведению обусловлена многими причинами. Проявление экстремистского поведения в настоящее время представляет собой серьезную опасность для российского общества. Одним из его источников являются базовые установки личности.

С психологической точки зрения объективные факторы, которые обуславливают общественные процессы, отражаются в индивидуальном и групповом сознании в виде психологических установок личности. Они

представляют собой ряд убеждений, которые являются непосредственными регуляторами поведения человека в большинстве ситуаций.

К объективным факторам изменения базовых установок можно отнести сложную социальную, экономическую и этнополитическую ситуацию. В условиях кризисных изменений психолого-политическая нестабильность для большой массы населения выражается в потере жизненных перспектив, смысла жизни, надежд, в чувстве отчаяния, осознании роста социальной несправедливости и психологической готовности к психическому заражению и внушаемости. Социально-экономическая ситуация во всем мире становится причиной неконтролируемой миграции широких масс населения. Это приводит к смешению культур, традиций и религий. Создает проблемы для всех участников процесса интеграции, независимо от того, к какой группе они относятся: тем, кто продвигает новые взгляды и течения, или тем, кто хранит сложившиеся устои. Негативными социальными последствиями являются территориальные споры, преследование представителей другой расы, национальности, религии или социальной группы. Совершение актов насилия против них, притеснение на расовой, национальной и религиозной основе – то, что квалифицируется как «экстремистская деятельность». Негативные социально-экономические и политические факторы выступают в качестве пускового механизма для изменения базовых установок личности, создают благоприятную почву для агрессивности и восприятия массовым сознанием экстремистской идеологии.

Убеждения – «это иерархически организованные когнитивно-эмоциональные имплицитные представления индивида, сквозь призму которых воспринимаются события окружающего мира и в соответствии с которыми формируется поведение» [2]. Наличие убеждений связано с признанием их истинности и потребностью в их реализации. Это те эмоционально-когнитивные структуры знаний человека, в которых он максимально уверен, их очень сложно или невозможно опровергнуть. Обширные знания в какой-либо области не переходят в убеждения. Этому способствует личный практический опыт. Он порождает у человека чувства, устойчивые эмоциональные образы.

Базовые установки основаны на трех категориях (по Р. Янофф-Бульман): 1. Вера в то, что в мире больше добра, чем зла. Сюда входит отношение к окружающему миру вообще и отношение к людям. 2. Убеждение, что мир полон смысла. События происходят не случайно, а контролируются и подчиняются законам справедливости. 3. Убеждение в ценности собственного «Я»: «Я хороший человек» (самоценность), «Я правильно себя веду» (контроль) и оценка собственной удачливости [2].

Ситуация любого социального кризиса вызывает состояние психологической фрустрации всех социальных групп. Каждый индивид через призму социальных и базовых установок видит свой, индивидуальный путь выхода из этой ситуации, способы решения конфликтов. Всё зависит от того, какими мыслями, чувствами и эмоциями откликается кризисная ситуация в

сознании индивида. В сознании индивида, склонного к экстремистскому поведению, фрустрирующая ситуация вызывает амбивалентные чувства и эмоции: с одной стороны – подавленность, угнетенность, безысходность, страх, бессилие, а с другой – агрессию и ненависть. Эти чувства становятся источником энергии и мотивацией к активной деятельности. Экстремисты видят в качестве единственного приемлемого поведения на пути к разрешению ситуации крайние меры: агрессия, жестокость, насилие, террор. Такие люди по своей природе склонны к иррациональному поведению во многих сферах деятельности, особенно, когда эта деятельность связана с отношением с «врагами». Так же происходит ослабление или отключение нормативных и юридических запретов, границ.

Чем отличаются установки личности, склонной к экстремизму, и установки «нормального» человека? У экстремиста или индивида, склонного к экстремистскому поведению, рациональное познание и логика рассуждения как будто «отключены». Существует установка на предвзятое отношение к фактам, ложная идея. Поступающая информация слепо делится на «хорошую» и «плохую» (как и весь мир) в соответствии с тем, соотносится ли она с его идейными ценностями или нет. Экстремист придаёт информации, соответствующей его идее, большую значимость и ценность, ведь эта информация оправдывает его поведение, является аргументом для его значимости. Ценность объективной информации, несоответствующей идеологии, снижается или эта информация вовсе отрицается. Так как критика извне часто не соответствует идеологии экстремиста, она воспринимается враждебно и вызывает агрессию. Представление экстремиста о правильном устройстве мира расходятся с реальной действительности. Это расхождение четко осознается, вводя экстремиста в состояние фрустрации. Экстремист пытается устранить это несоответствие, воплотить его иллюзорные представления в жизнь. Но это, как правило, невозможно, поэтому внешний мир социальной реальности враждебен, является преградой в реализации его утопий. Состояние психологической фрустрации, постоянный конфликт с обществом носят систематический характер [3]

На основе анализа психологических характеристик индивида, склонного к экстремистской деятельности, можно предположить наличие у такой личности следующих базовых установок (по Р. Янофф-Бульман») [2]: низкий уровень категории «благосклонность окружающего мира»; низкий уровень категории «отношение к осмысленности мира»; высокий уровень категории «собственная ценность»; средний или низкий уровень «общей безопасности».

Наличие у человека яркой идейной приверженности, группового нарциссизма, преобладающей групповой идентичности может быть связано с базовыми установками личности. Большое количество отечественных и зарубежных исследователей, говоря о причинах возникновения экстремистского поведения, рассматривает психологическую травму, полученную в детстве, как основную причину формирования экстремиста.

Детская травма – значимое событие в жизни ребенка, а значит оно может влиять на базовые установки личности. Травмирующее событие порождает формирование иррациональных базовых установок. Экстремистам и людям, склонным к экстремистскому поведению, характерно наличие иррациональных убеждений.

И базовые установки, и склонность к экстремистскому поведению формируются в детстве. Под действием значимого травмирующего события формируются иррациональные установки, которые характерны экстремистам. Поэтому наличие определенных базовых установок личности может быть связано с склонностью индивида к экстремистскому поведению.

Таким образом, цель нашей работы – исследование взаимоотношений базовых установок личности и склонности к экстремистскому поведению. Объект исследования – склонность к экстремистскому поведению. Предмет исследования – взаимосвязь склонности к экстремистскому поведению с базовыми убеждениями и установками личности. Основная гипотеза: наличие определенных базовых установок личности находится во взаимосвязи со склонностью к экстремистскому поведению личности.

Методы исследования:

- опросник «Склонность к экстремистскому поведению» Е.А. Васильевой [1], содержит 6 шкал (социальная агрессия, социальная фрустрация, склонность к риску, ксенофобия, инициативность, отсутствие ориентации на поиск компромиссов), позволяет определить склонность к экстремистскому поведению, если результаты по каждой из шести шкал испытуемый набрал больше среднего; методика не выявляет экстремистов, а позволяет определить, склонен ли респондент к экстремистским идеям, может ли быть вовлечён в экстремистскую организацию;

- «Шкала базовых убеждений» Р. Янофф-Бульман [4], позволяет диагностировать 3 базовых убеждения (вера в то, что в мире больше добра, чем зла; вера в то, что мир полон смысла; убеждение в ценности собственного «Я») через восемь категорий, на которых они основаны: 1) благосклонность мира; 2) доброта людей; 3) справедливость мира; 4) контролируемость мира; 5) случайность как принцип распределения происходящих событий; 6) ценность собственного «Я»; 7) степень самоконтроля над происходящими событиями; 8) степень удачи, или везения.

- методы статистической обработки данных (коэффициенты  $r$ -ранговой корреляции Спирмена,  $U$ -критерий Манна-Уитни).

**Выборка.** В исследовании приняли участие 312 человек в возрасте от 16 до 25 лет, с различным уровнем образования (школьники и студенты вузов), проживающие в г. Ярославле и г. Гаврилов-Яме Ярославской области. Юноши (53,8%) и девушки (46,2%). Выборка репрезентативна.

**Результаты исследования.** Во-первых, были проанализированы данные респондентов, склонных и не склонных к экстремистскому поведению (таблица 1)

Таблица 1. - Различия по шкалам методики  
«Склонность к экстремистскому поведению» между склонными и не  
склонными к экстремистскому поведению респондентами

| Склонность<br>экстремистскому<br>поведению     | Средние<br>значения |       | U-критерий<br>Манна-<br>Уитни |      | Уровень<br>значимости<br>Р |
|------------------------------------------------|---------------------|-------|-------------------------------|------|----------------------------|
|                                                | Есть                | Нет   | U                             | Z    |                            |
| Социальная фрустрация                          | 22,70               | 18,21 | 228,00                        | 4,05 | 0,000051                   |
| Социальная агрессивность                       | 21,79               | 16,91 | 196,00                        | 4,46 | 0,000008                   |
| Склонность к риску                             | 27,06               | 20,21 | 223,50                        | 4,11 | 0,000040                   |
| Нетерпимость к<br>инаковости (ксенофобия)      | 14,30               | 11,33 | 285,50                        | 3,32 | 0,000916                   |
| Отсутствие ориентации на<br>поиск компромиссов | 21,30               | 15,88 | 193,00                        | 4,50 | 0,000007                   |
| Инициативность                                 | 14,45               | 11,06 | 312,00                        | 2,98 | 0,002927                   |
| Склонность к<br>экстремистскому<br>поведению   | 121,61              | 87,67 | 6,00                          | 6,90 | 0,000000                   |

Различия между склонными и не склонными респондентами по всем шкалам методики находятся в зоне значимости при  $p < 0,01$ . Респонденты, отнесенные в группу «склонные к экстремистскому поведению», статистически достоверно относятся к этой группе. При этом 33 респондента (10,6 % выборки) получили по методике на склонность к экстремистскому поведению баллы выше среднего, т.е. психологически готовы к принятию радикальной идеологии. Именно их базовые установки представляют исследовательский интерес.

Далее мы сравнили данные по шкалам методики «Шкала базовых убеждений» у склонных и не склонных к экстремистскому поведению респондентов.

Данные показывают, что для склонных к экстремистскому поведению респондентов характерен заниженный уровень благосклонности окружающего мира, убеждение в собственной ценности завышено, уровень общей безопасности находится ниже по сравнению с респондентами, не склонными к экстремистскому поведению (таблица 2).

Таблица 2. - Различия по шкалам методики «Шкала базовых убеждений» у склонных и не склонными к экстремистскому поведению респондентов

| Шкалы                            | Склонность |      | U-критерий Манна-Уитни |       | Уровень значимости p |                                 |
|----------------------------------|------------|------|------------------------|-------|----------------------|---------------------------------|
|                                  | Есть       | Нет  | U                      | Z     |                      |                                 |
| Благосклонность окружающего мира | 2,99       | 3,56 | 298,00                 | -3,15 | 0,0016               | Различия значимы при $p < 0,01$ |
| Отношение к осмысленности        | 3,69       | 3,77 | 502,00                 | -0,54 | 0,5901               | Различия не значимы             |
| Собственная ценность             | 3,66       | 3,30 | 368,50                 | 2,25  | 0,0244               | Различия значимы при $p < 0,05$ |
| Общая безопасность               | 3,39       | 3,62 | 480,50                 | -0,81 | 0,4154               | Различия не значимы             |

У склонных к экстремистскому поведению респондентов благосклонность окружающего мира ниже, чем у не склонных на статистически достоверном уровне. Статистически значимых различий между склонными и не склонными респондентами по результатам шкалы «Отношение к осмысленности мира» нет. У склонных к экстремистскому поведению респондентов собственная ценность выше, чем у не склонных на статистически достоверном уровне. Статистически значимых различий между склонными и не склонными к экстремистскому поведению респондентами по результатами шкалы «Общая безопасность» нет.

Анализ взаимосвязей между склонностью к экстремистскому поведению и базовыми убеждениями показал, что существуют следующие статистически достоверные (при  $p < 0,05$ ) отношения.

Склонность к экстремистскому поведению отрицательно взаимосвязана с субъективным восприятием благосклонности окружающего мира. Это значит, что, чем выше склонность к экстремистскому поведению, тем менее благосклонным воспринимается мир. В эту категорию входят шкалы «Благосклонность мира» и «Доброта людей». Учитывая психологические особенности индивидов, рассмотренных в данной работе, можно сказать, что это логично. Внешний мир для склонного к экстремизму индивида видится как враждебный, недоброжелательный, несправедливый по отношению к нему. Человек видит в людях скорее только негативные черты.

Статистически значимых различий между склонными и не склонными к экстремизму респондентами по шкале «Отношение к осмысленности мира»

нет. Это значит, что склонность к экстремистскому поведению не связана с субъективным восприятием осмысленности мира. В эту категорию входят элементы, которые отражают отношение человека к справедливости мира, контролируемости, случайности событий. То есть это понимание того, насколько человек может повлиять на свою жизнь. У индивидов, склонных к экстремистскому поведению, нет четкой тенденции к осмысленности или не осмысленности мира. Вероятно, это может быть связано с индивидуальными психологическими характеристиками респондентов, не связанными с их склонностью к экстремистскому поведению.

Склонность к экстремистскому поведению положительно взаимосвязана с субъективным восприятием собственной ценности. У склонных к экстремистскому поведению респондентов собственная ценность выше, чем у не склонных к нему. У таких респондентов будет завышена ценность «Я», завышен самоконтроль, завышены показатели по шкале «Везение». Эти результаты можно объяснить сходством психологических характеристик индивида, склонного к экстремистскому поведению, и нарциссической личности [5]. У нарциссической личности присутствует обостренное чувство собственного достоинства, тщеславия и превосходства. Так же можно предположить, что, в ходе исследования, респонденты, имеющие в конструкте своей личности нарциссические черты, решили бессознательно продемонстрировать это превосходство, отвечая на вопросы методики в соответствии с этой установкой.

Статистически значимых различий между склонными и не склонными к экстремистскому поведению респондентами по шкале «Общая безопасность» нет. Склонность к экстремистскому поведению не связана с уровнем общей безопасности.

Склонность к экстремистскому поведению положительно взаимосвязана с уровнем социальной фрустрации. Чем выше социальная фрустрация, тем выше склонность к экстремистскому поведению. Под социальной фрустрацией понимается уровень фрустрирующего воздействия общества на индивида. Это можно объяснить тем, что конструкт личности индивида, склонного к экстремистскому поведению, подразумевает постоянный конфликт и борьбу со сложившимися устоями общества: религией, властью или чем-то другим. При этом представление экстремиста о правильном устройстве мира расходятся с реальной действительностью. Это расхождение четко осознается, вводя индивида в состояние фрустрации. Индивид пытается устранить это несоответствие, воплотить его иллюзорные представления в жизнь. Но это, как правило, невозможно, поэтому внешний мир социальной реальности враждебен, является преградой в реализации его утопий. Состояние психологической фрустрации, постоянный конфликт с обществом носят систематический характер.

Уровень социальной фрустрации отрицательно взаимосвязан с субъективным восприятием благосклонности мира. Чем выше социальная фрустрация, тем меньше убежденность в благосклонности мира. Под

социальной фрустрацией, опять же, понимается уровень фрустрирующего воздействия общества на индивида, а благосклонность мира включает в себя доброту людей. Постоянно фрустрирующий мир, который находится в состоянии постоянной вражды с индивидом не может восприниматься как благосклонный.

Склонность к экстремистскому поведению положительно взаимосвязана с уровнем нетерпимости к инаковости (ксенофобии). Чем выше склонность к экстремистскому поведению, тем выше ксенофобия. Ксенофобия – одно из базовых психологических характеристик индивида, склонного к экстремистскому поведению.

Таким образом, на основе результатов нашего эмпирического исследования взаимосвязи склонности к экстремистскому поведению и базовых установок личности, мы можем сделать следующие выводы. Чем выше склонность к экстремистскому поведению, тем выше убежденность в собственной ценности и тем ниже показатели убежденности в благосклонности мира. Чем выше склонность к экстремистскому поведению, тем выше уровень социальной фрустрации и нетерпимости к инаковости. Чем выше социальная фрустрация, тем меньше убежденности в благосклонности мира.

Результаты могут быть использованы для разработки превентивных социально-психологических мер противодействия экстремизму и дальнейших исследований детерминант экстремистского поведения.

#### **Список литературы**

1. Васильева, Е.А. Социально-психологические детерминанты склонности к экстремистскому поведению. Дипломная работа [Текст] / А.Е. Васильева. – Ярославль, 2015. – 154 с.
2. Падун, М.А., Котельникова, А.В. Модификация методики исследования базисных убеждений личности Р. Янофф-Бульман [Текст] / М.А. Падун, А.В. Котельникова // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29. – № 4. – С. 98-106.
3. Психологи о терроризме («круглый стол») [Текст] // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16. № 4. – С. 44-45.
4. Солдатова, Г.У., Шайгерова, Л.А. Психодиагностика толерантности личности [Текст]/ Г.У. Солдатова, Л.А. Шайгерова. – М.: Смысл, 2008. – 172 с.
5. Томэ Х., Кэхеле Х. Современный психоанализ. - СПб.: ВЕИП, 2001. – 304 с.
6. Гришина, А. В. Субъективные критерии выбора жертв преступниками / А. В. Гришина, М. В. Косцова // Психология XXI века: вызовы, поиски, векторы развития : Сборник материалов Всероссийского симпозиума психологов, Рязань, 05 апреля 2019 года / Под общей редакцией Д.В. Сочивко. – Рязань: Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний, 2019. – С. 439-444. – EDN ZCOOWL.

УДК 159.95

*К.М. Саркисян,  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
Севастопольский экономно-гуманитарный институт (филиал) «Крымского  
федерального университета им. В.И. Вернадского,  
Севастополь, Россия*

*А.В. Гришина,  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
Севастопольский экономно-гуманитарный институт (филиал) «Крымского  
федерального университета им. В.И. Вернадского,  
Севастополь, Россия*

### **ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ СТИЛЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ЕГО ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА**

**Аннотация.** В работе рассмотрена проблема изучения специфики индивидуального стиля деятельности тренера в контексте его типа темперамента.

Статистический анализ полученных показателей индивидуальный стиль деятельности и темперамент у тренеров показал наличие статистически значимых корреляционных связей индивидуальных стилей деятельности и типов темперамента. Результаты исследования могут быть использованы психологами в целях разработки программ психологического сопровождения тренеров; рекомендации по положительным и негативным аспектам темперамента в профессиональной деятельности тренеров.

**Ключевые слова.** Темперамент, индивидуальный стиль деятельности, тренер.

*K.M. Sarkisyan,  
Federal State Autonomous Educational Institution  
Sevastopol Economic and Humanitarian Institute (branch) of the V.I.  
Vernadsky Crimean Federal University,  
Sevastopol, Russia*

*A.V. Grishina,  
Federal State Autonomous Educational Institution  
Sevastopol Economic and Humanitarian Institute (branch) of the V.I.  
Vernadsky Crimean Federal University,  
Sevastopol, Russia*

### **INDIVIDUAL STYLE OF ACTIVITY OF THE COACH DEPENDING ON HIS TYPE OF TEMPERAMENT**

**Annotation.** The paper considers the problem of studying the specifics of an individual style of activity of a coach in the context of his type of temperament.

Statistical analysis of the obtained indicators of individual activity style and temperament among coaches showed the presence of statistically significant correlations of individual activity styles and temperament types. Psychologists to develop psychological support programs for trainers; recommendations on negative and positive can use the results of the study.

**Keywords.** Temperament, individual style of activity, coach.

Анализ спортивной психологии показал, что большое значение в развитии тренером философии успешной деятельности в спорте имеет его стиль работы, определяющий, как он решает задачи технической и тактической подготовки спортсменов, его педагогические способы и навыки в организации тренировочного и соревновательного процесса, какие методы использует для поддержания дисциплины спортсменов, а также какую роль он отводит спортсменам в принятии решений.

Социально-психологические аспекты деятельности тренера фокусируются на стиле управления спортсменами, на устойчивой системе методов и средств, приемов общения со спортсменами. Нельзя исключать влияния на индивидуальный стиль деятельности собственно темперамент тренера.

Проблема «Индивидуального стиля деятельности в зависимости от его типа темперамента» не утрачивает свою значимость. Так как нет достаточного теоретического материала и экспериментальных исследований, которые бы раскрывали бы выбранный нами феномен.

Цель статьи: теоретический анализ и выявление индивидуального стиля деятельности тренера а зависимости от его типа темперамента.

Задачи:

1. Теоретическое изучение индивидуального стиля деятельности и влияние на него темперамента.
2. Выявить основные типы стилей деятельности у тренера и их зависимость от темпераментальных особенностей.

Анализ теоретических источников по теме исследования позволил акцентировать внимание на следующих моментах:

Индивидуальный стиль деятельности тренера формируется в ходе его профессиональной деятельности. Тренерская деятельность, как и любая другая педагогическая деятельность, характеризуется определенным стилем исполнения [2, 3]. В общем смысле понятие «стиль» подразумевает наличие некоей устойчивой системы способов и приемов осуществления деятельности. Эта система является стабильной чертой, проявляющейся в различных условиях, при которых приходится выполнять данную деятельность. То, какой именно стиль исполнения складывается у тренера, в первую очередь зависит от его индивидуально-психологических особенностей — типа темперамента, черт характера, уровня развития профессиональных способностей и др. [6, 7].

Разнообразные движения, реакции, формы поведения – это то, что мы наблюдаем в деятельности человека, воспринимается нами как признаки темперамента, не смотря на то, что это иногда является отражением не столько темперамента, сколько индивидуального стиля деятельности, особенности которого могут совпадать и расходиться с темпераментом [1, 4, 5].

Для реализации выше изложенной научной проблемы, были использованы следующие методики:

- 1) Методика А. Н. Белова «Формула темперамента»;
- 2) Опросник «Индивидуальный стиль педагогической деятельности тренера», авторы А. М. Маркова, А. Я. Никонова.

В исследовании принимали участие тренера по разным видам спорта, а также студенты 3-го курса направления физическая культура. Гендерный состав: 7 мужчин и 5 женщин.

Результаты методики А.Н. Белова «Формула темперамента» показали, что у респондентов наиболее выражен тип темперамента сангвиник (29,9). Для них характерна сильная, уравновешенная, подвижная нервная система. Сангвиник – человек с повышенной реактивностью, но при этом активность и реактивность у него уравновешены. На втором месте – флегматик (26,3). Данный тип темперамента характеризует обладателя высокой активностью, значительно преобладающей над малой реактивностью, малой чувствительностью и эмоциональностью.

С небольшим разрывом следом идет следующий тип темперамента – холерик (25,4), который отличается малой чувствительностью, высокой реактивностью и активностью, как и сангвиник. Однако у холерика реактивность явно преобладает над активностью, поэтому он необуздан, несдержан, нетерпелив, вспыльчив.

И на четвертом месте – меланхолик (21,4). Такой человек обладает высокой чувствительностью и малой реактивностью. Повышенная чувствительность при большей инертности приводит к тому, что незначительный повод может вызвать у него слезы, он чрезмерно обидчив и чувствителен.

Результаты опросника «Индивидуальный стиль педагогической деятельности тренера», авторы А. М. Маркова, А. Я. Никонова показали, что на первом месте – рассуждающе-методический стиль (РМС) деятельности (52,2). Тренер с РМС проявляет консервативность в использовании средств и способов педагогической деятельности. Высокая методичность (систематичность закрепления, повторения учебного материала, контроля навыков и умений) сочетается с малым, стандартным набором используемых методов обучения, предпочтением репродуктивной деятельности спортсменов, редким проведением коллективных обсуждений. В процессе заданий тренер обращается к небольшому количеству спортсменов, уделяя внимание слабым.

На втором месте – эмоционально-методический стиль (50,4). Для тренера с ЭМС характерны ориентация на процесс и результаты обучения, адекватное планирование учебно-воспитательного процесса, высокая оперативность, некоторое преобладание интуитивности над рефлексивностью. Ориентируясь как на процесс, так и на результаты обучения, тренер адекватно планирует учебно-воспитательный процесс, внимательно следит за уровнем развития всех спортсменов, в его деятельности постоянно представлены закрепление и повторение упражнений, контроль. Такого тренера отличает высокая оперативность, он часто меняет виды работы на тренировке, практикует коллективные формы работы. Используя столь же богатый арсенал методических приемов, что и тренер с ЭИС, он стремится активизировать спортсменов не внешней развлекательностью, а заинтересовать особенностями самого вида спорта.

Следом за предыдущим стилем деятельности следует рассуждающе-импровизационный (49). Для тренера с РИС характерны ориентация на процесс и результаты обучения, адекватное планирование учебно-воспитательного процесса. По сравнению с тренерами эмоциональных стилей тренер с РИС проявляет меньшую изобретательность в подборе и варьировании методов обучения, не всегда способен обеспечить высокий темп работы, реже практикует коллективные формы работы. Тренер меньше говорит сам, предпочитая воздействовать на спортсменов косвенным путем (подсказками, уточнениями и т.д.).

И меньше всего набрал эмоционально-импровизационный стиль (47,1). Тренера с ЭИС отличает преимущественная ориентация на процесс обучения. Объяснение нового материала такой тренер строит логично, интересно, однако в процессе объяснения у него часто отсутствует обратная связь со спортсменами. Во время выполнения упражнений тренер обращается к большому числу спортсменов, в основном сильных, интересующих его, дает им разнообразные задания в быстром темпе, но мало дает им говорить и проявлять самостоятельность. Для тренера характерно недостаточно адекватное планирование учебно-воспитательного процесса. Для отработки на тренировке он выбирает наиболее интересные упражнения; менее интересные, хотя и важные, он оставляет для самостоятельного выполнения. В деятельности недостаточно представлены закрепление и повторение упражнений, контроль за их выполнением. Тренера отличает высокая оперативность, использование разнообразных методов обучения. Он часто практикует групповые формы работы, стимулирует инициативу спортсмена. Характерна интуитивность, выражающаяся в неумении проанализировать особенности своей деятельности.

С помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена были выявлены следующие значимые корреляционные связи между индивидуальным стилем деятельности и темпераментом:

- По результатам корреляции была выявлена взаимосвязь между шкалой Флегматик и шкалой рассуждающе-импровизационный стиль ( $r_s =$

0,269; при  $p \leq 0,05$ ). Флегматика отличает выдержка, терпеливость и самообладание – что позволяет адекватно планировать учебно-воспитательный процесс, что важно для рассуждающе-импровизационного стиля деятельности. Также данный стиль деятельности отличает медленный темп работы, что можно обусловить особенностями темперамента.

- Была выявлена также взаимосвязь между шкалой Холерик и шкалой рассуждающе-импровизационный стиль ( $r_s = 0,378$ ; при  $p \leq 0,05$ ). В отличие от флегматиков, холерику присущ динамический темп работы и эмоциональная вовлеченность в коллективные обсуждения на занятии, чего не хватает тренеру с рассуждающе-импровизационным стилем деятельности.

- По результатам корреляции также выявлена тенденция взаимосвязи – Холерик и Рассуждающе-методический стиль ( $r_s = 0,719$ ; при  $p \leq 0,05$ ). Рассуждающе-методический стиль не смотря на системное и адекватное отношение к планированию тренировок, а также внимательному отношению к уровню подготовки каждого спортсмена, не может поддерживать постоянный интерес у спортсмена. Одной из причин является нестабильное общение со спортсменами, что характерно для тренера-холерика.

Таким образом, в ходе эмпирического исследования с помощью математического критерия Спиримена были выявлены взаимосвязи между типами темперамента и индивидуальными стилями деятельности у тренеров. Что частично подтвердило гипотезу, поставленную в начале научной работе. Флегматический тип темперамента коррелирует с рассуждающе-импровизационным стилем деятельности. Холерический тип темперамента в свою очередь имеет корреляцию с двумя стилями деятельности: рассуждающе-импровизационным стилем, рассуждающе-методическим стилем.

Таблица 1 – Практические рекомендации для каждого типа темперамента в профессиональной тренерской деятельности по положительным и негативным аспектам.

| № п/п | Название типа темперамента | Положительные аспекты                                                                 | Негативные аспекты                                                                                                        | Рекомендации                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | Сангвиник                  | Общительный<br>Контактный<br>Отзывчивый<br>Жизнерадостный<br>Инициативный<br>Активный | Быстро теряет интерес<br>Поверхностность<br>Легкомысленность<br>Склонность переключаться на более интересную деятельность | Тренер-сангвиник обычно имеет хорошие отношения со своими спортсменами, можно сказать дружеские. Из-за своей поверхности может не уделять должного внимания различным методикам обучения техники выбранного вида спорта. А также уделять большее время интересным и подвижным упражнениям, игнорируя |

|    |            |                                                                                                                         |                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                  |
|----|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |            |                                                                                                                         |                                                                                                                      | «неинтересные», но важные для результата упражнения. Тренер-сангвиник должен не забывать о своей эмоциональности, большой подвижности и впечатлительности. Иначе тренировки приобретут развлекательный характер. |
| 2. | Холерик    | Инициативный<br>Решительный<br>Активный<br>Энергичный                                                                   | Обидчивый<br>Агрессивный<br>Импульсивный<br>Поддающийся настроению                                                   | Тренерам с ярко выраженными чертами холерического темперамента следует контролировать свою несдержанность.                                                                                                       |
| 3. | Флегматик  | Сдержанность<br>Терпеливость<br>Самообладание<br>Надежность<br>Осмотрительность<br>Рассудительность<br>Добросовестность | Пассивность<br>Медлительность<br>Ригидность<br>Немногословность<br>Медлительность в принятии решения                 | Флегматики нередко становятся хорошими тренерами. Они отдают большую часть тренировок под изучение технических элементов и оттачивание физических качеств.                                                       |
| 4. | Меланхолик | Сдержанный<br>Склонный к<br>рассуждениям<br>Ответственность<br>Тонкое<br>тактическое чутье                              | Малоустойчив к<br>внешним<br>переменам<br>Вялый<br>Апатичный<br>Неработоспособный<br>Тревожный<br>Неуверенный в себе | Меланхоликам не рекомендуется заниматься преподавательской и тренерской деятельности. Однако если тренер-меланхолик любит свое дело всей душой, то ему необходимо повысить свою уверенность.                     |

Таким образом, на основании полученных нами эмпирических результатов, была разработаны рекомендации для каждого типа темперамента в профессиональной тренерской деятельности.

### Список литературы

1. Батаршев, А.В. Темперамент и свойства высшей нервной деятельности: Психологическая диагностика // А.В. Батаршев. - М.: Творческий центр Сфера. - 2002. – 184 с.
2. Блудов, Ю. М. Личность в спорте : очерки исследований психологии спортсмена / Ю. М. Блудов, В. А. Плахтиенко. - Москва : Советская Россия, 2001. –160 с.

3. Гришина, А. В. Психологический аспект спортивной мотивации у начинающих теннисистов / А. В. Гришина, М. В. Косцова, С. С. Кораблина // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2021. – № 2. – С. 96-103. – EDN SIQCGQ.
4. Гришина, А. В. Мотивация к занятиям спортом у подростков / А. В. Гришина, М. В. Косцова // Подросток в мегаполисе: продолженное взросление: : Сборник трудов XII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 09–11 апреля 2019 года / Ответственный редактор А.А. Бочавер. – Москва: Национальный исследовательский университет "Высшая школа экономики", 2019. – С. 59-62. – EDN ASEXIY.
5. Гришина, А. В. Психологическое сопровождение спортсменов с ПОДА по бочча в предсоревновательный период / А. В. Гришина, М. В. Косцова, А. В. Сошникова // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2021. – № 1. – С. 32-45. – EDN SFBJDL.
6. Минникаева Н. В. Педагогика физической культуры : учебное пособие / составитель Н. В. Минникаева. — Кемерово : КемГУ, 2019. — 111 с. — ISBN 978-5-8383-2370-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/125464>
7. Николаева О. О., Марков К. К. Стиль тренера в успешной спортивной деятельности // Современные наукоемкие технологии. – 2017. – № 6. – С. 146-151; URL: <https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=36715>
8. Стиль профессиональной деятельности тренера-преподавателя в игровых видах спорта / Ю.Д. Ушхо, Н.А. Цеева, М.Ю. Мирза [и др.] // Colloquium-journal. Польский международный журнал научных публикаций. Warszawa, 2021. № 17 (104). С. 28-30.
9. Труднев, И.В. Особенности формирования индивидуального стиля тренера в процессе профессиональной деятельности: автореф. дис. канд. пед. наук – М., 2005. - 19 с.
10. Moskvitin, R. A. Psychological features of football team / R. A. Moskvitin, M. V. Kostsova // Recent Achievements and Prospects of Innovations and Technologies : Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, Севастополь, 12 апреля 2017 года / Под редакцией Т.Г. Клепиковой, А.Г. Михайловой. – Севастополь: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Севастопольский государственный университет", 2017. – Р. 400-404. – EDN YQMUGL.

УДК 159.95

*А.А. Геращенко,*

*студентка 2 курса*

*Севастопольского Экономико-гуманитарного института*

*(филиал) Крымского федерального университета*

*им. В. И. Вернадского,*

*Севастополь, Россия*

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ БРАКОМ У СУПРУГОВ С РАЗНЫМИ СТРАТЕГИЯМИ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ**

**Аннотация:** Статья посвящена выявлению связи между выбором стратегии поведения в конфликте на удовлетворённость в молодых семьях. Связь между удовлетворённостью и сотрудничеством показывает прямую сильную корреляционную связь, и говорит о том, что при использовании семьями стратегию поведения сотрудничество повышается уровень удовлетворённости в браке. Не все стратегии поведения в конфликте имеют сильное влияние на удовлетворённость браком. Но некоторые из них вносят свой вклад в общую удовлетворённость или влияют на неудовлетворённость.

**Ключевые слова:** брак, удовлетворенность браком, семья, супружеский конфликт.

*A.A. Gerashchenko,*

*2nd year student of Sevastopol Institute of Economics and Humanities  
(branch)*

*V. I. Vernadsky Crimean Federal University,  
Sevastopol, Russia*

## **THE RELATIONSHIP OF MARITAL SATISFACTION BETWEEN SPOUSES WITH DIFFERENT STRATEGIES OF BEHAVIOR IN CONFLICT**

**Annotation.** The article is devoted to the identification of the relationship between the choice of a strategy of behavior in conflict on satisfaction in young families. The relationship between satisfaction and cooperation shows a direct strong correlation, and suggests that when families use the cooperation behavior strategy, the level of satisfaction in marriage increases. Not all conflict behavior strategies have a strong impact on marital satisfaction. But some of them contribute to overall satisfaction or affect dissatisfaction.

**Keywords:** family, marriage, marital conflict, marital satisfaction.

В настоящее время семья выступает одной из ведущих ценностей в нашей стране, и в следствии, её проблемы остаются главным предметом для исследования в разных науках, в том числе и психологии.

Психологи тщательно исследуют данную тему. Они ищут закономерности и причинно-следственную связь между конфликтами и темпераментом, воспитанием и семейным благополучием, интересами и временем, которое супруги проводят вместе. В современной семье, обычно, ключевые критерии удовлетворённости союзом является: потребность «в эмоциональном контакте», в ощущении комфорта и спокойствии рядом с человеком, потребность во взаимоподдержке [1, 2].

Статистика доказывает, что 67% браков в стране заканчиваются разводом, а на каждую тысячу граждан приходится 2, 5 развода в год [1].

Такие результаты свидетельствуют о нестабильных браках и низкой удовлетворённости супругов, что ведёт к распаду семей.

Умение правильно коммуницировать при возникновении конфликтной ситуации - это не врождённая способность, а тщательно проработанное поведение, которое оттачивается в результате упорной работы над собой [4]. Зная о способах поведения, гораздо проще решать возникающие вопросы. Стратегии являются уже готовым инструментом, которые послужат ключом к любой спорной ситуации [5].

Исходя из теоретического анализа, была выдвинута гипотеза: предполагается, что есть взаимосвязь между стратегией в решении конфликта и удовлетворённостью браком. Психологи К. Томас, Р. Килманн в ходе тщательных исследований сумели классифицировать все способы поведения в конфликте [3].

Мы провели исследование и выявили доминирующие стратегии поведения в конфликте и их связь с удовлетворённостью молодых семей. Для решения поставленной задачи использовался теоретический анализ и систематизация психологических сведений по теме исследования, а также эмпирические методы: тестирование (Опросник К. Томаса «Стили поведения в конфликте») и Тест-опросник удовлетворенности браком (В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко).

В ходе проведение констатирующего психодиагностического исследования приняли участие 10 пар состоящих в браке до 5 лет. Результаты, полученные нами в ходе установления уровня удовлетворенности браком мужчин и женщин отражены в рисунок 1.

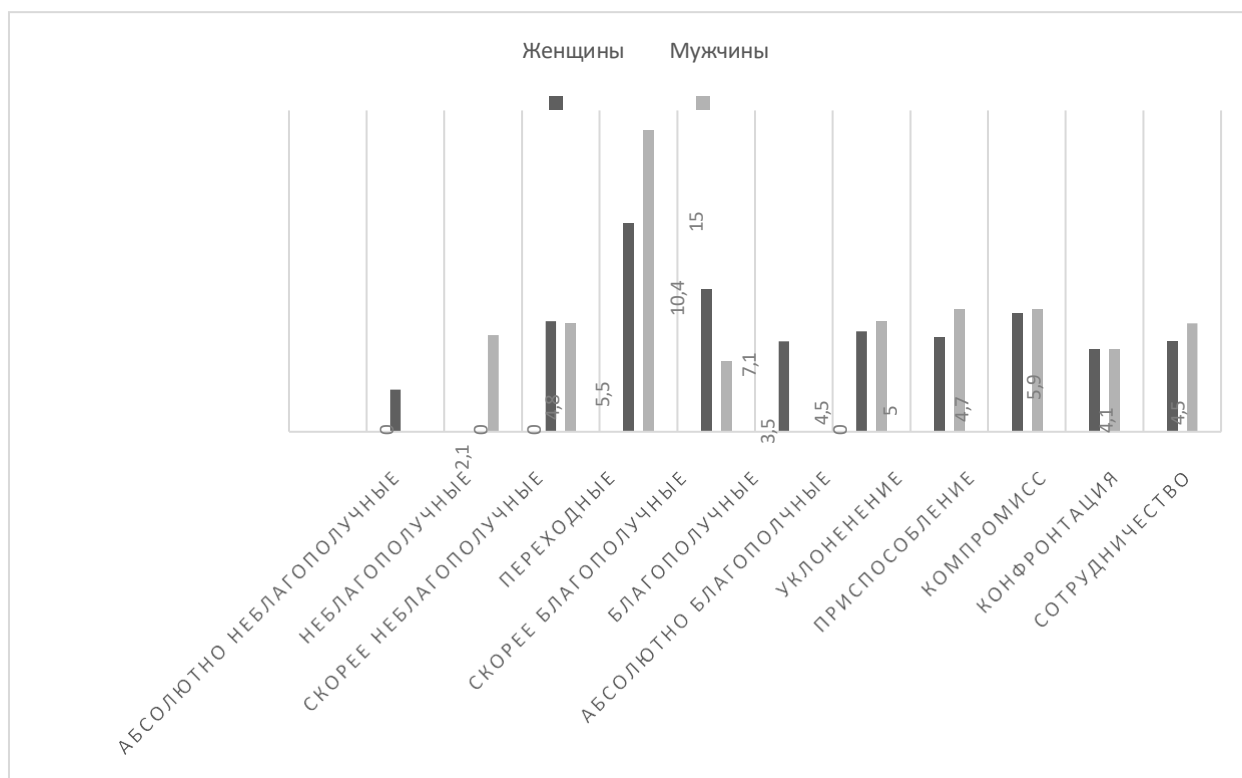


Рисунок 1 – Общие показатели по методике Томаса – Килмана и В.В. Столин, Т.Л. Романова

Согласно рисунку 1, можно отметить, что существенные различия в ответах между мужчинами и женщинами незначительны. Это может свидетельствовать о том, что у большинства респондентов присутствует удовлетворенность своим браком, так же это может говорить в целом о взаимной адаптации супругов к актуальным условиям.

По результатам методики Томаса - Килманна на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации можно увидеть общую динамику преобладающих стратегий на рисунке 2.

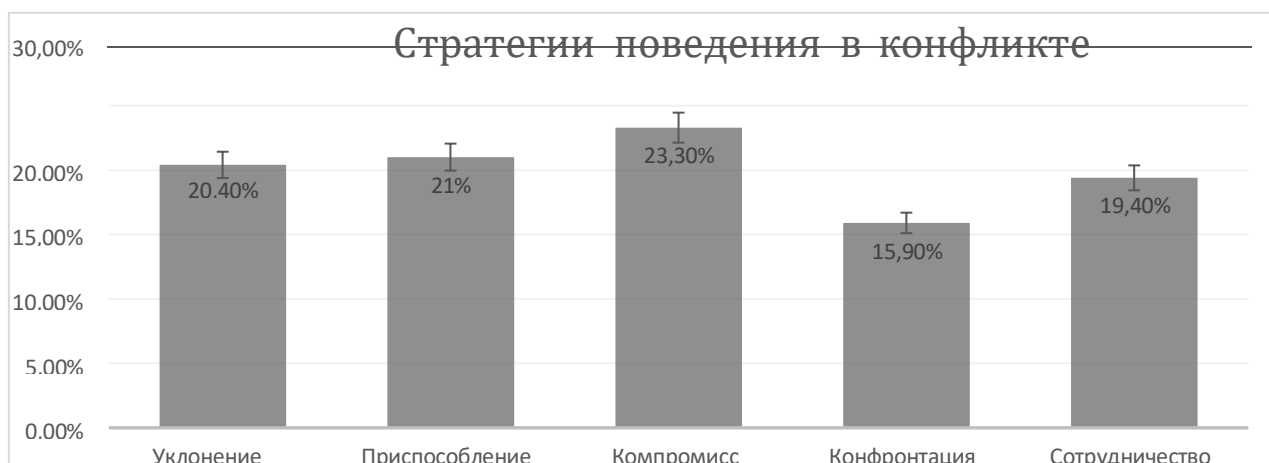


Рисунок 2 - Средние показатели по методике Томаса - Килманна на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации

Анализируя рисунок 2, мы видим, что меньше всего респондентов выбрали стратегию поведения конфронтация (15,3%), которая является не самой благоприятной в семейных отношениях. Конфронтацию используют люди, которые, прежде всего, ставят свои интересы выше других, и нередко обладают такими качествами как: властность, авторитарность, нетерпение к разногласиям и инакомыслию. Первостепенно ориентировка на сохранение того, что есть и боязнь нововведений, неоднозначных решений.

19,4 % пар выбрали стратегию сотрудничества. Стратегия характерна высоким уровнем направленности, как на собственные интересы, так и на интересы соперника. Данная стратегия строится не только на основе баланса интересов, но и на признании ценности межличностных отношений. Сотрудничество характеризуется уважением интересов оппонента и принятием на рассмотрение его точки зрения и интересов в целом.

Стратегию уклонения выбрали 20,4% респондентов. Данная стратегия характеризуется стремлением не брать на себя ответственность за принятие решений, не видеть разногласий, отрицать конфликт, считать его безопасным. Важным моментом, является то, что человек, который старается не решить проблему, а её избежать не может полноценно удовлетворить свои интересы и потребности, а лишь отодвигает их на потом.

21% выбрали стратегию поведения приспособление. Человек, придерживающийся данной стратегии, стремится напрямую уйти от конфликта. Направленность на личные интересы здесь низкая, а оценка интересов соперника высокая. Это свидетельствует, о том, что человек, принимающий стратегию приспособления, жертвует личными интересами в пользу интересов соперника. Семейные отношения подразумевают уступки, но тут важно не часто использовать те стратегии, которые по своей сути, не направлены на разрешение проблемы, а лишь временное её блокирование. Частое использование приспособления, может привести к упадку самооценки и провоцирование партнёра к доминирующему поведению. Для семейных отношений, это так же может стать важным аспектом которые требует детального рассмотрения с поиском в дальнейшем выхода из ситуации.

Стратегию поведения в конфликтной ситуации компромисс используют 23,3% опрошенных. Компромиссная стратегия поведения характеризуется балансом интересов конфликтующих сторон на среднем уровне. Иначе ее можно назвать стратегией взаимной уступки. При компромиссе обе стороны стараются удовлетворить потребности каждого из сторон, избегая наступления и агрессии.

По результатам выше представленного рисунка 2, можно увидеть, что чаще всего семейные пары используют компромисс и приспособление. Это может свидетельствовать о желании сберечь союз, но анализируя литературные источники, можно сказать, что при таких стратегиях накапливаются взаимные обиды и формируется чувство неполноценности, а также ощущение неудовлетворённости. При долгом использовании может привести, к желанию быть слышанным, и в нестабильном эмоциональном состоянии переход в конфронтацию. В качестве рекомендации, можно отметить, что в брачных отношениях, нужно стараться в балансе использовать разные способы поведения, отдавая предпочтение сотрудничеству.

Также было проведено тестирование по методике В.В. Столиным, Т.Л. Романовой, Г.П. Бутенко для дальнейшего сравнения связанных групп респондентов.

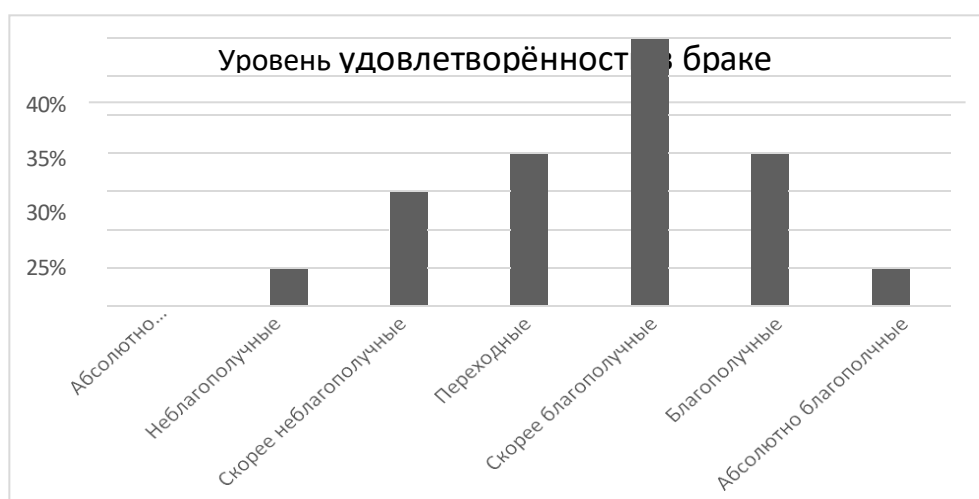


Рисунок 3 - Количественные результаты опроса супругов при изучении степени удовлетворенности-неудовлетворенности браком

Из рисунка 3 видно, что большинство респондентов считают свою семью скорее благополучной (35%), в стадии переходные и благополучнее находятся по 20% опрошенных. Это свидетельствует о том, что большинство семей объективно оценив свои отношения, находятся в удовлетворяющих обоим отношениях. Общее эмоциональное состояние является позитивным и средне выраженным. Всего 5% находятся в стадии абсолютно благополучных отношениях и неблагоприятных 5%, это может свидетельствовать о том, что как правило крайние варианты обычно, остаются не самыми актуальными. Обычно оценка отношений находится в среднем диапазоне по шкале удовлетворённости.

Для доказательства статистической гипотезы, что выбор супругами стратегии поведения в конфликте влияет на удовлетворённость в браке,

был проведён корреляционный анализ, который представлен в таблице 1.

Таблица 1 - Корреляционный анализ взаимосвязи выбора стратегии и удовлетворённостью браком (при  $p \leq 0,05$ )

| Удовлетворённость браком | Уклонение | Приспособление | Компромисс | Конфронтация | Сотрудничество |
|--------------------------|-----------|----------------|------------|--------------|----------------|
| Корреляция               | 0,04      | 0,09           | 0,2        | -0,2         | <b>0,8</b>     |

Согласно полученным статистическим данным, можно сделать следующий вывод, что корреляционная связь между удовлетворённостью и уклонением низкая, между удовлетворённостью и связь отсутствует, между удовлетворённостью и компромиссом указывает на слабую прямую корреляционную связь. Это может означать, что данная стратегия не ухудшает уровень удовлетворённости, но и не повышает его. Таким образом, поддерживает уже существующий уровень удовлетворённости.

Корреляционная связь между удовлетворённостью и говорит об обратной корреляционной связи. Таким образом, доказывает, что когда конфронтация нарастает, то уровень удовлетворённости падает.

Связь между удовлетворённостью и сотрудничеством показывает прямую сильную корреляционную связь, и говорит о том, что при использовании семьями стратегию поведения сотрудничество повышается уровень удовлетворённости в браке.

Не все стратегии поведения имеют сильное влияние на удовлетворённость браком. Но некоторые из них вносят свой вклад в общую удовлетворённость или влияют на неудовлетворённость. Таким образом, экспериментальная гипотеза данного исследования была доказана частично.

### Список литературы

1. Айвазова Д. Г. Методические возможности исследования удовлетворенности брачными отношениями // Сибирский психологический журнал. – 2014. – № 51. – С.148–155.
2. Гришина, А. В. Влияние типа семейных отношений на самооценку у подростка: результаты эмпирического исследования / А. В. Гришина, М. В.

- Косцова, В. В. Григорьева // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2021. – № 5. – С. 51-63. – EDN SQYSZB.
3. Ключников С. Семейные конфликты / С. Ключников. – СПб.: Питер, 2017. – 521 с.
4. Томас К. (адаптация Н. В. Гришиной) // Психологические тесты / Под ред. А. А. Карелина: В 2т. — М., 2001. — Т.2. С.69-77.
5. Chertkova, E. V. Interrelation of behavior in conflict and level of communicative abilities of students / E. V. Chertkova, A. V. Grishina // Recent Achievements and Prospects of Innovations and Technologies : Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, Севастополь, 12 апреля 2017 года / Под редакцией Т.Г. Клепиковой, А.Г. Михайловой. – Севастополь: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Севастопольский государственный университет", 2017. – Р. 386-390. – EDN YQMUFN.

УДК 159.9.07

*Е.Г. Малахова,  
специалист по индивидуальным образовательным траекториям  
Центра карьеры и трудоустройства  
Севастопольского государственного университета,  
г. Севастополь, Российская Федерация*

## **ВЛИЯНИЕ ЦВЕТОВОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ХАРАКТЕРИСТИКИ ЗАПОМИНАНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

**Аннотация:** Представлен обзор отечественных и зарубежных исследований влияния цветового воздействия на характеристики запоминания. Описан ход и результат эмпирического исследования особенностей влияния цвета на процесс запоминания учебного материала. Сформулированы психолого-педагогические рекомендации касательно колористического решения при оформлении учебных материалов.

**Ключевые слова:** цвет, память, процесс запоминания, оформление учебных материалов.

*E.G. Malakhova,  
specialist in the individual educational trajectories  
from Career and Employment Center  
of Sevastopol state university,  
Sevastopol, Russian Federation*

## **THE INFLUENCE OF COLOR EFFECTS AT THE MEMORY CHARACTERISTICS OF EDUCATIONAL MATTER**

**Abstract:** Presented an review on the native and foreign researches of the influence of color effects at the memory characteristics. Described the course and result of empirical research of the specific of color influence on the memorization process of educational matter. Formulated psychological and pedagogical recommendations about coloristic solution in the design of educational materials.

**Keywords:** color, memory, memorization process, design of educational materials.

Как отечественные, так и иностранные психологи в последние два десятилетия активно разрабатывают проблему влияния цвета на различные сферы личности. Наиболее освещенные стороны данного вопроса в отечественной психологической литературе – это особенности воздействия цвета на восприятие, а также его воздействие на эмоциональную сферу.

Интересным – и слабо освещенным в дискурсе российских психологических школ – остается вопрос о влиянии цвета на процесс

запоминания. Раскрытие данного вопроса и выделение ряда психологических и психофизиологических особенностей цветового воздействия может быть полезным в различных сферах человеческой деятельности и, в частности, в педагогике и психологии. Визуализация учебного материала крайне важна в педагогическом процессе, потому корректная подача зрительной информации, способствующая её наиболее продуктивному запоминанию учащимися, может значительно повысить эффективность обучения в средней и высшей школе.

Проблема цветового воздействия на память изучалась за рубежом на протяжении последнего полувека. В 1976 г. F.H. Farely и A.P. Grant выступили в научных кругах с теорией, предполагающей, что цвета оказывают большое влияние на внимание и, соответственно, запоминание, поскольку активная фиксация на объекте способствует его запечатлению в памяти. Данный вывод был основан на их исследовании внимания и познания. Они провели эксперименты по изучению влияния цвета на внимание, сравнив производительность памяти, используя при этом в качестве стимулов цветные и монохромные мультимедийные презентации, и обнаружили, что цветные мультимедийные презентации положительно повлияли на концентрацию внимания. Потому испытуемые продемонстрировали более высокую производительность памяти [6; с. 147-150].

С тех пор в научной литературе появлялись обзоры и других исследований, касающихся изучения влияния цвета на когнитивные процессы, в частности, память.

В экспериментах C.J. Boyatzis и R. Varghese конца 20-ого века добровольцам предложили внимательно рассмотреть ряд цветных и черно-белых пейзажных снимков. Затем фотографии смешали, и предложили испытуемым выбрать те, которые предьявлялись им ранее. В итоге, участники эксперимента «узнали» цветные картинки гораздо быстрее и точнее, чем черно-белые. Ученые также предложили испытуемым посмотреть и отыскать в пачке фотокарточек черно-белые снимки, раскрашенные в цвета неестественных оттенков. Их, как и простые черно-белые фотографии, участники эксперимента запомнили плохо. C.J. Boyatzis и R. Varghese сделали вывод, что запечатлению образа в человеческом мозге способствуют «природные» оттенки, присущие объектам окружающей среды, и предположили, что в процессе эволюции человеческие глаза «настроились» преимущественно на восприятие существующих в природе цветовых тонов. По этой причине мозг и фиксирует их в первую очередь. В то же время, на объектах, цвет которых не соответствует встроенной программе, человек не фокусирует внимание [4; с. 77-85].

D. Smilek, M. Dixon и P. Merikle в 2002 г. исследовали влияние цвета на производительность памяти. Они использовали цифровые ряды четырех цветов – черного, белого, конгруэнтного и неконгруэнтного. Три минуты были даны участникам, чтобы изучить стимулы, предьявленные на слайде, и еще три минуты, чтобы они вспомнили их и воспроизвели. Были выявлены

значительные различия в результатах экспериментальных групп. Производительность памяти участников оказалась выше в группе, которой предъявляли стимулы конгруэнтных цветов [5; с. 548-552].

В 2012 г. Y. Pan провел эксперимент с использованием геометрических фигур различных цветов. Участникам предъявили ряд разноцветных фигур и попросили запомнить как цвета, так и форму предметов. После участникам было предложено указать цвета и формы объектов, которые были представлены ранее. Y. Pan, что испытуемые лучше запомнили цвет предметов, а не сами фигуры. Это говорит о том, что цвета могут повысить уровень внимания и увеличить производительность памяти. Поэтому можно сделать вывод, что цветовое разнообразие имеет тенденцию фокусировать внимание на необходимых объектах и, следовательно, облегчать процесс запоминания [8; с. 124-128].

Вышеприведенные исследования показывают, что цвет может оказать положительное влияние на производительность памяти. Нигерийские исследователи Dr. Oluwakemi Olurinola и Dr. Omoniyi Tayo в 2015 г. задались вопросом, влияет ли цвет на характеристики запоминания студентов так же, как на память учеников, и какие цвета лучше всего использовать в педагогическом процессе, осуществляемом для юношеских возрастных групп. По этой причине они провели исследование, посвященное изучению цветового воздействия на запоминание студентами информации.

Ученые разделили аспирантов на три экспериментальные группы. Испытуемым из каждой группы предъявлялся стимульный материал – белый лист с 20-тью словами. Первой группе предъявлялись слова, напечатанные чёрный цветом, второй – конгруэнтными цветами (например, слово «яйцо» – жёлтым, а «опасность» – красным), а третьей – неконгруэнтными. Испытуемым дали возможность заучить слова в течении 10-ти минут, а после – отвлекли на полчаса, предоставив для решения ряд математических заданий. По истечению этого времени участников эксперимента попросили воспроизвести данные в начале исследования слова.

Данный эксперимент доказал, что есть существенная разница в продуктивности запоминания информации, представленной в ахроматическом варианте и хроматических. Исследование показало: наивысшую продуктивность запоминания продемонстрировали аспиранты, которым предъявили стимульный материал, окрашенный в конгруэнтные цвета, на втором месте по данному показателю оказались испытуемые из «монохроматической группы», а самые низкие показатели оказались у тех, чей стимульный материал был подан в неконгруэнтной гамме [7; с. 1-6].

Отечественные психологи также начинают интересоваться проблемой цветового воздействия на восприятие и память. В частности, в 2006 г. на базе Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета было проведено теоретико-эмпирическое исследование, посвященное изучению влияния цветового оформления учебных материалов на характер их

восприятия учащимися: психоэмоциональное воздействие цвета и его влияние на когнитивные процессы.

Опираясь на результаты данного исследования, можно выделить две функции цветового оформления учебных материалов:

1) создание познавательной «атмосферы», иначе говоря, учебной обстановки, максимально ориентированной на интенсивное восприятие информации и снижение стрессогенных факторов;

2) стимулирование когнитивных процессов путем использования специфических приёмов:

а – модуляция представления информации;

б – активизация наиболее важных элементов;

в – цветовое кодирование однотипных информационных объектов.

Опираясь на результаты опроса, проведенного среди студентов вышеуказанного ВУЗа, а также на анализ физического, оптического и психологического влияния цветов, Никулова Г.А. приводит ряд рекомендаций касательно графического оформления учебных материалов:

– при оформлении учебных материалов предпочтительным будет использование оттенков синего, голубого, желтого, белого и зеленого оттенков;

– не стоит использовать в избытке цвета, которые могут спровоцировать торможение нервных процессов и возникновение негативных эмоций – черный, красный, серый, коричневый;

– использование мягких градиентных переходов благотворно влияет на когнитивную сферу личности;

– необходимо минимизировать количество цветов на странице или слайде, а также избегать резких контрастов – это способствует быстрому утомлению и рассеиванию внимания.

В рамках исследования влияния цветового оформления учебных материалов на характер их восприятия учащимися был также проведен эксперимент, сущность которого заключалась в предъявлении испытуемым трех экспериментальных групп текстовых фрагментов, состоящих из 45 строк печатного текста. Текст был напечатан черными чернилами на бумаге трех цветов – белого, желтого и синего, – а также представлен в аналогичном виде на слайдах. Испытуемым предлагали выполнить задания для оценки концентрации их внимания, заключающиеся в вычеркивании указанных экспериментатором букв на бумаге и выделении курсивом определенных букв в компьютерном варианте теста.

Эксперимент показал, что наивысший показатели устойчивости внимания продемонстрировали испытуемые, работавшие с текстом на желтом фоне, несколько ниже показатели были для белого фона, и на 30-35% ниже – для синего.

В ходе эксперимента также был получен интересный побочный результат. Поскольку после окончания работы испытуемым предлагалось пересказать содержание текста, проведенный опыт позволил оценить также и

влияние цветовых комбинаций на запоминания. И несмотря на высокие показатели концентрации внимания, испытуемые, работавшие с белым и желтым фонами, смогли воспроизвести только отдельные слова и фразы из текста, а большая часть студентов, работавших с синим фоном, смогли пересказать суть текстового фрагмента.

Никулова Г.А. предполагает, что возникшие трудности при визуальной обработке текста в условиях пониженного контраста позитивно повлияли на ментальную активность, увеличили глубину обработки информации и поспособствовали запоминанию. Следовательно, можно сделать предположение, что увеличение времени обработки фрагмента на неконтрастном фоне сопровождается углублением его обработки и более детальным усвоением информации [1; с. 77-84].

В 2019 году в рамках проекта по изучению визуального мышления на базе Севастопольского государственного университета также проводилось исследование, посвященное изучению влияния цветового мышления на характеристики запоминания учебного материала.

Исследование проводилось в 2 этапа:

1) первичное исследование характеристик зрительной памяти респондентов с целью формирования трех статистически однородных выборок;

2) исследование продуктивности запоминания с учетом цветовых характеристик предоставляемых стимулов.

Первый этап необходим, дабы обеспечить чистоту дальнейшего исследования путем формирования трех статистически однородных выборок, среди членов которых будет одинаковое число респондентов с низкими, средними и высокими показателями продуктивности запоминания, объема кратковременной зрительной памяти и ее точности.

Поскольку в данном исследовании изучаются характеристики влияния цветового визуального мышления на память, то и методики для первого этапа были выбраны такие, которые позволяли изучить особенности именно зрительной памяти. Для диагностики на первом этапе исследования были выбраны следующие методики: «Продуктивность запоминания» авторства Н.Н. Коржа и «Память на числа», разработанная Э.Р. Ахмеджановым.

После первичного исследования свойств памяти респондентов изначальная выборка была разделена на 3 группы, в каждой из которых было статистически одинаковое распределение признаков «объем кратковременной зрительной памяти», «точность кратковременной зрительной памяти» и «средняя продуктивность запоминания». Первые две группы стали экспериментальными, третья – контрольной.

При проведении эксперимента каждой из групп была прочитана 40-минутная лекция по теме «Влияние цвета на психику человека» с параллельной демонстрацией презентации на 10 слайдов. Информация на предъявляемых испытуемым всех трех групп слайдах была одинаковой, отличалось только цветовое оформление данных слайдов. Первой

экспериментальной группе демонстрировались слайды, оформленные с применением чистых тонов цветового круга, второй экспериментальной группе – смешанных цветов желтой, синей и зеленой гамм, а контрольной – монохромные (черно-белые) слайды. При подготовке презентации соблюдался ряд общих правил, что обеспечивало благоприятное влияние на восприятие визуальной информации испытуемыми. После окончания лекции и демонстрации слайдов испытуемым предлагался для выполнения тест для проверки усвоенных знаний.

В результате проведения данного эмпирического исследования, было выявлено, что наивысший средний показатель продуктивности запоминания был получен во 2-ой экспериментальной группе, испытуемым которой предъявлялся учебный материал, оформленный с преимущественным использованием цветов, стимулирующих концентрацию внимания и запоминание, а именно – смешанных оттенков синей, зеленой и желтой гамм. Вторым результат показали испытуемые контрольной группы, который визуальный материал был представлен в монохромном – черно-белом – варианте. Самые низкие показатели были выявлены в 1-ой экспериментальной группе, испытуемым которой на втором этапе исследования был предъявлен материал, оформленный с использованием чистых цветов круга Иттена.

В результате проведённого эксперимента было доказано, что продуктивность запоминания материала зависит от цветовых характеристик предоставляемых стимулов.

После проведённого эксперимента были сформулированы психолого-педагогические рекомендации по организации учебного процесса для наиболее продуктивного усвоения студентами учебного материала с учетом особенностей цветового мышления. В список вошли рекомендации касательно колористического решения при оформлении учебных помещений и конкретные критерии, по которым необходимо оформлять учебные материалы (учебники, пособия, сопровождающие презентации, электронные курсы и т.д.).

*В список рекомендации по цветовому оформлению учебных материалов можно внести следующие положения:*

1. Необходимо учитывать соответствие цветов устойчивым зрительным ассоциациям: красный цвет можно использовать для активизации умственной деятельности обучающихся, желтый – для привлечения внимания, зеленый – для концентрации оного, синий – для повышения работоспособности.

2. При цветовом оформлении учебных материалов крайне желательным является учет принципов подборка грамотных сочетаний цветов с помощью круга Иттена, либо использование природных цветов.

3. При оформлении одного учебного материала рекомендуется использовать не более трех цветов, которые можно разнообразить их же оттенками.

4. Принципиальным является постоянство используемых цветов. Одни и те же объекты (таблицы, схемы, диаграммы) следует оформлять в одной цветовой гамме, которая должна сочетаться с общим цветовым оформлением.

5. Тест и иллюстрации должны быть достаточно контрастными к фону. Контраст допустим как прямой (темное на светлом). Следует помнить, что чтение большого объема светлого текста на темном фоне быстро утомляет зрительные анализатор и негативно сказывается на познавательной сфере.

6. Восприятие текста зависит не только от размера и характера шрифта, но и от его цвета. Лучшим цветом для основного текста является черный или максимально темный в выбранной цветовой гамме.

7. Не рекомендуется помещать яркие мелкие детали (рисунки, подписи) на яркий фон, даже если их цвета достаточно контрастны. Особенно это относится к противоположным парам цветового круга (красный – синий, зеленый – пурпурный, желтый – фиолетовый). Зрительный анализатор стремится привести в равновесие такое цветовое сочетание, как результат – быстро утомляется от фокусировки, внимание рассеивается и появляется эффект «ряби в глазах» [2; с. 523-525].

8. При дизайне учебного материала необходим учет принципов цветовой гармонизации. Такие принципы были предложены Дж. Менделом:

- а) ограничивать количество цветов тремя, но допускается использование оттенков выбранных цветов;
- б) выбирать активные цвета для акцентов, светлые, приглушенные – для фона;
- в) использовать серый для гармонии;
- г) использовать природные цвета [3].

### **Список литературы**

1. Никулова, Г.А. Цветовое оформление учебных материалов и его влияние на восприятие информации / Г.А. Никулова // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. – 2006, № 2. – С. 77-84.
2. Гришина, А. В. Исследование эмоционального интеллекта с разным уровнем когнитивной флексибельности (на примере подросткового и студенческого возрастов) / А. В. Гришина, М. В. Косцова, М. Е. Степанова // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2021. – № 1. – С. 21-32. – EDN EIBVAA.
3. Косцова, М. В. Методы формирования визуального мышления у студентов с нарушениями зрения / М. В. Косцова, И. Л. Пономаренко, А. В. Гришина // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. – 2020. – № 2(54). – С. 260-265. – EDN JTCVND.
4. Косцова, М. В. Особенности визуального мышления у студентов, занимающихся различными видами спорта / М. В. Косцова, И. Л.

Пономаренко, А. В. Гришина // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. – 2020. – № 4(56). – С. 318-326. – EDN HWVXDL.

5. Резник, Н.А. Визуальное мышление в обучении. Методические основы обучения математике с использованием средств развития визуального мышления / Н.А. Резник. – Lambert Academic Publishing, Saarbrücken, 2012. – 652 с.

6. Штремель, А.А. Цветовое оформление учебной аудитории и его влияние на образовательный и творческий процесс [Электронный ресурс] / А.А. Штремель, Е.М. Давыдова, В.Ю. Радченко // Электронный научный архив ТПУ [Электронное научное издание]. – 2015. – Режим доступа: [http://earchive.tpu.ru/bitstream/11683/17044/1/conference\\_tpu-2015-C04-v2-097.pdf](http://earchive.tpu.ru/bitstream/11683/17044/1/conference_tpu-2015-C04-v2-097.pdf)

7. Boyatzis, C.J. Children's Emotional Associations with Colors / Boyatzis C. J., Varghese R. // Journal of Genetic Psychology. – 199, № 155 (1). – P. 77-85.

8. Dixon, M. Research Report: Synesthetic color experiences influence memory / Dixon M., Smilek D., Cudahy C., Merikle P. // Psychological Science. – 2002, № 13 (6). – P. 548-552.

9. Grant, A.P. Arousal and cognition: Memory for color versus black and white multimedia presentation / Grant A.P., Fraley F.H. // The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied. – 1976, № 94 (1) – P. 147-150.

10. Olurinola, O. Colour Olurinola in Learning: It's Effect on the Retention Rate of Graduate Students / Olurinola O., Tayo O. // Journal of Education and Practice. – 2015, № 6 (14). – P. 1-6.

11. Pan, Y. Attentional capture by working memory contents / Pan Y. // Canadian Journal of Experimental Psychology. – 2012, № 64 (2) – P. 124-128.

УДК 159.9

*Ю.Г. Мазная,  
магистрант,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
г. Севастополь, Россия*

### **ТАЙМ МЕНЕДЖМЕНТ В СТРУКТУРЕ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВО ВРЕМЯ ЭКЗАМЕНАЦИОННОЙ СЕССИИ**

**Аннотация.** В статье рассматриваются вопросы, связанные с использованием студентами в рамках совладающего поведения возможностей тайм-менеджмента. Отмечено, что обучение в высшем учебном заведении, особенно в период экзаменационной сессии, является стрессогенным фактором для студентов. Поэтому поиск путей преодоления стрессовых ситуаций является актуальной проблемой психологической науки. В статье представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи стилей совладающего поведения у студентов с уровнем самоорганизации деятельности.

**Ключевые слова:** стресс, совладающее поведение, копинг-стратегии, тайм-менеджмент, самоменеджмент

*Y. G. Maznaya,,  
Master's student,  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia*

### **TIME MANAGEMENT IN THE STRUCTURE OF COPING BEHAVIOR OF STUDENTS DURING THE EXAMINATION SESSION**

**Annotation.** The article discusses issues related to the use of time management capabilities by students within the framework of coping behavior. It is noted that studying at a higher educational institution, especially during the examination session, is a stressful factor for students. Therefore, the search for ways to overcome stressful situations is an urgent problem of psychological science. The article presents the results of an empirical study of the relationship of coping behavior styles among students with the level of self-organization of activity.

**Keywords:** stress, coping behavior, coping strategies, time management, self-management.

Актуальность темы обусловлена тем фактом, что в наше время значительно увеличились темпы жизни современного общества, результатом чего стало частое переживание стрессовых ситуаций людьми всех возрастов. Особенно остро стоит проблема переживания стрессовых ситуаций в

юношеском возрасте. Многие авторы отмечают, что обучение в высших учебных заведениях, особенно в период экзаменационных сессий, является для молодых людей стрессовой ситуацией, следовательно, становится крайне важным вопрос создания копинг-стратегий у студентов. Отмечается, что от успешности формирования совладающего поведения студентов во многом зависит и уровень успеваемости, и умение правильно распределять время, а способность в условиях высшей школы достигать состояния психологического комфорта.

Необходимо также отметить, что проблема времени приобрела особую актуальность ввиду того, что темп жизни людей невероятно ускорился, а возможности человека стали значительно больше, потому, как ответ на ощущение критической нехватки времени, выявилась необходимость в организации и планировании времени. В связи с вышесказанным появилось такое направление науки, как тайм-менеджмент, или самоменеджмент.

Стоит отметить, что на сегодняшний день недостаточно изучен вопрос особенностей организации времени в период учебной сессии и роли тайм-менеджмента в совладающем поведении студентов.

Мы предположили, что:

- у студентов в силу особенности возраста преобладают низкие и средние показатели самоорганизации личности;
- уровень самоорганизации личности имеет значимые взаимосвязи с выбираемыми стратегиями совладающего поведения у студентов.

Изложение основного материала.

На сегодняшний день в психологических исследованиях, посвященных проблеме процессов, которые происходят с человеком в ситуации неопределенности и стресса, активно раскрывается феномен копинг-поведения (психологического совладания, преодоления).

Впервые термин «coping» был использован Л. Мерфи [7] в 1962 г. в рамках исследования способов преодоления дошкольниками основных требований, выдвигаемых в рамках возрастных кризисов. По результатам исследования Л. Мерфи предложила свое определение термина «копинг» - это деятельность личности по поддержанию или сохранению баланса между требованиями среды и ресурсами, удовлетворяющими этим требованиям.

В отечественной науке понятие совладающего поведения появилось в 90-е г.г. XX в. в рамках психологии труда. Первыми авторами, обратившими внимание на данную проблему, стали Н.А. Сирота и В.М. Ялтонский [6] в 1994 и 1995 г.г. В отечественной психологии укрепилось понятие «совладание» (справиться, одолеть) вместо понятия «копинг» (преодолеть), а понятия «копинг», копинг рассматриваются в контексте концепции стресса.

В российской психологической литературе принята следующая формулировка понятия «копинг» - деятельность личности по обеспечению или сохранению оптимального баланса между требованиями внешней среды и внутренними ресурсами, которые удовлетворяют данным требованиям, о чем пишет О.В. Кобзева [3].

В значительной части источников понятие «совладающее поведение» и «копинг» отождествляются. Как пишет Р.М. Грановская [1], совладание – это совокупность целенаправленных и осознаваемых стратегий разрешения конфликтных ситуаций для ослабления внутреннего напряжения и дискомфорта. Данные стратегии приобретаются личностью в процессе онтогенеза, впоследствии формирования речи, сознания и самосознания.

В современной научной психологической литературе постепенно начинает расширяться детальное феноменологическое понимание взаимозависимости совладающего поведения и факторов, влияющих на выбор данных способов совладания.

Для студентов, в отличие от взрослых людей, характерен более узкий репертуар стратегий совладающего поведения, при этом в ситуациях с повышенной критичностью и более высокой степенью неопределенности наиболее характерными стратегиями совладания являются стратегии, связанные с эмоциональным совладанием, и стратегии, направленные на всяческое избегание возникшей ситуации, и в меньшей степени – проблемно-ориентированные стратегии, в связи с чем становится актуальным вопрос об условиях формирования компонентов проблемно-ориентированной стратегии совладания у студентов, о чем упоминается в работе И.В. Храпай [5].

Современный студент, по мнению И.И. Стрекаловой [4], вынужден ежедневно решать множество задач: планировать свои дела и укладываться в сроки; работать с большими объемами информации и выполнять различные виды работ; успевать готовиться к зачетам, экзаменам и сохранять при этом своё психологическое здоровье. В то же время он хотел бы успевать отдыхать, развлекаться, заниматься спортом и общественной деятельностью, строить карьеру, ещё обучаясь в вузе. Однако быстро и качественно решать эти задачи удается не всем. Многим приходится чем-то жертвовать – личной жизнью, хобби, отдыхом, привычными удовольствиями. Часто это связано с тем, что студент просто не умеет организовывать свою жизнь, планировать учебное и личное время, сочетать и координировать разные виды деятельности.

Исследование, проведенное И.В. Храпай [5], говорит о том, что студенты испытывают трудности в усвоении знаний в большей степени потому, что у них не сформированы такие черты личности, как: готовность к учебе, способность учиться самостоятельно, контролировать и оценивать себя, умение правильно распределять свое время и т. п.

Одной из главных задач каждого успешного студента в современном образовании есть непрерывное индивидуальное саморазвитие именно потому, что учебные заведения в целом не способны контролировать этот процесс.

Неотъемлемым помощником в организации времени студента может стать тайм-менеджмент - отдельное направление менеджмента, направленное

именно на решение проблем организации времени и установления приоритетов при его использовании.

Для изучения особенностей использования тайм менеджмента в структуре совладающего поведения студентов в период экзаменационной сессии нами было проведено эмпирическое исследование. Базой исследования послужил Кубанский государственный университет (КубГУ), г. Краснодар, факультеты экономики и менеджмента. Было опрошено 50 студентов (25 юношей и 25 девушек) в возрасте 19-21 год в период зимней экзаменационной сессии. Использовались следующие методики: опросник самоорганизации деятельности (ОСД) (Е.Ю. Мандрикова) для диагностики сформированности навыков тактического планирования и стратегического целеполагания, особенностей структурирования деятельности, самоорганизации, а также опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса (копинг-тест Лазаруса) для определения копинг-механизмов, способов преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности. Были получены следующие результаты.

В начале была проведена диагностика использования тайм-менеджмента у студентов с помощью опросника самоорганизации деятельности (ОСД) (Е.Ю. Мандрикова). Результаты по данному опроснику представим в таблице 1.

Таблица 1 - Обобщенные данные в группе испытуемых по методике опросник самоорганизации деятельности (ОСД) (Е.Ю. Мандрикова)

| Шкала                   | Уровни      |    |             |    |             |    |
|-------------------------|-------------|----|-------------|----|-------------|----|
|                         | Высокий     |    | Средний     |    | Низкий      |    |
|                         | Кол-во чел. | %  | Кол-во чел. | %  | Кол-во чел. | %  |
| Планомерность           | 17          | 34 | 20          | 40 | 13          | 26 |
| Целеустремленность      | 16          | 32 | 26          | 52 | 8           | 16 |
| Настойчивость           | 14          | 28 | 30          | 60 | 8           | 16 |
| Фиксация                | 10          | 20 | 32          | 64 | 8           | 16 |
| Самоорганизация         | 10          | 20 | 21          | 42 | 19          | 38 |
| Ориентация на настоящее | 11          | 22 | 31          | 62 | 8           | 16 |
| Общий показатель        | 14          | 28 | 22          | 44 | 14          | 28 |

Наглядно полученные результаты видны на рисунке 1.

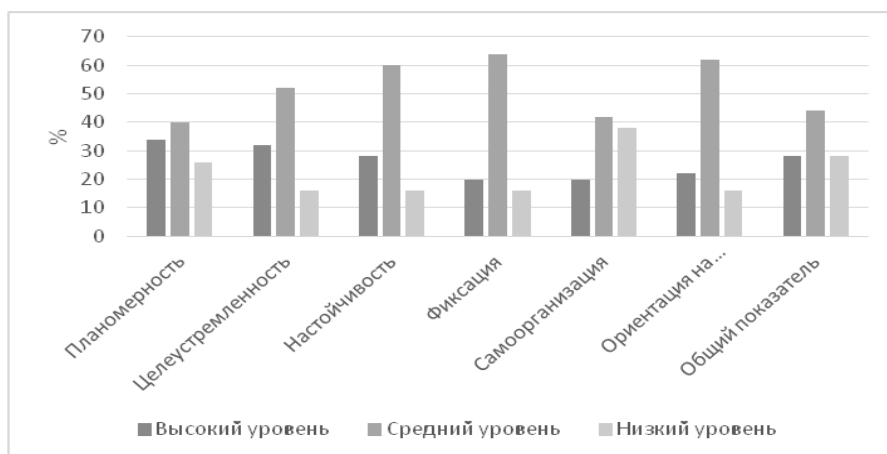


Рисунок 1 - Обобщенные данные в группе испытуемых по методике опросник самоорганизации деятельности (ОСД) (Е.Ю. Мандрикова)

Итак, по результатам диагностики самоорганизации деятельности мы можем констатировать, что:

- у студентов степень вовлеченности личности в тактическое ежедневное планирование по определенным принципам в основном представлена средними (40%) и низкими (26%) показателями;
- целеустремленность у опрошенных также имеет средние (52%) и низкие (16%) показатели;
- что касается склонности личности к приложению волевых усилий для завершения начатого дела и упорядочения активности, то мы также фиксируем преобладание среднего (60%) и низкого (16%) уровня;
- по шкале фиксации получены результаты: 64% опрошенных отнесены к среднему, 16% - к низкому уровню, что говорит о том, что склонность студентов к фиксации на заранее запланированной структуре организации событий во времени находится на среднем и низком уровне;
- по шкале самоорганизация большинство опрошенных также продемонстрировали низкие (38%) и средние (42%) показатели;
- по шкале ориентация на настоящее полученные показатели также свидетельствуют о том, что у студентов преобладает средний (62%) и низкий (16%) уровень.

Таким образом, полученные результаты подтверждают предложенную нами гипотезу, согласно которой у студентов, в силу особенности возраста, преобладают низкие и средние показатели самоорганизации деятельности.

Результаты по опроснику «Способы совладающего поведения» Лазаруса (копинг-тест Лазаруса) представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Обобщенные данные в группе испытуемых по методике опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса (копинг-тест Лазаруса)

| Копинг-стратегии              | Адаптивный копинг |    | Средний потенциал |    | Дезапативный копинг |    |
|-------------------------------|-------------------|----|-------------------|----|---------------------|----|
|                               | Кол-во            | %  | Кол-во            | %  | Кол-во              | %  |
| Конфронтативный копинг        | 11                | 22 | 25                | 50 | 14                  | 28 |
| Дистанцирование               | 12                | 24 | 23                | 46 | 15                  | 30 |
| Самоконтроль                  | 12                | 24 | 22                | 44 | 16                  | 32 |
| Поиск социальной поддержки    | 10                | 20 | 23                | 46 | 17                  | 34 |
| Принятие ответственности      | 12                | 24 | 22                | 44 | 16                  | 32 |
| Бегство-избегание             | 13                | 26 | 21                | 42 | 16                  | 32 |
| Планирование решения проблемы | 12                | 24 | 27                | 54 | 11                  | 22 |
| Положительная переоценка      | 10                | 20 | 26                | 52 | 14                  | 28 |

Полученные данные представим на рисунке 2.

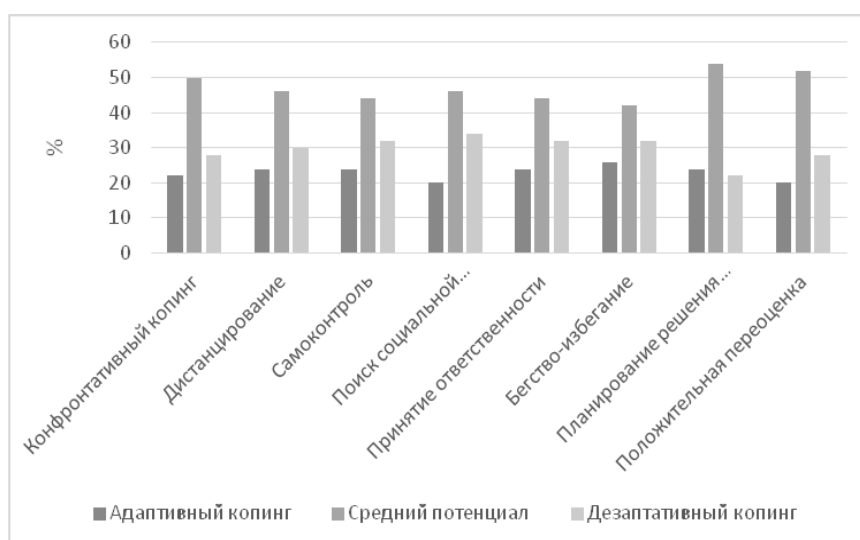


Рисунок 2 - Обобщенные данные в группе испытуемых по методике опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса (копинг-тест Лазаруса)

Анализ полученных данных в результате применения статистического критерия (коэффициент ранговой корреляции Спирмена), позволил выявить статистически значимые различия в следующих случаях: целеустремленность-дистанцирование ( $r_s = -0,275$ ,  $p \leq 0,05$ ); целеустремленность-самоконтроль ( $r_s = -0,452$ ,  $p \leq 0,05$ ); целеустремленность-принятие ответственности ( $r_s = -0,395$ ,  $p \leq 0,05$ ); целеустремленность-планирование решений ( $r_s = -0,308$ ,  $p \leq 0,05$ ); самоорганизация-конфронтационный копинг ( $r_s = -0,688$ ,  $p \leq 0,05$ ); самоорганизация-самоконтроль ( $r_s = -0,593$ ,  $p \leq 0,05$ ); самоорганизация-принятие ответственности ( $r_s = -0,716$ ,  $p \leq 0,05$ ); самоорганизация-планирование решений

( $r_s = -0,582$ ,  $p \leq 0,05$ ); самоорганизация-положительная переоценка ( $r_s = -0,435$ ,  $p \leq 0,05$ ); ориентация на настоящее -конфронтация ( $r_s = -0,394$ ,  $p \leq 0,05$ ); ориентация на настоящее-дистанцирование ( $r_s = -0,298$ ,  $p \leq 0,05$ ).

Таким образом, вышесказанное подтверждает вторую часть предложенной гипотезы, которая гласила, что уровень самоорганизации личности имеет значимые взаимосвязи с выбираемыми стратегиями совладающего поведения у студентов.

По итогам проведенного анализа мы сделали вывод о том, что период обучения в ВУЗе является стрессогенным фактором для молодых людей, вследствие этого они вынуждены использовать различные копинг-стратегии для нивелирования стресса. На наш взгляд, интересными возможностями в плане повышения адаптированности студентов высших учебных заведений и снижения стресса от невозможности грамотно распределить собственное время, обладает тайм-менеджмент – система различных техник, инструментов и стратегий, которые помогают структурировать график и управлять рабочими и личными процессами.

По итогам проведения эмпирического исследования было обнаружено значительное количество студентов, которые во время экзаменационной сессии выбирают неэффективные стратегии совладающего поведения.

Представленные выше результаты позволяют судить о назревшей необходимости разработки профилактических программ для коррекции особенностей совладающего (копинг) поведения студентов с точки зрения уровня самоорганизации деятельности, поскольку, как было обнаружено, уровень данного показателя имеет значимые взаимосвязи с выбором копинг-стратегий студентов.

### Список литературы

1. Грановская, Р.М. Защита личности: психологические механизмы / Р.М. Грановская, И.М. Никольская. – СПб.: Знание, 1999. – 352 с.
2. Гришина, А. В. Исследование копинг-стратегий подростков до и во время пандемии / А. В. Гришина, М. В. Косцова, В. А. Быстрыков // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – № 72-1. – С. 351-356. – EDN VTLKXI.
3. Кобзева, О.В. Проявление копинг-поведения в юношеском возрасте /О.В. Кобзева. // Вектор науки ТГУ. – 2011. - №3(6). – С. 155-159.
4. Стрекалова, И.И. О возможности применения технологий тайм менеджмента для эффективной организации самостоятельной работы студентов / И.И. Стрекалова. // Вестник ОГУ. - 2013.- №2 (151). - С. 226-231.
5. Храпай, И.В. Тайм-менеджмент как инструмент адаптации студентов к обучению в высшем медицинском учебном заведении / И.В. Храпай, Т.В. Козицкая, О.И. Ильченко. // Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 50-летию фармацевтического факультета КГМУ. / Под редакцией В.А.

Лазаренко, И.Л. Дроздовой, И.В. Зубковой, О.О. Куриловой. – Курск, 2016. – С. 134-140.

6. Ялтонский, В.М. Копинг-поведение и психопрофилактика психосоциальных расстройств у подростков. / В.М. Ялтонский, Н.А. Сирота // Обозр. психиатр. и мед. психол. – 1994. – №1. 63 – 64 с.

7. Murphy, L. The widening world of childhood./ L. Murphy. - New York : Basic Books, 1962. – 173 p.

УДК 159.99

*Е.А. Гавриловчук,  
педагог-психолог, учитель «экономического и  
психолого-педагогического направлений» I кв. категории  
МОУ «ТСШ №5»,  
г. Тирасполь, Приднестровье*

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ВОПРОСОВ ПСИХОЛОГИИ ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ, НА ПРИМЕРЕ ОПЫТА ПРИДНЕСТРОВЬЯ**

**Аннотация:** Вопросы образования в большей степени связаны с получением ЗУН. И к сожалению, мы стали меньше говорить о психологии образования, как в целом, так и по направлениям. В частности – воспитания. Воспитания патриотизма, нравственности, ценностей. На выходе – получаем, что получаем.

**Ключевые слова:** образование, воспитание, патриотизм, девиантное поведение, духовность, нравственность.

*E.A. Gavrilovchuk  
teacher-psychologist, teacher of «economic and  
psychological-pedagogical directions» I q. category  
MEI «TSS №5»,  
с. Tiraspol, Transnistria*

## **INTERRELATION OF ISSUES OF PSYCHOLOGY OF EDUCATION AND UPBRINGING OF THE YOUNGER GENERATION, ON THE EXAMPLE OF THE EXPERIENCE OF PRIDNESTROVIE**

**Abstract:** Education issues are more related to obtaining knowledge, skills. And unfortunately, we have begun to talk less about the psychology of education, both in general and in areas. In particular, upbringing. UPBRINGING of patriotism, morality, values. At the output, we get what we get.

**Keywords:** education, upbringing, patriotism, deviant behavior, spirituality, morality.

*Воспитание — великое дело: им решается участь человека.  
В.Г. Белинский*

Психология образования, это не только – «научение». А.С. Макаренко говорил: «... наши дети – это наша радость. Правильное воспитание – это наша счастливая старость, плохое воспитание – это наше будущее горе, это наши слезы, это наша вина перед другими людьми, перед всей страной» [1].

Психология образования – это в первую очередь воспитание подрастающего поколения.

В силу быстротечности видоизменяющегося мира, в котором ежедневно появляются новые понятия, термины, ценности, взгляды и действия, нельзя ни сказать о пробелах в воспитании современных школьников.

С одной стороны, педагогическое сообщество, родители, психологи, социологи и политологи говорят о VANI-мире. Который учит всех нас быть мобильными, коммуникабельными, быстро реагировать на действительность; оценивать текущее состояние. И тут же «А» (Тревожность) – беспокойство и тревога – симптомы хронических заболеваний XXI века – пассивность в принятии решений; боязнь принятия правды, и наоборот; ожидание перемен к худшему; боязнь остаться в стороне [3].

С другой стороны, мы наблюдаем, как молодое поколение дифференцируется в своем поле развития. Наряду с мотивированными молодыми людьми на карьеру, зарабатывание денег, саморазвитие, самоактуализацию. Всё больше проявляется индивидуализм и эгоцентризм, авторитарное поведение в общении, игнорирование чужого мнения, требование согласия с собственной позицией, девиантное и делинквентное поведение, диверсификация культурных и духовных ценностей, отсутствие у подрастающего поколения жизненных планов, либо более – «потребительское» поведение.

Общество стало наблюдать тревожные симптомы инфантильности у молодого поколения. На смену национальной культуре, приходит западная. Теряются не только национальные ценности, но и идентичность молодого поколения с семьёй, традициями наших предков, патриотические идеи, осознание самобытности культуры каждого этноса, гордость достижениями своей Родины, и даже стремление защитить свою Родину.

Педагоги и психологи наблюдают дезорганизацию молодежи. Социологи говорят о росте неформальных молодежных групп и объединений, среди которых особую тревогу вызывают молодежные неформальные объединения экстремистской направленности.

Родители наблюдают разрушающуюся тенденцию традиционных ценностей семьи, культуры, норм поведения, светлых идеалов.

Подрастающее поколение стало в культурном отношении, самой незащищённой категорией. Можно сказать, что за последние десятилетия, молодое поколение, находится в нравственном, духовном и эстетическом вакууме.

Возникает вопрос – почему, в школах США, многих европейских государствах, поют гимн, «подымают» флаг? Почему европейцы, американцы, японцы, с гордостью носят символику своей страны? Почему, в Японии, с 11-лет, ставят оценки «за патриотизм», которые включают в «табель об успеваемости»? В Китае, ежегодно увеличивается количество «патриотических материалов», которые в большей степени ориентируются на молодое поколение.

В Германии проводят программы, «социальный добровольный год» и «экологический добровольный год». Программы приобщают к социальным проблемам общества. Выпускник школы, участвующий в программе год, получает не только заработную плату, но и льготы при поступлении в ВУЗ.

В США, «патриотический дух» – везде. Поставщики государственной символики, бесплатно рассылают по почте небольшие флажки; нормой считается флаг не только в офисах, но и на фасаде частных домов; гимн исполняется на всех мероприятиях (не только официальных); «дух нации» пропагандирует Голливуд.

В Китае, США, Японии, идеи патриотизма, связаны с такими понятиями, как «патриот» города, муниципалитета, провинции и пр. Китай пошел дальше всех – компьютерные игры (National Spirit Online) пользуются большой популярностью у молодежи.

Мы видим, как во многих странах вопрос воспитания, патриотизма – стоит на первом месте.

Давайте посмотрим, что происходит в наших школах? Вот несколько примеров, из СМИ:

- гимназия № 1 (г.Симферополь), январь 2018г., ученик 7-го класса, ранил из пневматического пистолета школьника 5-го кл.;
- школа №5 поселок, рядом с Улан-Удэ, подросток-дебошир ранил 6-ть учащихся и учительницу (2018г.);
- студент I курса (Новосибирская обл.), стрелял в однокурсника, затем покончил с собой (май 2018г.);
- в Курганской области, школьница, из пневматического пистолета ранила 7-мь человек (март 2018г.);
- школьник, г. Стерлитамак, с ножом напал на 3-х человек, поджёт класс (2018г.);
- В. Росляков расстрелял несколько десятков человек (октябрь 2018г.);

Печальный список можно продолжать. Мы взяли только один год. А сколько таких случаев только по России. Мы не будем говорить, что творится в Европе и США. Нам не столь интересно. Но мы, должны понимать – что творится с нашими детьми, где мы их упускаем?

Если рассматривать, в психологическом плане, то «подростковому возрасту» характерны: отрицание взрослых; поиск себя; обостренное чувство справедливости; желание утвердиться в среде сверстников; негилизм; неуверенность в себе в силу неудач (первая любовь, непринятие в коллективе, субкультуре). Подросток легко подвержен внушению (особенно старших авторитетов), манипулированию им. У подростка в силу гормонального всплеска – неустойчивая психика. В таком психически неустойчивом состоянии, подросток легко может войти в какую-либо субкультуру, неформальное объединение, секты, и даже радикальные организации. А если в семье подростка неблагоприятная психологическая атмосфера, отсутствуют нормы морали и воспитания; асоциальная среда,

бедность, то во всех своих несчастьях, он винит всех окружающих. Становится агрессивным, неуправляемым, асоциальным [4].

Особенно, остро мы начали осознавать пробелы в воспитании патриотизма, любви к родине и отечеству, преданности своей культуре; почитании норм и ценностей предков; преданности своему народу.

Молодое поколение отрицает такие понятия, как благородство, человечность, верность долгу, бескорыстность, человеколюбие, правосознание, непримиримость, светлые и высокие идеи.

В силу последних происходящих событий, мы начинаем понимать – как, мы, взрослое поколение «недоучили», «недовоспитали» наших детей.

Перемены в «общественном сознании» сопровождаются межэтническими конфликтами, появляются различные оппозиционные группы, добивающиеся желаемого результата через терроризм, экстремизм, ксенофобию.

Приднестровская Молдавская Республика, столкнулась с проявлениями национализма, экстремизма и ксенофобии в 1992 году. Однако, причины конфликта возникли в 1989 году. Когда по законопроекту – единственным государственным языком МССР должен был стать молдавский в латинской графике. Это вызвало массовое возмущение русскоязычных граждан. «Народный фронт Молдавии», который устраивал массовые акции против советской власти, русскоязычного населения, пропагандировал «Румынизацию», и выдворение русскоговорящих не только с рабочих мест, занимаемых должностей, но и с территории проживания.

Обратим внимание, на то, что большую часть населения на левом берегу Днестра, составляют в среднем: русские – 31%, молдаване – 32%, украинцы – 29%, а также 35 национальностей: болгары, белорусы, гагаузы, евреи, немцы, поляки и другие. Референдум (3.12.1989г.), об автономии и равноправии языков не признали (91% проголосовало). Противостояние двух берегов Днестра нарастало. 2 марта 1992 год начался военный конфликт. Погибли не только военные, но и мирное население с обеих сторон Днестра. Поэтому был проведен референдум о создании Приднестровской автономной республики в составе Молдавии. Голосование состоялось 3 декабря 1989 года. Явка составила 81%. За Приднестровскую автономию с равноправием всех языков высказались более 91% [5].

Эта история имеет много сходства с нынешними событиями на Украине, прежде всего потому, что главной причиной конфликта послужило игнорирование интересов русскоязычного населения.

В связи с данными событиями, во всех организациях образования ПМР, вопросы национализма, экстремизма, ксенофобии не только изучаются, но и пресекаются в зародыше.

ГОС ООО ПМР в большей степени сориентированы на ФГОС РФ.

В РФ с 2010г. введен курс – «Основы духовно-нравственной культуры народов России», позднее переименован в «Основы религиозных культур и светской этики».

В ПМР курс «Основы религиозных культур и светской этики» введен на основании ГОС НОО ПМР с 2013года (приказ МП ПМР от 09.07.2013 г. №853), Концепции духовно-нравственного воспитания детей и молодежи ПМР (приказ МП ПМР от 21.07.2009 г. №800).

Государственная политика Приднестровской Молдавской Республики в области образования базируется на реальных современных социально-экономических условиях развития Республики, мировых тенденциях, религиозных, культурных и образовательных традициях народов Приднестровья.

Острота проблем духовно-нравственного воспитания в ПМР, обусловлена «идеологическим вакуумом», образовавшимся в начале 1990-х г. – в период становления государств на постсоветском пространстве, отсутствием в то время консолидированного системного подхода к воспитательной деятельности, неопределенностью стратегических целей и тактических задач в области воспитания и социализации, несовершенством правовой базы, законодательства в области воспитания и защиты общественной морали. В настоящее время в государстве и обществе укрепляется понимание, что эффективность экономического и социального развития непосредственно определяется уровнем личностной культуры человека, его гражданской позицией и морально-нравственным состоянием [2].

Правительство ПМР утвердило (07.02.2020г.) «Концепцию гражданско-патриотического воспитания в Приднестровской Молдавской Республике на 2020-2026 годы».

Основные формы, реализации идеологической Концепции:

1. просветительская работа (мероприятия, программы);
2. уроки, адаптированные под рабочие программы, тематику; возрастную категорию;
3. СМИ – печатные издания; телепередачи; радио информация;
4. лекции, семинары в организациях и трудовых коллективах;
5. в организациях образования – круглые столы, дискуссии, лекции, мероприятия к датам;
6. работа с молодежью – «дни открытых дверей»; выставки; музеи, экскурсии; гос. учреждения и встреча с их сотрудниками;
7. обучающие семинары, лектории; круглые столы; конференции; чтения;
8. адресная информация для разных категорий населения; встречи по вопросам права, экономики, социальной сферы; разъяснительная работа;
9. распространение тематической информации и печатной продукции (буклеты, памятки, флайеры);
10. интернет сайты, платформы, страницы; интернет-порталы и сообщества;
11. учебно-методические материалы по вопросам воспитания молодого поколения;

12. проведение акций; флешмобов; субботников;
13. волонтерская работа;
14. совместная работа и встречи с представителями духовенства (разных конфессий); представителями диаспор; общественными организациями, фондами.

В работе по патриотическому воспитанию в ПМР, действуют школьные и студенческие объединения; волонтерские движения; проводятся конкурсы и мероприятия, связанные с знаменательными датами республики.

В 2002 г. руководством МВД ПМР было принято решение об организации кадетского отделения при Тираспольском высшем юридическом колледже. Открылось - ГОУ «Республиканский кадетский корпус им. светлейшего князя Потёмкина-Таврического» МВД ПМР.

В 2017 году, Указом Президента ПМР, «целях воспитания подрастающего поколения в традициях верности и защиты Родины, патриотизма, поддержания на высоком уровне воинской дисциплины, подготовки кадров Вооруженных сил Приднестровской Молдавской Республики, увековечения памяти национального героя России и Приднестровья, Генералиссимуса российской армии, освободителя и благодетеля приднестровской земли, основателя и защитника города Тирасполь Александра Васильевича Суворова», образовано ГОУ «Тираспольское Суворовское военное училище» [6].

Гражданско-патриотическое воспитание детей и молодежи занимает особое место в воспитательной работе всех организаций образования Приднестровской Молдавской Республики.

В образовательных учреждениях реализуется комплекс традиционных мероприятий, посвященных памятным историческим датам Республики.

Мероприятия: образование ПМР (2 сентября), основание административно-территориальных единиц Республики, образование вооруженных сил ПМР, День Победы в Великой Отечественной войне, освобождение населенных пунктов от немецко-фашистских захватчиков и др. Особое внимание уделяется проведению тематических мероприятий с участием в них очевидцев обсуждаемых событий, представителей общественных объединений, деятелей науки, культуры, представителями вооруженных сил ПМР, ОВД ПМР, творческими и научными союзами, средствами массовой информации, служителей православной церкви и др.

В учреждениях оказывается всемерная поддержка детским общественным объединениям, юнармейским, Ю.И. Довским, экологическим, трудовым отрядам и молодежным общественным объединениям – путем привлечения их к деятельности органов самоуправления (школьники, студенты).

На республиканском уровне традиционно проводится Фестиваль литературно-музыкальных композиций гражданско-патриотической направленности, занимающий важное место в гражданско-патриотическом воспитании детей и молодежи Республики.

Также проводятся:

- Республиканский военно-прикладной слёт «Сыны Победы»;
- Международный молодёжный образовательный сбор военно-спортивных организаций «СОЮЗ – Наследники Победы»;
- военно-спортивной игре «Юный патриот Приднестровья»;
- Посещение музея ОГРВ («миротворческие силы» РФ) в приднестровском регионе;
- месячники оборонно-массовой работы, военно-спортивные праздники, День защитника Отечества «Мы парни brave; игры «ЮПП»;
- совместную плановую работу с шефскими воинскими частями, закрепленных за школами Министерством обороны ПМР, руководство военно-прикладными кружками и секциями, дополнительные практические занятия с учащимися, проведение «Дня призывника»;
- мероприятия в рамках «Бендерской трагедии» (1992 г.); Республиканские гражданско-патриотические акции;
- Республиканский фестиваль студенческого творчества «Приднестровская весна»;
- с 2010 года организовывается конкурс сочинений по гражданско-патриотической тематике; конкурс литературно – музыкальных композиций гражданско – патриотической направленности;
- встречи с защитниками ПМР, ветеранами ВОВ, участниками боевых действий в ДРА, проведение тематических мероприятий о ВОВ. Отдельно ведется «шефство» над памятниками, выставление почетного караула на Мемориале славы г. Тирасполя;
- походы и туристические поездки по музеям и местам боевой славы (до пандемии, выезды были за пределы ПМР);
- участие в соревнованиях по военно-прикладным видам спорта, участие в слетах и соревнованиях «ЮИД», смотр-конкурс песни и строя среди учащихся 6–11 классов, поздравление и выступление с концертами перед воинами шефских частей и т.д.
- ежегодный республиканский фестиваль «Мы этой памяти верны» (песни, стихи, баллады);
- Управление молодёжной политики Министерства просвещения проводит Республиканский конкурс творческих медиаработ «Вехи памяти и славы», посвящённый Победе в Великой Отечественной войне.
- конкурс авторских поэтических произведений гражданско-патриотической направленности (в исполнении автора) и конкурс авторской песни гражданско-патриотической направленности;

В Республике проводится 14 основных мероприятий, таких как республиканский Фестиваль «Юный патриот Приднестровья», Фестиваль «Юный инспектор дорожного движения», Республиканская легкоатлетическая спартакиада - эстафета по военно-прикладным и техническим видам спорта (февраль, апрель), Фестиваль «Мы этой памяти

верны», Республиканская акция «Знай Конституцию своего государства» (декабрь).

Один раз в 5-ть лет, проводится военно-патриотический Слет «Поколение - МЫ!» для учащихся СПО. Слет посвящен приобщению навыков военной службы.

С сентября 2021г. – зарегистрировано молодёжное движение «Наследие». Цель – совместная работа с Союзом защитников Приднестровья и Союзом бойцов народного ополчения, по историко-патриотической, спортивной и просветительской работе с молодёжью. Действует лагерь «Марс» - патриотическое воспитание.

Ежегодно по тематике «патриотическом и духовно-нравственном воспитании молодежи» проводится более 500 конкурсов, викторин, концертов;

С 2017 года в целях распространения лучших педагогических практик по гражданско-патриотическому воспитанию молодежи проводится общереспубликанского конкурса методических разработок для молодых педагогов «Растим патриотов Приднестровья».

В рамках круглых столов, встреч проводятся Вебинары, Семинары для педагогов. 8 апреля 2022 года на площадке Министерства просвещения в дистанционном формате прошел круглый стол на тему: «Противодействие идеологии экстремизма и терроризма в молодежной среде».

В апреле 2022г, ГОУ ДПО «ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ И ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ» провел курсы для педагогов на тему «Профилактика экстремизма и терроризма в организациях образования».

Приднестровье на себе ощутило все проблемы национализма, экстремизма, ксенофобии.

В заключении, можно сказать словами П.П. Блонского: «Овейте душу ребенка героизмом и поэзией, этим вы воспитаєте в нем самоотверженное, нежное сердце. Побольше рассказов о героях - людях и героях - народах, побольше поэзии, музыки ...».

Считаем, приоритетной задачей любого государства является патриотическое воспитание.

### **Список литературы**

1. Антон Семенович Макаренко «ЛЕКЦИИ О ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ» [Электронный ресурс]: «ЛитМир - Электронная Библиотека». URL: <https://www.litmir.me/br/?b=577833&p=1>
2. Данилюк А.Я., Макарова М.Я., Турчак С.К. Концепция духовно-нравственного воспитания детей и молодежи Приднестровья. – Тирасполь, 2009. – 48 с
3. Доклад BITOBE CONSULTING GROUP «Какой мир пришел на смену VUCA? BANI как новый способ осмыслить меняющуюся реальность». [Электронный ресурс]: «Новая эпоха управления» 02.11.2021. URL: <https://blog.bitobe.ru/article/kakoy-mir-prishel-na-smenu-vuca/?ysclid=l2hh5rsqy9>

4. «Это надо знать: профилактика экстремизма среди несовершеннолетних и в молодежной среде» // Азбука воспитания. [Электронный ресурс]: Раздел – «Проблемы и решения». Статьи о православном воспитании детей. URL: <https://azbyka.ru/deti/ehto-nado-znat-profilaktika-ehkstremizma-sredi-nesovershennoletnikh-i-v-molodezhnojj-srede>

5. «Потеряли берега 30 лет назад Приднестровье отделилось от Молдавии. Как начиналась война, о которой все забыли?». [Электронный ресурс]: «Лента.Ру» -последние новости //Раздел: «Бывший СССР». URL: <https://lenta.ru/articles/2020/09/07/pmr/?ysclid=l2hajlf4zs>

6. Официальный сайт «Тираспольское суворовское училище» [Электронный ресурс]: Указ Президента № 79 от 2 февраля 2017 г. «О создании государственного образовательного учреждения «Тираспольское Суворовское военное училище» URL: <https://tsvu.ru/index.php/informatsiya-dlya-roditelej/2291-ukaz-prezidenta-79-ot-2-fevralya-2017-g-o-sozdanii-gosudarstvennogo-obrazovatel'nogo-uchrezhdeniya-tiraspolskoe-suvorovskoe-voennoe-uchilishche>

**УДК 159.99**

*И.И. Жарова*

*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,*

*Севастополь, Россия*

*О.А. Кондрашихина,*

*кандидат психол. наук, доцент*

*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,*

*Севастополь, Россия*

### **СТРЕСС-СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ МЕДРАБОТНИКОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19**

**Аннотация.** В статье рассмотрены особенности совладающего поведения медицинского персонала в период пандемии COVID-19.

**Ключевые слова.** Копинг-стратегии, совладающее поведение, медицинские работники, пандемия COVID-19.

*I.I. Zharova*

*Sevastopol State University, Sevastopol, Russia*

*O.A. Kondrashikhina,*

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor*

*Sevastopol State University,*

*Sevastopol, Russia*

### **STRESS-COPING BEHAVIOR OF MID-LEVEL HEALTH WORKERS DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

**Annotation.** The article discusses the features of coping behavior of medical personnel during the COVID-19 pandemic.

**Keywords.** Coping strategies, coping behavior, medical professionals, COVID-19 pandemic.

Проблема стресса возникла давно, но научное осознание ее произошло лишь в последние десятилетия и отражается как в развитии современной науки о человеке, и в стремлении к удовлетворению насущных потребностей общества. В работе медицинской сестры важное значение имеет режим эмоциональной безопасности.

Стресс – неспецифическая (общая) реакция организма на воздействие (физическое или психологическое), нарушающее его гомеостаз, а также соответствующее состояние нервной системы организма. Г. Селье выделил три стадии стресса: реакция тревоги, сопротивления и истощения.

Стрессоустойчивость - совокупность качеств, позволяющих организму спокойно переносить действие стрессоров без вредных всплесков эмоций, влияющих на деятельность и на окружающих, а также способных вызывать психические расстройства. Стрессоустойчивость - это адаптация личности к

стресс-факторам, возможность адекватно реагировать на неординарные ситуации.

Понятие «coping» произошло от английского слова «соре» и переводится, как «справляться», «совладать». Л. Мэрфи (1962 г.) выявил соотношение копинг-поведения и индивидуально - типологических особенностей личности, и прошлого опыта совладания со стрессом; а также обозначил две составляющие части копинга - когнитивная и поведенческая.

Эмпирическое исследование, направленное на выявление стресс-совладающего поведения среднего медицинского персонала, проводилось в период пандемии COVID-19. База исследования - медицинские работники среднего звена ГБУЗС ГБ №5 ЦОЗМиР детской поликлиники №2. Выборка составила 33 человека, возрастной категории от 23 до 67 лет, период стажа работы составил от 4 до 40 лет.

По методике «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях (С. Норман, М.И. Паркер и др.; адаптированный вариант Т.А. Крюковой) были выявлены следующие результаты: высокие показатели, свидетельствующие об активности (конструктивности) данного вида копинга, выявлены для таких копингов, как:

- ориентированный на решение задач (37% испытуемых набрали высокие значения по данному виду совладания с трудной ситуацией)
- копинги, ориентированные на избегание (7% медработников)
- копинги, ориентированные на эмоции (4%)

было выявлено в процентном соотношении, что наиболее предпочитаемой в обследуемой выборке оказывается конструктивная копинг-стратегия, предполагающая трезвую оценку ситуации и решение конкретной задачи. При этом эмоциональное реагирование на трудности также присуще обследуемым медработникам, что может отражать недостаточно высокую рациональность при принятии решений, отражающую эмоциональную нагруженность ситуации профессиональной деятельности, обусловленную пандемией COVID-19.

Результаты, полученные при помощи опросника способов совладания Р. Лазаруса, С. Фолкман, адаптированный Т.Л. Крюковой, Е.Ф. Куфяк, М.С. Замышляевой:

высокая напряженность копинга характерна для таких копингов как «Поиск социальной ответственности» и «Положительная переоценка», набравших 24% и 22% соответственно, что говорит о попытках найти положительные стороны в трудной ситуации, переосмыслить ее в позитивном ключе, ориентация на поддержку социального окружения – семьи, друзей, коллег.

Проактивное совладающее поведение изучалось при помощи опросника проактивного совладающего поведения (Л. Аспинвалл, Е. Грингласс, Р. Шварцер, С. Тауберт, адаптация Е. Старченковой). Высокий уровень преодоления характерен для проактивного, превентивного и рефлексивного преодоления, набравших 46,5% – 42,5% - 41% соответственно

от максимального значения по шкалам, что говорит о приоритетных целях, о процессе саморегуляции по достижении этих целей, анализа проблем и имеющихся ресурсов, прогнозирования стрессоров и пути их решения.

Менее всего у обследуемых медицинских работников сформировано стратегическое планирование, набравшее 31,0% от максимально возможного результата – то есть для испытуемых сложным является процесс создания четко продуманного, целеориентированного плана действий, в котором наиболее масштабные цели разделяются на подцели, управление достижением которых становится более доступным.

Анализ данных исследования по тест-опроснику механизмов психологической защиты «Индекс жизненного стиля» (Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х.К. Конте, адаптация Е.С. Романовой, Л.Р. Гребенникова):

По результатам рисунка можно отметить, что общая напряженность психологических защит выше 50% была выбрана испытуемыми в половине всех представленных защит, таких, как: «Проекция», «Отрицание», «Гиперкомпенсация» и «Рационализация». Это можно расценивать как адаптивный вариант использования защитных механизмов в стрессовых ситуациях. То есть испытуемым для гармонизации своего психоэмоционального состояния свойственно отрицать реальную угрозу, вызывающие угрозу обстоятельства, не воспринимать эпидемиологическую опасность как реальную, отсекают все неприемлемые мысли, страхи, всячески пытаются не придавать значимости COVID-19, искать ресурсы для выполнения сестринских манипуляций, чтобы спасти человеческие жизни, невзирая на эпидемиологическую обстановку.

Анализ уровня перенапряженности и противостоянию стрессу проводился по опроснику «Шкала воспринимаемого стресса» (В.А. Абабков и другие).

По результатам исследования по методике «Шкала воспринимаемого стресса-10» было выявлено, что высокий уровень напряженности набрали 10 человек, что составляет 30% и говорит о выраженности у них стресса и перенапряжения, истощении ресурсов для преодоления стрессовых ситуаций. В шкале «Противодействие стрессу» высокий уровень набрали всего лишь 2 человека – это составляет 6% от общего числа испытуемых, что говорит о низкой способности противодействия стрессу большего количества испытуемых. По общей шкале воспринимаемого стресса высокий показатель отмечен у 24% испытуемых, что составляет примерно 1/3 выборки и говорит о перенапряжении у трети медицинских работников среднего звена и истощении ресурсов для преодоления стрессовых ситуаций. Это связано с постоянными стрессорами на рабочем месте и общей обстановкой пандемии COVID-19.

Связь между копинг-стратегиями и защитными механизмами с одной стороны и, уровнем воспринимаемого стресса с другой стороны, у медработников изучалось при помощи корреляционного анализа. Высокие значения корреляции отмечены между величинами: «Эмоциональное

напряжение» и «Избегание», «Планомерное решение проблем», «Принятие ответственности», «Поиск социальной поддержки». Иными словами, чем выше эмоциональное напряжение, обусловленное стрессовой ситуацией, тем чаще прибегают медработники к избеганию и поиску социальной поддержки.

Высокая отрицательная корреляция выявлена между величинами «Противодействием стрессу» и психологической защитой «Регрессия». То есть, чем в меньшей степени ощущают медработники возможность контроля ситуации, тем в более выраженной форме они прибегают к регрессии. Это может проявляться в снижении ответственности в поведении, повышенной обидчивости, склонности к конфликтам.

По результатам эмпирического исследования математической статистики отмечено, что большинство медицинских работников среднего звена, находящихся в перенапряжении в период пандемии COVID-19 прибегают к конструктивным копинг-стратегиям, таким, как - «поиск социальной поддержки», что говорит о поиске поддержки коллег, друзей, близких, используют копинг-стратегию принятие ответственности и чувство вины за профессиональные неудачи, а также попытки планомерно решить в ситуациях с высокой энтропией связано с возникновением эмоционального перенапряжения. Кроме того, чем выше уровень самоконтроля и ниже уровень избегания, тем в большей степени медработники ощущают, что справляются с ситуацией и могут контролировать стресс.

К неконструктивным факторам можно отнести корреляцию между выраженностью регрессии и уровнем воспринимаемым стресса, то есть, чем в меньшей степени ощущают медработники возможность контроля ситуации, тем в более выраженной форме они прибегают к регрессии. Это может проявляться в снижении ответственности в поведении, повышенной обидчивости, склонности к конфликтам.

### **Список литературы**

1. Гришина, А. В. Исследование копинг-стратегий подростков до и во время пандемии / А. В. Гришина, М. В. Косцова, В. А. Быстрыков // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – № 72-1. – С. 351-356. – EDN VTLKXI.
2. Гришина, А. В. Копинг-стратегия военнослужащих контрактной службы с различным семейным статусом / А. В. Гришина, М. В. Косцова // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2021. – № 1. – С. 14-21. – EDN PYIALL.
3. Гришина, А. В. Типы ответственности у медицинских работников: сравнительный анализ / А. В. Гришина, М. В. Косцова, О. К. Лысаченко // Социальная, профессиональная и персональная ответственность личности в современном обществе : Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Омск, 08–10 октября 2020 года / Редколлегия: Л.И. Дементий (гл. ред.), А.Ю. Маленова (отв. ред.), А.А. Маленов. – Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2020. – С. 339-341. – EDN VEPEQD.

4. Последствия двухлетнего периода пандемии COVID-19: психологический аспект / А. В. Гришина, М. В. Косцова, А. В. Маричева, С. В. Смирнова // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. – 2022. – № 1(61). – С. 317-325. – EDN EAMTIZ.

УДК 159.9

*М.С. Слободянюк,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет», студент,  
Севастополь, Россия.*

*С.Е. Моторная,  
кандидат пед. наук, доцент*

*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
Севастополь, Россия.*

*С.В. Чабаненко,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет», студент,  
Севастополь, Россия.*

## **КОРРЕЛЯТЫ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ В УСЛОВИЯХ ВОЗНИКАЮЩИХ-ФАКТОРОВ ПРЕГРАД СОВРЕМЕННОСТИ**

**Аннотация:** В статье рассматриваются понятия «стрессоустойчивость», «перфекционизм» и «прокрастинация», их виды и компоненты. Анализируются психологические особенности стрессоустойчивости и прокрастинации в юношеском возрасте. Проводится исследование проявления и взаимосвязи стрессоустойчивости и прокрастинацией у людей с разным уровнем выраженности перфекционизма.

**Ключевые слова:** прокрастинация, психология личности, деятельность, факторы преграды, стресс, стрессоустойчивость.

*M.S. Slobodyanyuk  
Sevastopol State University, student,  
Sevastopol, Russia  
S.E. Motornaya,  
Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia.  
S.V.Chabanenko,  
Sevastopol State University, student,  
Sevastopol, Russia.*

## **CORRELATES OF STRESS RESISTANCE UNDER CONDITIONS OF EMERGING-FACTORS OF OBSTACLES OF MODERNITY**

**Annotation:** The article deals with the concepts of " stress resistance procrastination", "perfectionism" and "procrastination", their types and components. The psychological features of stress resistance and procrastination in adolescence are analyzed. A study is being made of the manifestation and

relationship of stress resistance and procrastination in people with different levels of perfectionism.

**Key words:** procrastination, personality psychology, activity, barrier factors, stress, stress tolerance.

Актуальная мировая ситуация, связанная с постоянным нарастанием напряжения, постоянно возникающими трудными жизненными ситуациями и факторами-преградами для нормальной жизнедеятельности человека, констатирует важность и актуальность исследования трудных жизненных ситуаций и факторов их преодоления. Особенно вопрос стал актуален в совершенно новой для современной личности эпидемиологической проблемы, связанной с полным или частичным изменением привычной организации жизни и деятельности – COVID-19 [4].

В зависимости от специфики формирования прокрастинативного поведения уровень адаптивности личности так же может отличаться. Так, в рамках работы анализируется взаимосвязь прокрастинации и аспектов преодолевающего поведения, в частности стрессоустойчивости. Одной из причин возникновения прокрастинации принято считать перфекционизм. Согласно этой причине, прокрастинация возникает вследствие постоянного стремления к наилучшему результату и сопутствующих сомнений насчет готового результата деятельности [2]. Однако анализ актуальных исследований дает понять, что перфекционизм является лишь одной из причин формирования прокрастинативного поведения. Это могло бы объяснить специфику формирования данного паттерна поведения в связи с влиянием стрессоустойчивости и других факторов, таких как: пониженная мотивация, страх неудачи или успеха, комплекс неполноценности, непокорность и др [5].

Констатируя наличие стрессовой или трудной ситуации, авторы в большинстве своем подразумевают ситуацию, требующую максимальной консолидации физических и психических ресурсов индивида. Говоря об опасной или экстремальной ситуации акценты расставляются на превышении требований среды относительно аккумулированных ресурсов человека. Экстремальные ситуации в первую очередь связаны с тяжёлыми аффективными нагрузками и риском для жизни человека и его близких [4].

Обращаясь к научным публикациям, можно говорить о крайней многогранности применения понятия трудной жизненной ситуации. В большинстве работ авторы используют данный феномен как некое обобщение для вышеперечисленных понятий. Однако, в некоторых трудах понятие обозначает конкретную контекстную ситуацию для индивида. Именно поэтому не представляется возможным выделить конкретное общепринятое определение трудной жизненной ситуации, а, в свою очередь, отсюда следует необходимость критериального подхода к определению данного феномена.

Широкое применение понятия в научной, бытовой, правовой и в юридической практике делает важным изучение проблемы конкретно в психологической парадигме. Становится понятным, что с точки зрения психологических исследований важно выделить не сами факторы ситуации, а в большинстве своем субъективную реакцию личности на трудную жизненную ситуацию. Исходя из когнитивного теоретического психологического подхода объектом исследования становится когнитивное отражение субъектом субъективной реальности, а не объективных событий. Именно такой подход наиболее тесно сопряжен с моделями совладающего поведения [4].

Основоположником теории когнитивного отражения стал Ричард Лазарус. Когнитивное отражение (оценивание) – это механизм взаимодействия индивида и его ресурсов с условиями и требованиями окружающей среды. Его теория разделяет восприятие человека на два уровня, логически связанных друг с другом:

- первичный уровень оценивания определит способность индивида оценивать источник воздействия, его силу и возможные последствия;
- вторичный уровень оценивания характеризует способность личности оценить и мобилизовать имеющиеся физические и психические ресурсы, построить и воплотить стратегию преодоления.

Исходя из проведенных ученым исследований, можно сделать вывод об эволюционном развитии механизма оценивания, который служил инструментом для преодоления окружающих угроз. Р. Лазарус определил основные кейсы стрессовых ситуаций, определяющих такого рода механизмы. Среди них ситуации, представляющие:

- а) вызов (Challenge Appraisal);
- б) потерю (Loss Appraisal);
- в) угрозу (Threat Appraisal).

Детерминанта механизма угрозы – ситуация угрозы для индивида. Как только он попадает в ситуацию, угрожающую жизни и здоровью, то включается механизм когнитивного отражения (оценивания) [1].

Механизм потери вступает в силу при возникновении риска утраты или вреда в отношении субъективных ценностей. Сюда относится страх потери имущества, семьи, близких, своей точки зрения и социального статуса.

Механизм вызова сопряжен с ситуациями, в которых присутствует желаемый объект достижения цели. При этом для достижения желаемого необходима отдача ресурсов организма и психики, которая формируется благодаря механизму когнитивного оценивания.

В основе психофизиологических механизмов стресса лежит понятие адаптации. Стрессоустойчивость, толерантность по отношению к внешним раздражителям и триггерам – личностная характеристика, отражающая особенности отношений субъективной реакции на событие и самим эмоционально окрашенным событием [4].

Анализируя наиболее актуальные и сильные стрессоры юношеского возраста, можно выделить следующие:

- Хроническое заболевание в ближайшем социальном кругу или у самого индивида;
- Утрата субъективно важного человека;
- Конфликтные ситуации и конфронтации в референтных группах и межличностных отношениях;
- Смена социального окружения и места жительства;
- Проблемы в основной ведущей деятельности, дедлайны, нарушение баланса труда и отдыха.

К побочным стрессовым факторам причисляют: нарушения питания, аддиктивное поведение, разные виды зависимостей. Но особое место в жизни студента занимает стресс, связанный с обучением в вузе [6, с. 67-69].

Для решения этого вопроса было проведено исследование, целью которого было определить наличие и степень взаимосвязи между стрессоустойчивостью и прокрастинацией у студентов индивидов с разным уровнем выраженности перфекционизма.

Этапы проведения исследования:

1) Подготовительный. На данном этапе были сформулированы проблема, задачи, гипотеза. Изучена советующая проблеме литература.

2) Основной. На нем происходило изучение особенностей прокрастинации, стрессоустойчивости и перфекционизма юношей и девушек, посредством методик.

3) Заключительный. Анализ результатов проведенного исследования и данных по методикам. Обработка данных при помощи математических коэффициентов. Проверка и подтверждение выдвинутой гипотезы.

*Цель работы:* определить наличие и степень взаимосвязи между прокрастинацией и стрессоустойчивостью у людей с разным уровнем выраженности перфекционизма.

*Задачи:* исследовать параметры прокрастинации, стрессоустойчивости и перфекционизма. Определить взаимосвязь между прокрастинацией стрессоустойчивостью и перфекционизмом.

*Материалы и методы.* В качестве эмпирических методик выступили:

- Irrational Procrastination scale (IPS);
- Опросник прокрастинации Сью Хэдфилд;
- Шкала прокрастинации для студентов (К. Лэй);
- «Тест на определение уровня стресса» (Ю.В. Щербатых);
- Методика определения стрессоустойчивости Холмса и Раге;
- Тест самооценки стрессоустойчивости (С. Коухена и Г. Виллиансона);
- «Трехфакторный опросник перфекционизма» (Н.Г. Гаранян и А.Б. Холмовой).

Исследование проводилось на базе ФГАОУ ВО «Севастопольского государственного университет» в исследовании приняли участие студенты

психологических специальностей: 42 студента группы направления подготовки 37.05.02, специальности «Психология служебной деятельности», профиля «Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях» и 18 студентов группы направления подготовки 37.03.01, специальности «Психология».

*Результаты исследований.* В результате проведенного исследования было установлено, что у испытуемых выражены средние (48%) и высокие (40%) показатели прокрастинации по методике «IPS», средние (50%) и высокие (33%) показатели прокрастинации по методике «Опросник прокрастинации Сью Хэдфилд» и средние (42%) и высокие (38%) показатели прокрастинации по методике «Шкала прокрастинации для студентов». Уровень перфекционизма по методике «Трехфакторный опросник перфекционизма» в выборке выражен средний (52%). Уровень стрессоустойчивости по методике «Тест на определение уровня стресса» средний (47%) и низкий (40%), по «Методике определения стрессоустойчивости Холмса и Раге» средний (45%) и низкий (37%), по методике «Тест на определение уровня стресса» средний (44%) и низкий (38%), что может быть объяснено возрастными особенностями выборки, а также ограничениями, связанными с эпидемиологической ситуацией.

Кривые распределения, умеренно скошенные в сторону большей выраженности прокрастинации, перфекционизма и низкой стрессоустойчивости.

Была установлена значимая связь по корреляционному коэффициенту Спирмена между выраженностью прокрастинации по методике «IPS» и низким уровнем стрессоустойчивости по методикам «Тест на определение уровня стресса» ( $r = 0.3745$ ), «Методика определения стрессоустойчивости Холмса и Раге» ( $r = 0.3329$ ), «Тест самооценки стрессоустойчивости» ( $r = 0.2651$ ). Была установленная значимая связь между выраженностью прокрастинации по методике «Опросник прокрастинации Сью Хэдфилд» и низким уровнем стрессоустойчивости по методикам «Тест на определение уровня стресса» ( $r = 0.2732$ ), «Тест самооценки стрессоустойчивости» ( $r = 0.2913$ ). Также была установленная значимая связь между выраженностью прокрастинации по методике «Шкала прокрастинации для студентов» и низким уровнем стрессоустойчивости по методикам «Тест на определение уровня стресса» ( $r = 0.4142$ ), «Методика определения стрессоустойчивости Холмса и Раге» ( $r = 0.3416$ ), «Тест самооценки стрессоустойчивости» ( $r = 0.2746$ ). Однако говорить о том, что первично крайне трудно, ведь как феномен прокрастинации может возникнуть на почве пониженной стрессоустойчивости, так и понижение стрессоустойчивости может быть вызвано невозможностью соответствовать своим ожиданиям ввиду прокрастинации. Исходя из этого, всегда следует учитывать и другие факторы, также влияющие на эти параметры, чтобы получить более полную и объективную картину личности.

Выдвинутая нами гипотеза о различном уровне стрессоустойчивости в выборках с высокой выраженностью прокрастинации и разным уровнем выраженности перфекционизма получила свое подтверждение. Проведя сравнение при помощи углового преобразования Фишера, было установлено, что уровень стрессоустойчивости по методике «Тест на определение уровня стресса» у группы испытуемых с выраженным перфекционизмом по методике «Трехфакторный опросник перфекционизма» и высоким уровнем прокрастинации по методикам «IPS» ( $\phi = 2.464$ ), «Опросник прокрастинации Сью Хэдфилд» ( $\phi = 2.359$ ), «Шкала прокрастинации для студентов» ( $\phi = 2.875$ ) ниже, чем у группы испытуемых с высоким уровнем прокрастинации и низкой и средней выраженностью перфекционизма. Уровень стрессоустойчивости по «Методике определения стрессоустойчивости Холмса и Раге» у группы испытуемых с выраженным перфекционизмом по методике «Трехфакторный опросник перфекционизма» и высоким уровнем прокрастинации по методикам «IPS» ( $\phi = 2.621$ ), «Опросник прокрастинации Сью Хэдфилд» ( $\phi = 3.511$ ), «Шкала прокрастинации для студентов» ( $\phi = 2.906$ ) ниже, чем у группы испытуемых с высоким уровнем прокрастинации и низкой и средней выраженностью перфекционизма. Уровень стрессоустойчивости по методике «Тест самооценки стрессоустойчивости» у группы испытуемых с выраженным перфекционизмом по методике «Трехфакторный опросник перфекционизма» и высоким уровнем прокрастинации по методикам «IPS» ( $\phi = 3.024$ ), «Опросник прокрастинации Сью Хэдфилд» ( $\phi = 2.878$ ), «Шкала прокрастинации для студентов» ( $\phi = 2.468$ ) ниже, чем у группы испытуемых с высоким уровнем прокрастинации и низкой и средней выраженностью перфекционизма.

Исходя из чего мы можем сделать вывод о том, что в выборке уровень стрессоустойчивости у группы испытуемых с высоким уровнем прокрастинации и выраженным перфекционизмом ниже, чем у группы испытуемых с высоким уровнем прокрастинации и низкой и средней выраженностью перфекционизма.

Прокрастинация, возникающая по причине перфекционизма во взаимосвязи с низкой стрессоустойчивостью, непосредственно влияют на продуктивность деятельности, ввиду возникающих помех в социальном взаимодействии, личной мотивации и других аспектах жизнедеятельности человека. Поэтому учитывать его безоговорочно необходимо. Перфекционизм, как личностное свойство, проявляется в постоянных попытках достичь идеала, что ведет к прокрастинации – откладыванию деятельности до момента дедлайна с целью достижения лучшего результата или неуверенности в силах здесь и сейчас. Мы можем предположить, что в данном случае уровень стрессоустойчивости будет низким ввиду постоянного воздействия стресс-фактора в виде «недостижимого идеала» и уязвимости к нему. При возникающей прокрастинации по другим причинам уровень стрессоустойчивости, напротив, будет высоким ввиду уверенности

индивида в том, что он справится к последнему сроку выполнения задачи. Такая уверенность требует определённого уровня резистентности к стрессовым факторам. Результат исследования подтверждают наше предположение. Гипотеза подтверждена. Цели и задачи исследования достигнуты в полной мере.

*Выводы.* В результате проведенного исследования было установлено, что у испытуемых выражены средние и высокие показатели прокрастинации и перфекционизма и средний и низкий уровень стрессоустойчивости, что может быть объяснено возрастными особенностями выборки, а также ограничениями, связанными с эпидемиологической ситуацией. Была установленная значимая взаимосвязь между выраженностью прокрастинации и низким уровнем стрессоустойчивости. Выдвинутая нами гипотеза о различном уровне стрессоустойчивости в выборках с высокой выраженностью прокрастинации и разным уровнем выраженности перфекционизма получила свое подтверждение. Уровень стрессоустойчивости у группы испытуемых с высоким уровнем прокрастинации и выраженным перфекционизмом ниже, чем у группы испытуемых с высоким уровнем прокрастинации и низкой и средней выраженностью перфекционизма. При этом говорить о том, что первично, крайне трудно, данный вопрос требует дальнейшего эмпирического и теоретического рассмотрения.

### Список литературы

1. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2021. – 816 с.
2. Гаранян, Н.Г. Перфекционизм и психические расстройства (обзор зарубежных эмпирических исследований) // Терапия психических расстройств. – 2018. – № 1. – С. 23-31.
3. Гришина, А. В. Исследование копинг-стратегий подростков до и во время пандемии / А. В. Гришина, М. В. Косцова, В. А. Быстрыков // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – № 72-1. – С. 351-356. – EDN VTLKXI.
4. Ткачева, С.В. Анализ теоретических подходов к изучению проявлений синдрома прокрастинации в зависимости от мотивации учения у студентов педагогического ВУЗа. – Пермь: Пермский государственный национальный исследовательский университет, 2017. – 239 с.
5. Психология стресса и методы его профилактики: учебно–методическое пособие / Авт.-сост. – ст. преп. В.Р. Бильданова, доц. Г.К. Бисерова, доц. Г.Р. Шагивалеева. – Елабуга: Издательство ЕИ КФУ, 2016. – 142 с.
6. Milgram, N.A. Batori G., Mowrer D. Correlates of academic procrastination // Journal of School Psychology. – 2018. – № 31. – pp. 487-500.

7. Steel, P. The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. // Psychological Bulletin, 2018, V. 133, №1. – pp. 65-94.

УДК 159.9

*А.А. Тильпунова,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,*

*Севастополь, Россия*

*О.А. Кондрашихина,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,*

*Севастополь, Россия*

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРАХА ПРИЦЕЛИВАНИЯ (TARGETPANIC) У СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СТРЕЛЬБОЙ ИЗ ЛУКА**

**Аннотация.** В статье были рассмотрены теоретические аспекты проблемы преодоления страха прицеливания у спортсменов, занимающихся стрельбой из лука, психологические аспекты стрелкового вида спорта, а также сущность и детерминанты страха прицеливания у спортсмена-стрелка. Также, было проведено эмпирическое исследование. Разработаны рекомендации по преодолению страха прицеливания у спортсменов-лучников.

**Ключевые слова:** targetpanic, mindfulness, страх мишени, спортсмен, стрельба, саморегуляция

*A.A. Tilpunova,  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia  
O.A. Kondrashikhina,  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia*

## **PSYCHOLOGICAL FACTORS OF OVERCOMING THE FEAR OF AIMING (TARGETPANIC) FOR ATHLETES ENGAGED IN ARCHERY**

**Abstract:** The article considered the theoretical aspects of the problem of overcoming the fear of aiming in athletes engaged in archery, the psychological aspects of shooting sports, as well as the essence and determinants of the fear of aiming in an athlete-shooter. Also, an empirical study was conducted. Recommendations have been developed to overcome the fear of aiming at athletes-archers.

**Keywords:** targetpanic, mindfulness, fear of the target, athlete, shooting, self-regulation

Современная стрельба из лука — сложно технический вид спорта, предъявляющий большие требования к физической, технической, тактической и психологической подготовке высококвалифицированных спортсменов. Вместе с тем для начинающих лучников стрельба из лука — интересный и доступный вид спорта в силу своей эмоциональной привлекательности и небольших энергозатрат на начальном этапе обучения.

«Targetpanic» или, как её называют в России: «Боязнь желтого», «Страх мишени», «Страх прицеливания» — выраженная тревога, которая возникает у спортсмена в момент прицеливания. Это неспособность целиться в самый центр мишени, а также «застревание» в любой точке вокруг мишени. Если коротко, то это — своеобразная игра разума со стрелком. Страх прицеливания появляется внезапно. Эта проблема актуальна, как для начинающих, так и для опытных стрелков. Симптомы страха прицеливания проявляются у всех стрелков достаточно индивидуально, однако, резкое снижение результативности или остановка прогресса — главный признак targetpanic.

Главная причина появления targetpanic — психологическая неподготовленность стрелка, а завышенный уровень притязаний стрелка и истерические реакции на неудачи делают спортсмена более подверженным страху прицеливания.

Согласно классификации классических упражнений В.С. Фарфеля стрельбу относят к видам спорта со слабо выраженным двигательным компонентом. Однако доказано, что стрельба — это вид соревновательной деятельности, требующий значительных затрат нервной энергии, сохранение которой необходимо, как в предстартовом периоде, так и во время зачетной стрельбы.

Исследования, проводимые Л.М. Вайнштейном и А.Я. Корхом, подтверждают следующее: физические нагрузки спортсмена-стрелка невелики, основные нагрузки ложатся на работу центральной нервной системы. Авторами отмечено, что недостаточный уровень эмоциональной устойчивости нередко становится причиной неудачного выступления спортсмена на соревнованиях. Как показано в работах С.М. Оя, важнейшим требованием, предъявляемым к спортсменам, является умение показать высокий спортивный результат в экстремальных условиях соревнований.

В. Pulem, F.T. Hanenkrat вводят понятие «психическая дисциплина», которое в нашей стране понимается как спортивная форма. Они уверены, что психическая дисциплина — это ключ, с помощью которого можно войти в узкий круг стрелков-чемпионов и ей нужно учиться так же, как изголке.

Для понимания специфики спортивной деятельности стрелка существенно провести анализ ситуаций, характерных для нее. Ряд авторов в процессе исследования выявили, что необходимыми факторами деятельности для спортсмена-стрелка являются:

- высокая работоспособность в условиях нарастающего утомления, особенно в конце стрельбы;

- регулярная статическая нагрузка, выполнение ее в большом объеме; совершенствование навыков саморегуляции для быстрого восстановления, оптимизации отрицательных состояний, мобилизации организма;

- принятие определенных решений, поступающих по ходу выполнения стрельбы, и их исполнение для достижения максимально возможных результатов.

Спортсмены могут испытывать различные эмоциональные неудачи в спорте, которые могут варьироваться от низкой производительности, плато производительности или даже травмы. В результате механизмы преодоления являются основополагающими для спортсменов, чтобы эффективно справляться с эмоционально сложными спортивными ситуациями таким образом, чтобы способствовать более здоровому и успешному спортивному опыту. Одним из таких механизмов преодоления является сочувствие [3].

Концепция сострадания к себе была центром восточной философии на протяжении веков. Сочувствие к себе предполагает признание своих эмоций, а не избегание их, и принятие своих неудач с пониманием. Развивая в себе сочувствие, лучники могут научиться более эффективно управлять своими эмоциями и, следовательно, повысить свою производительность и мотивацию. Правильно сформированные притязания облегчают оценку ошибок и их исправление.

Сочувствие к себе состоит из трех основных компонентов:

- доброта к себе, когда испытываешь неудачу и разочарование;
- восприятие своего опыта как части более широкой картины (например, видеть одну стрелу или соревнование как часть вашей карьеры в стрельбе из лука, а не момент "всё или ничего");

- и помнить о негативных мыслях или эмоциях, рассматривая их в перспективе [1].

Исследования показывают, что мы часто гораздо жестче относимся к себе, чем к другим. Эта самокритика, которой предаются многие лучники - даже после одного неудачного выстрела - может привести к снижению самооценки, мотивации к достижению успеха и уверенности. Эти характеристики являются основополагающими для успешных спортивных результатов, и поэтому, постоянно ругая себя за то, что мы не достигли идеального выстрела, мы эффективно способствуем нашему собственному падению.

Основная проблема лучного спорта состоит в том, на пике спортивного мастерства спортсмены обладают хорошими физическими способностями. Побеждает тот, кто может последовательно использовать эту способность. Это включает в себя несколько факторов.

Первая - поддержание физической формы. Второе - это поддержание последовательного внутреннего подхода. В-третьих, это разработка личного плана работы. Четвертое - это развитие и поддержание максимально конкурентного состояния. Пятое - это мотивация себя на победу. Шестое -

это заранее разработанные и отработанные стратегии для преодоления любых возможных трудностей, которые могут возникнуть.

Высоко мотивированный спортсмен, обладающий неукротимой волей к победе, может победить более опытного спортсмена в любой день. Такое случается часто. Каждый спортсмен уникален. Именно потому, важно каждому отдельному спортсмену разработать набор конкретных стратегий, которые подходят ему для соревнования.

Ожидание выстрела часто возникает у стрелков различной квалификации, и особенно у недостаточно опытных спортсменов, не имеющих еще прочных навыков и уверенности в стрельбе. Причин, вызывающих такую реакцию, немало. Рассмотрим некоторые из них [4].

В психологическом аспекте подобная помеха возникает, как правило, на основе слишком большого страха неудачи:

- подсчет очков в ходе стрельбы;
- прогнозирование и оценка результата, сопоставляемого с высшими или конкурирующими достижениями других стрелков;
- излишнее стремление добиться чрезвычайно высокого результата (выстрела, серии, какой-то суммы очков) или не испортить хорошую стрельбу, выполнить выстрел с особой точностью;
- страх плохо начать или окончить серию, положение или упражнение в целом; чрезмерное желание немедленно исправить стрельбу после отрыва или продолжить ряд десятков и т.п. Перечисленные и подобные стремления нередко приводят к тому, что стрелок неуверенно выполняет основные технические действия и делает ошибки. Результатом такой стрельбы будет стрельба «на скольжении». Стрелок подбрасывает лук выше центра, и по мере того, как падают силы, выжидает момента, когда лук сам опустится в центр. Именно в момент «проскальзывания» десятки стрелков быстро выпускает тетиву. В такой технике стрельбы нет разговора о концентрации стрелка в мишени. Это стрельба наудачу и именно она формирует у стрелка предпосылки к targetpanic.

Было проведено эмпирическое исследование с целью выявить психологические факторы выраженности страха прицеливания у спортсменов, занимающихся стрельбой из лука. В выборку вошли 70 человек разного возраста и уровня спортивного мастерства. Среди них 32 испытуемых – женщины, 38 – мужчины.

В сумме, в исследовании принимали участие спортсмены-стрелки спортивных организаций таких городов как: Бахчисарай, Екатеринбург, Иркутск, Казань, Калининград, Краснодар, Москва, Новосибирск, Орёл, Саки, Саратов, Санкт-Петербург, Севастополь, Улан-Уде и Ялта. Использовались методики: анкетирование, тест самооценки стрессоустойчивости (авторы: С.Коухена и Г.Виллиансона, адаптация Ю.В. Щербатых), тест на определение стрессоустойчивости личности (авторы: Н.В.Киршева, Н.В.Рябчикова), опросник «Мотивация на достижение успеха» (автор: Элерс Т.), опросник «Мотивация на избегание неудач» (автор: Элерс

Т.), опросник «Сочувствие к себе» (автор: К. Нефф, адаптация Чистопольская К.А., Осин Е.Н., Ениколопов С.Н., Николаев Е.Л., Мысина Г.А., Дровосеков С.Э.), шкала мотивационного состояния (автор: В.Ф. Сопов).

По результатам предварительного опроса испытуемые были разделены на 2 группы по степени подверженности targetpanic.

#### 1 Группа:

- 49% – испытывают страх мишени в данный момент систематически;
- 31% – справились со страхом мишени менее месяца назад;
- 20% – испытывают страх мишени в преддверии соревнований.

#### 2 Группа

- 17% – не знакомы с понятием «страх мишени», не испытывали;
- 20% – знакомы с понятием страха мишени, не испытывали;
- 63% – справились со страхом мишени более года назад.

Было выявлено, что испытуемым подверженным страху мишени характерны стремление к самоизоляции, чрезмерная идентификация, низкий уровень общности с человечеством.

Спортсмены с targetpanic чаще подвержены низкой мотивации (40%) на достижение успеха и высокой мотивации избегания неудач (77%). Они в большинстве случаев (71%) не удовлетворены тренировочным процессом, в отличие от испытуемых без targetpanic, у них низкая стрессоустойчивость (43%). Спортсмены со страхом мишени имеют трудности в самооценке своих психологических ресурсов.

Таким образом, низкие показатели по ряду компонентов показывают, что в борьбе с targetpanic, прежде всего можно использовать такую методику как *mindfulness*, позволяющую обрести осознанность стрелки. Можно перечислить некоторые из практик развития осознанности:

- сканирование тела – направление внимание и его сосредоточение на разных участках тела;
- осознанное дыхание – направление внимание на поток дыхания, на выдох и вдох в каждый момент времени;
- сидячая медитация – фиксация приходящих в сознание мыслей и желаний;
- практика обращения с негативными мыслями и чувствами, заключающаяся не в попытке их искоренить, а в привнесении осознанного внимания в их паттерны, что позволяет осознавать мысли и чувства, но не идентифицироваться с ними;
- ненасильственное общение – осознанность и признание в отношении чувств и потребностей обеих сторон в диалоге и даже в конфликтной ситуации;
- практики, связанные с осознанностью в отношении повседневных действий – полнота пребывания в любых обыденных действиях (еда, беседа, прогулка и др.);
- осознанная ходьба – само действие ходьбы и связанные с ней

аспекты опыта, а именно, тактильные, слуховые, зрительные ощущения оказываются в фокусе внимания и переживаются во всей полноте;

- практика сердечности – установка эмпатии и внимания к переживаниям себя и другого. Таким образом, возникает дистанцирование по отношению к потоку мыслей, созерцательность, без автоматического подключения негативных эмоций[2].

Так же тренинги саморегуляции – проработка расслабления мышечного тонуса, дыхательные техники, релаксация, самовнушение, драматизация.

Но наряду с этим важна работа с психологическими предпосылками – создание мотивации успеха, развитие сочувствия к себе.

### Список литературы

1. Дашинамаева А.Б.-Ц., Романина Е.В. Исследование индивидуально-типологических особенностей стрелков из лука высокой квалификации // А.Б.-Ц. Дашинамаева, Е.В. Романина, Изд.: Спортивный психолог, 2012. – 35–39с.
2. Гришина, А. В. Мотивация к занятиям спортом у подростков / А. В. Гришина, М. В. Косцова // Подросток в мегаполисе: продолженное взросление: : Сборник трудов XII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 09–11 апреля 2019 года / Ответственный редактор А.А. Бочавер. – Москва: Национальный исследовательский университет "Высшая школа экономики", 2019. – С. 59-62. – EDN ASEXIY.
3. Кондрашихина О.А., Тильпунова А.А. / Mindfulness как перспективный подход к саморегуляции стрессовых состояний у студентов, 2022.
4. Нагорнов И.В., Сарайкин Д.А. Психологическая подготовка спортсмена в стрелковом спорте методические рекомендации / И.В. Нагорнов, Д.А. Сарайкин – Челябинск: Изд-во Южно-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2017. – 43 с.
5. Mason B.R. Body stability and performance in archery / B.R. Mason, & P.P. Pelgrim. Excel, 2 (3), 1986. – 17–20с.

УДК 159.9.07

*М.В. Адамова,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
Севастополь, Россия  
О.А. Кондрашихина,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
Севастополь, Россия*

## **МЕТАКОГНИТИВНАЯ МОДЕЛЬ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19**

**Аннотация:** В статье проводится обзор научных трудов, посвящённых особенностям совладающего поведения студентов в период пандемии COVID-19 и метакогнитивных механизмов для адаптации этого поведения, феномену «метакогниция», а также результаты эмпирического исследования метакогнитивных компонентов совладающего поведения студентов в период пандемии COVID-19.

**Ключевые слова:** метакогнитивная модель, копинг-стратегия, совладающее поведение, метакогниция, COVID-19.

*M.V. Adamova,  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia  
O.A. Kondrashikhina,  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia*

## **METACOGNITIVE MODEL OF STUDENTS' COPING BEHAVIOR DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

**Abstract:** The article provides a review of scientific papers on the characteristics of coping behavior of students during the COVID-19 pandemic and metacognitive mechanisms for adapting this behavior, the phenomenon of «metacognition», as well as the results of an empirical study of the metacognitive components of students' coping behavior during the COVID-19 pandemic.

**Keywords:** metacognitive model, coping strategy, coping behavior, metacognition, COVID-19.

В период пандемии COVID-19 университеты во всём мире полностью перешли на дистанционное обучение с применением современных информационных технологий, включая онлайн-лекции, электронные книги, онлайн-экзамены, взаимодействие в виртуальных средах. Введённые ограничения, сопровождаемые интенсивным включением в цифровую информационную среду, привели к деградации психологического состояния

студенческой молодежи. В связи с этим актуальным является вопрос – как студенты самостоятельно могут эффективно совладать с этими вызовами и адаптировать своё поведение, применять копинг-стратегии.

Р. Лазарус определяет копинг-стратегии как сумму когнитивных и поведенческих усилий, затрачиваемых индивидом для ослабления влияния стресса. Р. Лазарусом и С. Фолкман разработали когнитивно-феноменологическую теория совладания со стрессом, которая является наиболее распространённой [2; 571]. Они определяют совладание как «постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие усилия человека, направленные на то, чтобы справиться с определёнными внешними или внутренними требованиями, оцениваемыми в качестве отягощающих или превышающих личностные ресурсы человека». По мнению Р. Лазаруса, во всех случаях будет происходить «развивающийся, динамический процесс когнитивной оценки, переоценки, совладания и эмоциональной переработки». На копинг влияет оценка степени угрозы, оценка необходимых ресурсов, а также успешность собственных действий. Исследователи выделяют когнитивную оценку первого и второго уровня: «первичную когнитивную оценку» и «вторичную когнитивную оценку» соответственно, которые существенно различаются между собой. Первичная когнитивная оценка является ответом на вопрос: «Извлеку ли я из этого пользу или же окажусь в какой-либо неприятной ситуации сейчас или в будущем?». Вторичная когнитивная оценка направлена на поиск ответа на вопрос: «Возможно ли в этой ситуации что-либо предпринять?».

Термин «метакогниция» был впервые введён Джоном Флейвеллом в 1970 году [1; 906]. Он определил его как особый познавательный процесс, направленный на понимание собственной когнитивной деятельности, или, проще говоря, «мыслительную деятельность, направленную на понимание процессов мышления». С тех пор определение феномена метакогниции практически не изменилось. Она определяется как:

- знания и контроль за собственным мыслительным процессом и учебной деятельностью;
- осознание собственного процесса мышления и содержания собственной системы представлений, активный мониторинг своего когнитивного процесса для целей дальнейшего обучения и использование эффективных приемов для решения познавательных задач;
- осознание и управление собственным мышлением;
- мониторинг мыслительного процесса и управление им.

Исследователи в области когнитивной психологии связывают метакогницию с рядом других психологических феноменов, таких как метапамять, критическое мышление и мотивация [5; 297]. В последнее время заметно возрос интерес к прикладным возможностям метакогниции, в частности, как одного из надежных показателей, прогнозирующих успех в учебной деятельности.

В стрессовой ситуации именно ментальный опыт является одним из важнейших компонентов саморегуляции поведения. Анализ адаптационных механизмов регуляции поведения в период пандемии COVID-19 с точки зрения метакогнитивного подхода позволяет определить личностный ресурсный потенциал студентов с целью эффективного совладания с этой ситуацией. Метакогнитивная модель совладающего поведения студента характеризуется именно адекватностью когнитивной оценки пандемии, как стрессогенного фактора. Некорректная оценка этой ситуации как стрессогенного фактора может быть связана с повышением рисков психических нарушений из-за пандемии COVID-19 и, как следствие, когнитивного диссонанса. Это влечёт за собой применение деструктивной модели метакогнитивной деятельности как одного из способов саморегуляции стрессоустойчивости, что, в свою очередь, приводит к применению дезадаптивных стратегий поведения в попытках совладать с трудной ситуацией.

В мае 2020 года было проведено исследование среди 25 тысяч российских студентов, которое показало, что 66% респондентов чаще стали ощущать состояние беспокойства и стресса. Примерно 40% отметили наличие у себя признаков утомления и депрессии. В процессе исследования были выявлены изменения в поведении студентов – увеличилось время, проводимое ими в социальных сетях (56%), общении онлайн (55%), просмотре медиа в Интернете (55%), отслеживании мировых новостей (52%) [7; 1].

Исследования, которые недавно были проведены во Франции, Китае и Бангладеш, также показали, что в условиях самоизоляции в период пандемии COVID-19 у студентов наблюдались различные психологические проблемы, такие как депрессия, тревога, посттравматическое стрессовое расстройство (от 8% до 65% в разных странах) [3, 4, 6].

При этом психологическая устойчивость студентов зависела и от особенностей информационного поведения. Так, чрезмерный просмотр китайскими студентами информации о пандемии COVID-19 (более 3 часов в день) приводил к снижению адаптационного потенциала и высокому риску психических заболеваний. Среди способов совладания с тревогой во время пандемии COVID-19 филиппинские студенты наряду с прочими называли различные виды информационного поведения: получение информации о вирусе COVID-19, его профилактике и механизме передачи (69%); использование социальных сетей (59%); онлайн-игры (29%); избегание сообщений СМИ о распространении COVID 19 и связанных с ним смертельных случаев (15%).

Консультирование студентов, позволяющие им эффективно сохранять психологическую устойчивость за счёт выбора конструктивных копинг-стратегий во время пандемии COVID-19, стало одной из ключевых задач для университетов во всём мире. Важно понимать, как информационный стресс влияет на восприятие риска и поведенческую динамику и какие способы

совладания выбирает студенческая молодежь в условиях пандемической угрозы и социальной депривации.

В исследовании приняли участие 30 студентов Севастопольского государственного университета 1-6 курсов в возрасте от 17 до 26 лет различных факультетов. Опрос испытуемых проводился с использованием электронной платформы проведения опросов «Яндекс.Формы».

В исследовании использовались следующие методики:

1. «Способы совладающего поведения» (Р. Лазарус, С. Фолкман, адаптация Л.И. Вассермана, Е.А. Трифионовой) – для определения используемых копинг-стратегий в трудных ситуациях (пандемия COVID-19).
2. «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях CISS» (С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптация Т.А. Крюковой) – для выявления стиля используемых копинг-стратегий: ориентированный на решение задачи, эмоции или избегание.
3. «Самооценка метакогнитивных знаний и метакогнитивной активности» (Ю.В. Скворцова, М.М. Кашапов) – для диагностики метакогнитивных знаний и метакогнитивной активности, а также для оценки метакогнитивных характеристик: концентрация, приобретение информации, выбор главных идей, управление временем.
4. «Метакогнитивная включенность в деятельность» (Р.С. Дэннисон, Г. Шроу, адаптация А.В. Карпова) – для диагностики уровня развития метакогнитивных функций и регуляции деятельности.

Оценка полученных результатов проведена с помощью корреляционного анализа Спирмена.

При рассмотрении копинг-стратегий, используемых студентами, с помощью опросника «Способы совладающего поведения» (Р. Лазарус, С. Фолкман, адаптация Л.И. Вассермана, Е.А. Трифионовой) было выявлено, что наиболее выраженным предпочтением пользуется стратегия «Планирование» (60%), как способ совладания с трудными ситуациями, то есть студентами предпринимаются попытки исправить трудную ситуацию путем аналитического подхода.

Так же наиболее выраженное предпочтение отдаётся таким копинг-стратегиям как «Поиск социальной поддержки» (17%) – говорит о стремлении студентов к поиску поддержки у близкого окружения, «Самоконтроль» (43%) – корректирование и урегулирование собственных эмоций и поведения, а также «Позитивная переоценка» (10%), которая направлена на формирование позитивного настроения на ситуацию, фокусировке на личностном росте.

В целом, студенты в умеренной степени отдают предпочтение каждому виду копинг-стратегий (среднее значение равно 55%). Это может указывать на их способность переключаться с одного копинга на другой в зависимости от ситуации. Редко используется такой копинг-механизм, как

«Ответственность» (80%), это указывает на то, что большинство студентов не осознают личную значимость в проблеме и не предпринимают попыток её решения, и только у меньшинства (20%) присутствует чувство ответственности за происходящие с ними ситуации и стремятся ее исправить.

Умеренное стремление к поиску социальной поддержки у близкого окружения (73%), а также выраженное использование у 10% испытуемых указывает на положительное отношение к окружающим и стремление к построению взаимоотношений.

По результатам опросника «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях CISS» (С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптация Т.А. Крюковой) большинство студентов (76%) не ориентированы на решение задач и имеют низкий уровень применения данной копинг стратегии.

Самая ярко выраженная копинг-стратегия – избегание, высокий уровень её применения в стрессовых ситуациях показали 54% студентов. Умеренное использование этой копинг-стратегии (43%) показала почти половина опрошенных. В разрезе такого стресс-фактора как COVID-19, можно утверждать, что студенты смирились с происходящими изменениями в учебном процессе.

Чуть больше половины испытуемых (56%) склонны к умеренному использованию эмоционально-ориентированной копинг-стратегии. Небольшая часть из них (17%) использует её более выраженно.

Результаты методики показывают склонность студентов к эмоциональной реакции на стресс-факторы или их игнорирование. Они не склонны к конструктивным решениям в подобных ситуациях.

Результаты методики «Самооценка метакогнитивных знаний и метакогнитивной активности» (Ю.В. Скворцова, М.М. Кашапов) показывают, что у всех испытуемых выявлена положительная связь между метакогнитивными знаниями и метакогнитивной активностью.

Полученные результаты демонстрируют повышенную метакогнитивную активность студентов (50% для «высокого» уровня), что, однако, не создаёт особых аномалий для уровня метакогнитивных знаний (50% для «среднего» уровня).

Уровень метакогнитивных знаний по оценке самих студентов находится в пределах средних значений (23% – «низкий» уровень, 27% – «высокий» уровень).

Это говорит о том, что пандемия COVID-19, как стрессогенный фактор, стимулирует студентов к активному использованию своих метакогнитивных навыков: структурирование информации, планирование когнитивной деятельности. Но это не оказывает коррекционного воздействия на их осознание собственных познавательных психических процессов, способности справляться с различными ситуациями, навыкам приобретения новых знаний.

Заключительной методикой, применённой в исследовании, была «Метакогнитивная включенность в деятельность» (Р.С. Дэннисон, Г. Шроу, адаптация А.В. Карпова).

Общий показатель метакогнитивной включённости в деятельность находится на среднем уровне – 77% испытуемых. Полученные результаты показывают также средний уровень регуляции и знаний о когнитивных процессах, 80% и 67% испытуемых соответственно. При этом низкий уровень знаний о когнитивных процессах определён практически у трети студентов.

Около четверти студентов сталкиваются с трудностями в приобретении новых знаний, проявляют низкий уровень совладания с различными проблемными ситуациями. У таких студентов возникают сложности с использованием различных приёмов структурирования информации, с планированием познавательной деятельности, с управлением когнитивными процессами. В целом, студенты имеют дело с проблемами управления и регуляции интеллектуальной, учебно-познавательной деятельности (13%) – условных, процедурных и декларативных знаний. Такие студенты выбирают деструктивные модели совладающего поведения в условиях обучения в период пандемии COVID-19. Но большинство студентов имеют средние показатели по субшкалам методики, от 50% до 80% от числа испытуемых. Малая часть студентов, в пределах 13%, имеет высокий уровень метакогнитивной вовлечённости в деятельность.

Далее был проведён корреляционный анализ данных между предпочитаемыми студентами копинг-стратегиями и компонентами метакогниций. Для этого использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Для выборки из 30 человек, критическое значение коэффициента ранговой корреляции Спирмена  $t = 0,36$  для уровня статистической значимости  $p < 0,05$ .

Согласно проведённому эмпирическому исследованию статистически значимая корреляция прослеживается только между способностями студентов к регуляции когнитивных процессов и применением копинг-стратегий «Положительная переоценка» и «Конфронтация» со значениями ранговой корреляции Спирмена  $r_s = 0,363$  и  $r_s = 0,409$  соответственно. Для остальных копинг-стратегий и компонентов метакогниций статистически значимой корреляции не выявлено. Таким образом, не прослеживается корреляционной значимости между метакогнициями студентов и большинством применяемых ими копинг-стратегий.

Результаты исследования показали:

1. Студенты сбалансированно используют копинг-стратегии без ярко выраженного уклона к какой-либо.
2. Около четверти студентов сталкиваются с трудностями в приобретении новых знаний, проявляют низкий уровень совладания с различными проблемными ситуациями.

3. Корреляционный анализ данных Спирмена по методикам «Способы совладающего поведения» (Р. Лазарус, С. Фолкман, адаптация Л.И. Вассермана, Е.А. Трифионовой) и «Метакогнитивная включенность в деятельность» (Р.С. Дэннисон, Г. Шроу, адаптация А.В. Карпова) показал, что фактически отсутствует статистически значимая корреляция между применимыми студентами копинг-стратегиями в условиях COVID-19 и уровнем их метакогнитивных способностей. То есть студенты не задействуют метакогнитивные механизмы для выбора или адаптации применяемых ими копинг-стратегий в условиях пандемии. Копинги, которые статистически значимо коррелируют с когнитивной регуляцией, – конфронтация и положительная переоценка.

Применение конструктивных стратегий совладающего поведения со стрессогенной ситуацией COVID-19 связано с адекватной оценкой рисков и положительно влияет на уровень стрессоустойчивости студентов. Деструктивный набор копинг-стратегий регуляции поведения студентов характеризуется метакогнитивной моделью страха перед рисками COVID-19 и негативно отражается на личностном уровне.

Характер психической деятельности студентов в условиях стрессогенного фактора пандемии COVID-19 определяется в первую очередь адекватностью когнитивной оценки потенциальной угрозы COVID-19 в зависимости от ментального опыта студента.

Ситуация пандемии COVID-19 может субъективно восприниматься студентом в качестве трудной и способна вызывать существенные изменения жизнедеятельности, что, в свою очередь, может затруднять адаптацию к новым условиям. Основой процесса преодоления трудных жизненных ситуаций и поиска ресурсов является сфера эмоционального интеллекта, рефлексивность, стиль реагирования на изменения, способность к самоорганизации деятельности.

### Список литературы

1. Внедрение электронных технологий в вузе в процессе изучения учебного курса "технологии личностного развития" для формирования универсальных компетенций у студентов / Т. М. Демиденко, А. В. Фетисова, М. В. Косцова, Т. А. Кокодей // Актуальные вопросы экономики и педагогики в современных условиях цифровой трансформации : Материалы I Всероссийской междисциплинарной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, Севастополь, 20–21 декабря 2018 года / Севастопольский филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения "Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова". – Севастополь: Севастопольский филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения "Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова", 2018. – С. 55-60. – EDN YRRALR.

2. Последствия двухлетнего периода пандемии COVID-19: психологический аспект / А. В. Гришина, М. В. Косцова, А. В. Маричева, С. В. Смирнова // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. – 2022. – № 1(61). – С. 317-325. – EDN EAMTIZ. Flavell, J.H. Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry // American Psychologist. 1979. Vol. 34, № 10. P. 906—911.

3. Гришина, А. В. Личностные ресурсы профессионального самоопределения будущих инженеров энергетической отрасли / А. В. Гришина, М. В. Косцова // Психология экстремальных профессий : Материалы II Международной научно-практической конференции, Архангельск, 27–29 июня 2019 года. – Архангельск: Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова, 2019. – С. 42-45. – EDN SCLLFW.

4. Folkman, S., Lazarus R., Gruen R., DeLongis A. Appraisal, Coping, Health Status, and Psychological Symptoms // Journal of Personality and Social Psychology. 1986. V. 50. No. 3. P. 571-579.

5. Kolesnikova, A. Specificity of coping strategies and behavioral responses to pandemic in enlisted personnel / A. Kolesnikova, A. Grishina, M. Kostsova // , 29 апреля 2021 года, 2021. – P. 526-531. – EDN HAKBRW.

6. Huang L., Lei W., Xu F., Liu H., Yu L. Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during Covid-19 outbreak: A comparative study. PLoS One, 2020, vol. 15(8), e0237303, DOI: 10.1371/journal.pone.0237303

7. Husky M.M., Kovess-Masfety V., Swendsen J.D. Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement. Comprehensive Psychiatry. 2020, vol. 102, 152191, DOI: 10.1016/j.comppsy.2020.152191.

8. Schneider W., Lockl K. The development of metacognitive knowledge in children and adolescents // Applied metacognition / Perfect T., Schwartz B. (Eds.). Cambridge, UK: Cambridge University Press, 2002. 297 p.

9. Wang Z.H., Yang H.L., Yang Y.Q., et al. Prevalence of anxiety and depression symptom, and the demands for psychological knowledge and interventions in college students during COVID-19 epidemic: A large cross-sectional study. Journal of Affective Disorders, 2020, vol. 275, pp. 188-193, DOI:10.1016/j.jad.2020.06.034.

10. Опрос студентов российских вузов об условиях дистанционного обучения. [Электронный ресурс]: Центр внутреннего мониторинга. URL: <https://cim.hse.ru/covidsurvey>.

УДК 159.95

*В.И. Кашина,  
Студент  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
Севастополь, Россия*

## **ПРОБЛЕМА СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ КАК МЕХАНИЗМА БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ**

**Аннотация:** В условиях изменения образовательных целей-ценностей, высоких темпов процессов модернизации и инновационных преобразований на всех уровнях образовательной системы, проблемы личностной безопасности, благополучия и здоровья становятся особенно актуальными.

**Ключевые слова:** стрессоустойчивость, адаптация личности, защитный механизм, психологический механизм, психологическая защита

*V.I. Kashina,  
2nd year student  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia*

## **THE PROBLEM OF STRESS RESISTANCE AS A MECHANISM OF PERSONAL SECURITY**

**Abstract:** In the context of changing educational goals and values, high rates of modernization and innovative transformations at all levels of the educational system, the problems of personal safety, well-being and health are becoming particularly relevant.

**Keywords:** stress resistance, personality adaptation, defense mechanism, psychological mechanism, psychological protection

В настоящее время стремительными темпами возрастает ритм жизни, однако усугубляется положение находящегося вокруг нас общества, по этой причине возникают условия, отрицательно сказывающиеся на состоянии нашего психологического и физического здоровья. Из-за такого рода ситуации появляется проблема, насколько человек или общество в целом готово противодействовать данным факторам. По этой причине в рамках данной проблемы уделяется достаточно большое внимание такому свойству личности, как стрессоустойчивость.

На данный момент в психолого-педагогической литературе существует несколько подходов к определению понятия стрессоустойчивость. Один из подходов описал Б. Х. Варданян, который предоставляет стрессоустойчивость как связь психических компонентов деятельности, которые способствуют позитивному результату: «Стрессоустойчивость можно определить, как свойство личности, обеспечивающее гармоническое отношение между всеми компонентами психической деятельности в эмоциогенной ситуации и тем самым содействующее успешному выполнению деятельности» [1, с. 542].

Кроме того, собственное представление стрессоустойчивости предоставляет П.Б. Зильберман, который обращает внимание на то, что отсутствие стрессоустойчивости может указывать на недостаточную гибкость и приспособляемость. Он предлагает понятие стрессоустойчивости как «...интегративного свойства личности, которое характеризуется таким взаимодействием всех компонентов психической деятельности индивида, которое обеспечивает оптимально успешное достижение цели деятельности в сложной эмотивной обстановке» [3, с. 139].

В собственных трудах представление о стрессоустойчивости также исследует С.В. Субботин. Под стрессоустойчивостью он понимает индивидуально-психологическую особенность, которая состоит в своеобразной связи разноуровневых свойств интегральной индивидуальности, что обеспечивает постоянство внутри биологической и психологической системы организма и приводит к лучшему взаимодействию субъекта с окружающей средой в различных условиях жизнедеятельности [8, с. 97].

К основным индивидуально-личностным факторам стрессоустойчивости большинство экспертов относит темперамент, тревожность, мотивацию, установки личности, гендер, индивидуальный стиль деятельности, стили совладающего поведения.

Значимым фактором стрессоустойчивости личности, по мнению А. В. Либиной, являются стили совладающего поведения, то есть механизма регуляции личностью своего собственного поведения с целью оптимального взаимодействия с жизненными обстоятельствами или их изменения в соответствии со своими намерениями [5, с. 193].

В общем виде, пишет А. В. Либина, эти стили разделяются на защитные (человек реагирует на происходящее в форме психологической защиты) и на конструктивные (активность личности, направленная непосредственно на разрешение возникшей проблемы) [5, с. 200].

Таким образом, стрессоустойчивость, ровно как свойство личности, представляет большую значимость в жизни человека, особенно в условиях нашего общества, в котором возникает необходимость уметь

приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям окружающей нас среды.

### Список литературы

1. Варданян Б.Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости / Б.Х. Варданян // Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. – М., 1983. – С. 542–543.
2. Гринберг Д. Управление стрессом / Д. Гринберг. – М., С.-Петербург, Н.-Новгород, Воронеж: ПИТЕР, 2002. – 480 с.
3. Либина А.В. Стили реагирования на стресс: психологическая защита или совладание со сложными ситуациями / А.В. Либина, А.В. Либин // Стиль человека: психологический анализ / под ред. А.В. Либина. – М.: Смысл, 1998. – С. 190–204.
4. Махнач А. В. Зависимость динамики эмоциональной напряженности от индивидуальных свойств личности / А.В. Махнач Ю.В. Бушов // Вопросы психологии. – 1988. – № 6. – 130–133.
5. Субботин С.В. Устойчивость к психическому стрессу как характеристика метаиндивидуальности учителя: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / С.В. Субботин. – Пермь, 1992. – 152 с.
6. Zadoroznyuk, Ya. A. Features of stress resistance of students-metrologists / Ya. A. Zadoroznyuk, A. A. Grishchuk, M. V. Kostsova // Recent Achievements and Prospects of Innovations and Technologies : материалы VII Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, Севастополь, 18 апреля 2018 года / Под редакцией Т. Г. Клепиковой, А.Г. Михайловой. – Севастополь: ФГБОУ ВО «Керченский государственный морской технологический университет» ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Севастопольский государственный университет", 2018. – Р. 658-661. – EDN UVTYJG.
7. Suleymanova, Z. R. Features of professional training of judges / Z. R. Suleymanova, M. V. Kostsova // Recent Achievements and Prospects of Innovations and Technologies : материалы VII Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, Севастополь, 18 апреля 2018 года / Под редакцией Т. Г. Клепиковой, А.Г. Михайловой. – Севастополь: ФГБОУ ВО «Керченский государственный морской технологический университет» ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Севастопольский государственный университет", 2018. – Р. 692-695. – EDN UVTYLY.

УДК 159.9

*Н.С. Ищенко,  
студент,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
Севастополь, Россия*

## **ХОББИ КАК ФАКТОР СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ**

**Аннотация.** В статье рассмотрены факторы стрессоустойчивости военнослужащих, один из которых – наличие хобби. Представлены доказательная эмпирическая база.

**Ключевые слова:** стресс, стрессоустойчивость, военнослужащие, хобби, увлечения, досуг.

*N.S. Ishchenko  
student,  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia*

## **HOBBIES AS A FACTOR OF STRESS RESISTANCE IN MILITARY PERSONNEL**

**Annotation.** The article considers the factors of stress resistance of military personnel, one of which is the presence of a hobby. The evidence-based empirical base is presented.

**Keywords:** stress, stress resistance, military personnel, hobbies, hobbies, leisure.

Такая проблема как психологический стресс людей имеет всё большую значимость, в связи с всеобъемлющим взлётом опасности жизнедеятельности.

Стресс – это реакция человеческого организма, возникающая в ответ на действие раздражителя независимо от того, какой несет заряд – отрицательный или положительный.

Ганс Селье говорил: «Стресс есть неспецифический ответ организма на любое предъявление ему требования [...] Другими словами, кроме специфического эффекта, все воздействующие на нас агенты вызывают также и неспецифическую потребность осуществить приспособительные функции и тем самым восстановить нормальное состояние. Эти функции независимы от специфического воздействия. Неспецифические требования,

предъявляемые воздействием как таковым, — это и есть сущность стресса» [1].

Стресс — это неизбежная реальность нашей жизни. Но не обязательно негативная. Например, он позволяет нам быстро принимать решения и действовать в сложных ситуациях. Без этой функции организма человечество просто не смогло бы выжить. При этом важно знать, что наше тело способно эффективно справляться только с небольшими дозами стресса. Стрессоустойчивость — это способность человека переносить большие физические и умственные нагрузки, успешно решать задачи в экстремальных ситуациях и даже сохранять здоровье в среде с плохой экологией [3].

Цель работы: Определить хобби как значимый фактор стрессоустойчивости военнослужащих.

Чем более стрессоустойчив человек, тем меньше у него вероятность возникновения психосоматических заболеваний, тем более успешен он в учёбе, работе, в общении с людьми. Напротив, низкая стрессоустойчивость может существенно усложнять жизнь человека, который не выдерживает повседневных нагрузок, страдает от них.

Итак, стрессоустойчивость характеризует некоторую совокупность личностных качеств, позволяющих человеку переносить значительные интеллектуальные, волевые и эмоциональные нагрузки (перегрузки), обусловленные особенностями профессиональной деятельности, без особых вредных последствий для деятельности, окружающих и своего здоровья. Факторами стрессоустойчивости может выступать целый ряд личностных качеств, феноменов, занятий, упражнений и так далее. Например это может быть, как высокий уровень мотивации человека, его социальные связи, так и его занятия и увлечения, то есть хобби [2].

Служба в вооруженных силах — это особая ситуация, содержащая в себе множество крайне негативных аспектов, и исходя из этого существует острая необходимость в исследовании различных способов повышения стрессоустойчивости у военнослужащих, и внедрении этих способов в практическое использование, для создания конструктивного поведения, которые помогали бы справиться со всеми трудностями в процессе службы. Психолог В. Лыткин указывал, что: «Боевой стресс — это особая разновидность стресса, которая может формироваться из-за воздействия целого комплекса различных психогенных факторов служебной обстановки».

Хобби как фактор стрессоустойчивости у военнослужащих заслуживает особого внимания именно сейчас, когда сфера военной промышленности и службы стала много проще и популярнее, в мире давно стало меньше войн и конфликтов, служба несёт больше пассивный характер, у многих военнослужащих появилось больше свободного времени. Так почему бы не посвятить его увлечениям? Особенно это полезно, чтобы преодолеть страх неопределенности и панические настроения: «исследование Discovery, Inc. - Сила наших увлечений» подтверждает, что хобби не только

формируют нас как личность, но и помогают достигать целей, преодолевать барьеры и вызовы. Это исследование позволяет понять, как и в каком возрасте формируются интересы, почему они играют основополагающую роль для нашей идентичности и чем увлекаются люди больше всего в России и в мире [4].

Хобби, по мнению ряда психологов, выступает одним из факторов стрессоустойчивости людей. Этот феномен нельзя назвать досконально изученным, однако эффективность хобби, как фактора способного понизить уровень стресса, и повысить уровень стрессоустойчивости – бесспорна [1]

Было подготовлено и проведено эмпирическое исследование направленное на определение хобби как значимого фактора стрессоустойчивости у военнослужащих. Исследование проводилось на базе войсковой части №75078 Десантно-штурмовой бригады быстрого реагирования г. Феодосии. В исследовании приняли участие 40 военнослужащих контрактной службы, офицерского состава. Возраст испытуемых от 29 до 45 лет. Психодиагностический инструментальный исследования:

1. Анкета «Есть ли у Вас хобби и какое оно?»;
2. Опросник НПН (Шкала нервно-психического напряжения), автором которой является Т.А. Немчин;
3. Методика экспресс-диагностики состояния стресса (ДСС), автором которой является К. Шрайнер;
4. Тест диагностики уровня нервно-психической устойчивости (НПУ), риска дезадаптации в стрессе, автором которой является Ю. Баранов;
5. Методика «Структура интересов», автором которой является В. Хеннинг.

Проанализировав полученные результаты исследований, по первой методике можно сделать вывод, что у большинства испытуемых военнослужащих в жизни нету какого-то конкретного хобби. Лишь у 16 человек из всей группы испытуемых военнослужащих засвидетельствовано наличие любимого хобби, иногда даже нескольких.

Анализ результатов по второй методике показал, что у большинства испытуемых военнослужащих с выявленной нормой (по НПН) есть любимое хобби. А у группы испытуемых военнослужащих с завышенным уровнем НПН в основном хобби или какие-либо конкретные увлечения в жизни отсутствуют. У половины из оставшихся трёх испытуемых, которые, по итогам проведенной работы, имеют средний уровень НПН – также есть хобби.

Результаты исследований, по третьей методике показали, что почти у всех сдержанных испытуемых военнослужащих есть в жизни увлечение – занятие, на которое испытуемый военнослужащий направляет свои ресурсы, будь то время, силы, деньги и так далее, то есть такое занятие, которое

занимает стойкое место в жизни этого военнослужащего. Несдержанные же испытуемые военнослужащие, в основном такого рода увлечения в своей жизни не имеют, что несомненно говорит о положительном характере воздействия хобби на психику человека и его жизнедеятельность в целом.

Проанализировав полученные результаты исследований, по четвёртой методике можно сделать вывод, что наличие хобби у 19 испытуемых военнослужащих напрямую связано с тем, что их результаты составляют высокий уровень нервно-психической устойчивости. Соответственно, у 18 испытуемых военнослужащих с неудовлетворительной нервно-психической устойчивостью наличие какого-либо занятия или даже относительно постоянного положительного досуга обнаружено не было. Остальные четверо испытуемых с хорошей и удовлетворительной НПУ явных хобби не имеют.

Результаты исследований, по пятой методике являются в большей мере вспомогательными и предназначены для сравнения ответов с реальной картиной мира испытуемых военнослужащих. Данные, которые были получены в ходе работы с пятой методикой – в полной мере соответствуют наличествующим у испытуемых военнослужащих увлечениям. Точные результаты по данной методике для наглядности представлены ниже:

Полученные результаты исследований по пятой методике «Методика «Структура интересов», автором которой является В. Хеннинг, показали, что ведущими показателями среди испытуемых военнослужащих является спорт, путешествия и техника. Такая профессиональная склонность, как спорт является ведущей у 12,5% (5 человек) испытуемых военнослужащих, путешествия у 10% (4 человек), техника у 10% (человек).

Также, в ходе анализа полученных данных, было выявлено, что средними по значению профессиональными склонностями для испытуемых военнослужащих являются: география, биология, философия и психология. По 7,5% (3 человека) испытуемых военнослужащих отдали свой выбор данным показателям.

Низкими по значению для испытуемых военнослужащих стали такие профессиональные склонности, как: физика (данная профессиональная склонность является ведущей у 5% (52 человека) испытуемых военнослужащих), политика – 5% (2 человека), мораль – 2,5% (1 человек), экономика – 5% (2 человека), литература – 5% (2 человека), лёгкая музыка – 2,5% (1 человек), классическая музыка – 5% (2 человека), мода – 2,5% (1 человек), хореография – 2,5% (1 человек), искусство кино – 2,5% (1 человек).

В целом, итоговым заключением, основываясь на полученных результатах, является средний показатель наличия стресса у испытуемых по трём проведённым методикам. Нервно-психическая устойчивость у большинства испытуемых характеризуется достаточной способностью

отвечать на стрессовые реакции. Профессиональная деятельность значима для всех испытуемых военнослужащих без исключения, и они готовы её контролировать.

Также, опираясь на итоговые результаты по двум проведённым методикам, которые направлены на определение сферы интересов испытуемых военнослужащих, можно сделать вывод, что существует наглядное различие психических состояний военнослужащих имеющими хобби и не имеющими хобби. Военнослужащие имеющие хобби в своей жизни, более сдержаны, имеют более высокую нервно-психическую устойчивость, их сложнее вывести из равновесия путём психологического давления, они лучше переносят стрессы. Военнослужащие, которые не имеют хобби – почти полная противоположность группе, которая была описана ранее выше. Военнослужащие, которые не посвящают своё свободное время досугу, хобби – в основном имеют более низкие показатели по всем проведённым методикам, что в итоге позволяет говорить о том, что наличие любимого хобби действительно имеет крайне позитивный психологический отклик для человека, тем более человека с такой тяжёлой профессией как военнослужащий.

Таким образом, можно сделать заключение о том, что различия в уровне стрессоустойчивости среди военнослужащих, имеющих хобби и у военнослужащих, не имеющих хобби – реальны и очень наглядны.

Различия в результатах психологических исследований выборок испытуемых военнослужащих были выявлены в таких методиках, как: опросник НПН (Шкала нервно-психического напряжения), автор Т.А. Немчин: нервно-психическое напряжение у военнослужащих имеющих хобби стабильнее, а у военнослужащих, не имеющих хобби, нервно-психическое напряжение в основном завышенное. Методика экспресс-диагностики состояния стресса (ДСС), автор К. Шрайнер: военнослужащие, имеющие хобби, по результатам проведённой методики более сдержанные, чем военнослужащие не имеющие хобби, у вторых ситуация хуже – они менее сдержанные. Тест диагностики уровня нервно-психической устойчивости (НПУ) риска дезадаптации в стрессе, автор Ю. Баранов: у испытуемых военнослужащих, имеющих хобби, уровень нервно-психической устойчивости (НПУ) выше, а у испытуемых военнослужащих, которые не имеют хобби, уровень нервно-психической устойчивости (НПУ) ниже.

Практическая значимость данной работы заключается в том, что представленные в работе материалы и их результаты могут быть использованы самими военнослужащими, которые имеют необходимость в поиске путей борьбы со стрессом. А также, представленные в работе материалы и их результаты могут быть использованы руководством военных

частей, военными психологами, непосредственным командованием, при организации работы по повышению стрессоустойчивости у военнослужащих.

### Список литературы

1. Верецагина, И.М. Социально-культурная поддержка хобби как личностной любительской инициативы: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.05 «Теория, методика и организация социально-культурной деятельности» / Ирина Михайловна Верецагина. К., 2008.
2. Гришина, А. В. Копинг-стратегия военнослужащих контрактной службы с различным семейным статусом / А. В. Гришина, М. В. Косцова // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2021. – № 1. – С. 14-21. – EDN PYIALL.
3. Косцова, М. В. Факторы психологической готовности к действиям в экстремальных ситуациях у военнослужащих Росгвардии / М. В. Косцова, С. А. Федорова // Молодежь и системная модернизация страны : Сборник научных статей 7-й Международной научной конференции студентов и молодых ученых. В 5-ти томах, Курск, 19–20 мая 2022 года / Отв. редактор М.С. Разумов. – Курск: Юго-Западный государственный университет, 2022. – С. 152-154. – EDN DSNIJY.
4. Косцова, М. В. Группа встреч как форма развития профессиональной рефлексии у студентов - психологов / М. В. Косцова, А. В. Гришина // Социальная психология личности и группы в трансформирующейся России : Материалы Всероссийской научно-практической онлайн-конференции, Курск, 16–17 декабря 2021 года / Отв. редактор С.В. Сарычев. – Курск: Закрытое акционерное общество "Университетская книга", 2021. – С. 89-91. – EDN JXJRJV.
5. Ли Канг Хи. Социально-психологические технологии формирования стрессоустойчивости человека. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Ли Канг Хи. М.: Москва, 2005. – 16с.
6. Хуторянская, Т.В. Профессиональный стресс и общие закономерности его проявления / Т.В. Хуторянская. - М.: Саратов, 2019.
7. Щербатых, Ю. В. Психология стресса / Ю.В. Щербатых. М.: Издательство Эксмо, 2005. - 303с.
8. Suleymanova, Z. R. Features of professional training of judges / Z. R. Suleymanova, M. V. Kostsova // Recent Achievements and Prospects of Innovations and Technologies : материалы VII Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, Севастополь, 18 апреля 2018 года / Под редакцией Т. Г. Клепиковой, А.Г. Михайловой. – Севастополь: ФГБОУ ВО «Керченский государственный морской технологический университет» ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Севастопольский государственный университет", 2018. – Р. 692-695. – EDN UVTYLY.

УДК 376.1

*Н.А. Позднякова,  
магистр 2 курса дефектологического факультета,  
Курский государственный университет,  
г. Курск, Россия.  
Н.А. Котелевцев,  
к.псих.н., доцент кафедры специальной  
психологии и коррекционной педагогики,  
Курский государственный университет,  
г. Курск, Россия.*

## **КОПИНГ-СТРАТЕГИИ В ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

**Аннотация:** в работе представлен краткий анализ психолого-педагогической литературы по проблеме личностной тревожности обучающихся младшего школьного возраста и механизмов формирования психологических защит и копинг-стратегий, представлены копинг-стратегии обучающихся данной категории.

**Ключевые слова:** обучающиеся младшего школьного возраста с задержкой психического развития, тревожность, личностная тревожность, копинг-стратегии.

*N.A. Pozdnyakova,  
2nd year Master of the Faculty of Defectology,  
Kursk State University,  
Kursk, Russia.  
N.A. Kotelevtsev,  
PhD, Associate Professor of the Department of Special  
Psychology and Correctional Pedagogy,  
Kursk State University,  
Kursk, Russia.*

## **COPING STRATEGIES IN THE PERSONAL ANXIETY OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS WITH MENTAL RETARDATION**

**Abstract:** the paper presents a brief analysis of psychological and pedagogical literature on the problem of personal anxiety of students of primary school age and the mechanisms of formation of psychological defenses and coping strategies, coping strategies of students of this category are presented.

**Keywords:** primary school students with mental retardation, anxiety, personal anxiety, coping strategies.

Особый интерес представляет взгляд на законы и механизмы формирования психологических защит и копинг-стратегий у обучающихся младшего школьного возраста с ЗПР в ситуации личностной тревожности. В процессе развития ребенка на формирование копинг-стратегий влияет целый ряд факторов, таких как особенности психического развития, физическое здоровье, темперамент, предыдущий жизненный опыт, социальная среда, детско-родительские отношения.

Личностная тревожность может рассматриваться как личностная черта, проявляющаяся в постоянной склонности к переживаниям тревоги в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и таких, которые объективно к этому не располагают. Она характеризуется состоянием безотчетного страха, неопределенным ощущением угрозы, готовностью воспринять любое событие как неблагоприятное и опасное. Ребенок, подверженный такому состоянию, постоянно находится в настороженном и подавленном настроении, у него затруднены контакты с окружающим миром, который воспринимается им как пугающий и враждебный. Закрепляясь в процессе становления характера к формированию заниженной самооценки и мрачного пессимизма [1].

Обучающимся младшего школьного возраста с ЗПР свойственны следующие особенности проявления личностной тревожности. В психологической сфере тревожность проявляется в изменении уровня притязаний личности, в сниженности самооценки, решительности, уверенности в себе. Такие дети очень восприимчивы к своим ошибкам, остро реагируют на них, склонны отказываться от той деятельности, в которой испытывают трудности. В то время ситуативная тревожность может проявляться в чрезмерном беспокойстве, причем иногда дети боятся не самого события, а его предчувствия. У обучающихся с высоким уровнем тревожности уровень притязаний выше реальных возможностей [4].

В ряде исследований указывается, что экстремальное стрессовое воздействие на детей младшего школьного возраста с ЗПР оказывает влияние на высокую интенсивность выбора пассивных, отказных защитных копинг-стратегий. Низкий уровень социальной поддержки родителей или сверстников определяет попадание детей в группу риска по психосоматическому нарушению; школьники с задержанным развитием склонны к выбору неадаптивных стратегий поведения, что ведет к усилению напряженности во взаимодействии с другими людьми.

Становление процесса копинг-поведения определяется не только возрастным фактором, но и особенностями психического (умственного, личностного и эмоционального) развития обучающихся младшего школьного возраста с ЗПР. Особенности психического развития оставляют негативный отпечаток на адаптивной деятельности детей, их умении разрешать трудные ситуации.

Особенности личностного, эмоционального и социального развития детей младшего школьного возраста с ЗПР ограничивают их возможности адекватно действовать в трудных условиях и понимать ситуационный контекст. В связи с этим напряженность механизмов психологической защиты и выбор копинг-стратегий могут выступать и признаком дезадаптации личности, и маркером специфики развития ребенка. Это показывает важность формирования и укрепления адаптивных механизмов в коррекционно-развивающей работе психолога [3].

Описывая многообразие поведенческих, эмоциональных и интеллектуальных копинг-стратегий личности, И.М. Никольская и Р.М. Грановская показали, что в основе каждой из них может лежать не один, а несколько различных защитных механизмов. Таким образом, авторы рассматривают понятие «копинг» как более широкое по своему содержанию, чем понятие «защитный механизм» [2].

Стратегии совладания условно можно разделить на три группы.

1. Поведение. Разнообразные поведенческие стратегии снятия очага напряженности, обусловленного внешними и внутренними факторами.

2. Эмоциональная проработка подавленного. Эмоциональная разрядка с целью снятия очага напряжения или с целью поиска социальной поддержки.

3. Познание. Стратегии, позволяющие нейтрализовать напряженность стресса через изменение субъективной оценки ситуации и соответствующее изменение уровня ее контроля [6].

В свою очередь Р. Лазарус и С. Фолкман выделили 8 основных копинг-стратегий:

1) планирование решения проблемы включает в себя анализ ситуации и необходимых ресурсов для ее изменения;

2) конфронтационный копинг, заключающийся в применении достаточно агрессивных действий для изменения ситуации, сочетающийся с определенной степенью враждебности и готовностью к рискованным действиям;

3) принятие ответственности за возникшую ситуацию на себя, без перекладывания вины на окружающий мир;

4) самоконтроль своих эмоций и действий;

5) положительная переоценка данного положения дел;

6) поиск социальной поддержки, выражающийся в обращении за эмоциональной или поведенческой помощью к окружающим;

7) дистанцирование от данной ситуации и мысленное уменьшение ее значимости для индивида;

8) бегство-избегание, которое сопровождается желанием и предпринимаемыми усилиями, направленными к бегству от проблемы [7].

Проанализировав и обобщив материал по данной проблеме, мы предположили, что существует определенная связь между защитными механизмами личности, стилями копинг-поведения, расстройствами

личности и базовыми эмоциями. Защитная система детей младшего школьного возраста с ЗПР с повышенной тревожностью формируется и функционирует на основе общих психологических закономерностей, но имеет свои особенности в связи с отклонениями в поведении.

Эти особенности могут проявляться на бессознательном уровне использования механизмов защиты и осознанном использовании копинг-стратегий и зависят от степени нарушения в эмоциональной сфере, а также влияют на формирование ведущих социальных и личностно-значимых паттернов поведения. Тревожность побуждает детей включать механизмы защиты неосознанно. И только потом копинг-поведение начинает действовать сознательно и целенаправленно, ослабляет внешне-внутренний конфликт и регулирует индивидуальное поведение [2].

Также дети с задержкой психического развития с высоким уровнем тревожности используют крайние варианты активных и пассивных способов психологической защиты. Высокая личностная тревожность снижает адаптивные возможности, дети защищаются однообразно, неадекватно, неконструктивно, обнаруживают нарушенные отношения в социуме и дисгармонию в развитии личности. С увеличением уровня тревожности ослабевают позитивные эмоции, наблюдается «застывание» на каком-либо негативном состоянии, дети затрудняются открыто выразить свое настроение, определить эмоциональное состояние другого человека.

Установлено, что у обучающихся с ЗПР отмечается трудности в анализе стрессовых ситуаций по их значимости, т.е. у них отсутствует осознание ситуации как трудной, а в ситуации затруднений чаще используется эмоциональная разрядка с деструктивным проявлением («бью, ломаю, швыряю вещи», «кусаю ногти, ломаю суставы пальцев», «воплю, кричу», «схожу с ума», «дразню кого-нибудь», «борюсь, дерусь с кем-нибудь») [3].

Обучающиеся данной категории реже, чем сверстники с типичным развитием, используют конструктивные стратегии, приводящие к разрешению ситуации («говорю сам с собой») и смене деятельности («гуляю вокруг дома», «играю», «гуляю, бегаю, катаюсь на велосипеде», «смотрю телевизор, слушаю музыку»). Отмечается, что для них характерно преобладание механизмов психологической защиты по типу регрессии и отрицания.

Таким образом, чем шире арсенал копинг-стратегий, тем выше у обучающихся младшего школьного возраста с ЗПР возможность выбора одного или нескольких наиболее эффективных адаптивных стратегий. Поэтому важным фактором снижения личностной тревожности является разнообразие копинг-стратегий.

### Список литературы

1. Астапов, В.М. Функциональный подход к изучению состояния тревоги [Текст] / В.М. Астапов // Психологический журнал. – 1992. – № 5. – С. 111–117.
2. Грановская, Г.М., Никольская, И.М. Психологическая защита у детей [Текст] / Г.М. Грановская, И.М. Никольская. СПб.: Речь, 2006. – 352 с.
3. Гришина, А.В. Исследование особенности отношения к болезни у онкологических больных в отделении паллиативной помощи: гендерный аспект / А.В. Гришина, М.В. Косцова, А. П. Коршунова // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. - 2021. - № 3. - С. 88-95.
4. Косцова, М. В. Особенности эмоциональной сферы лиц, страдающих шизофренией / М. В. Косцова, А. В. Гришина // Актуальные проблемы психиатрии, наркологии и медицинской психологии : Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной памяти профессора А.В. Погосова (с использованием дистанционных технологий), Курск, 16–17 мая 2022 года / Под редакцией В.А. Липатова. – Курск: Курский государственный медицинский университет, 2022. – С. 44-47. – EDN QTEWSU.
5. Куфтяк, Е.В., Лебедев, А.П., Реунова, А.А. Стратегии защитно-совладающего поведения детей в контексте психологического здоровья [Текст] / Е.В. Куфтяк, А.П. Лебедев, А.А. Реунова // Медицинская психология в России. – 2017. – Т. 9, № 1(42). – С. 3
6. Психология детей с задержкой психического развития: уч. пособие [Текст] / сост. О.В. Защирина. – СПб.: Речь, 2007. – 168 с.
7. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика [Текст] / А.М. Прихожан. – М.: МОДЕК, 2000. – 304 с.
8. Романова, Е.С., Гребенников, Л.Р. Механизмы психологической защиты [Текст] / Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников. – М.: Просвещение, 2000. – 144 с.
9. Lazarus, R. S. Psychological stress and the coping process / R.S. Lazarus. – N.Y. : McGraw-Hill Book, 1966. – 466 p.

УДК 316.48

*А.Г. Варцабова.,  
А.А Дараева.,  
И.Д.Иващенко,  
П.Д.Косаш,*

*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,*

*Севастополь, Россия*

## **ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНТОВ**

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются результаты анкетирования стрессоустойчивости к экстремальным ситуациям у студентов 1 курса. Было выявлено, что у студентов средний показатель стрессоустойчивости к экстремальным ситуациям. Поэтому девушки и юноши, нуждаются в повышении данного показателя с уклоном на экстремальные ситуации.

**Ключевые слова:** стрессоустойчивость, студенты, анкетирование, экстремальная ситуация.

*A.G. Vartsabova.,  
A.A. Daraeva.,  
I.D.Ivashchenko,  
P.D.Kosash,*

*Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia*

## **FEATURES OF THE MANIFESTATION OF STRESS RESISTANCE IN STUDENTS**

**Annotation.** This article discusses the results of a questionnaire on stress resistance to extreme situations in 1st year students. It was revealed that students have an average index of stress resistance to extreme situations. Therefore, girls and boys need to increase this indicator with a bias towards extreme situations.

**Keywords:** stress resistance, students, questionnaire, extreme situation.

В современном мире все чаще люди сталкиваются со стрессом не только на учебе или работе, но и в ситуациях, когда действовать нужно незамедлительно. Не каждый человек может быстро сориентироваться и не дать навредить ни себе, ни другим. Поэтому важно уже на данном этапе обучения студентов выявить их уровни стрессоустойчивости и дать рекомендации на основе полученных данных.

Ученые, исследовавшие проблему стресса: Газиева М.З., Пацукова Т. Н., Ретюнская А.К., Талалаева Г.В., Хуторная М.Л., Щербатых Ю.В.

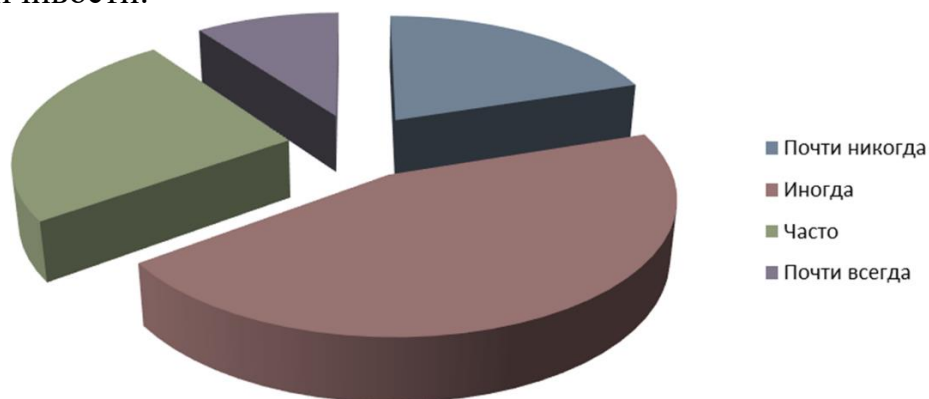
**Цель статьи:** изучить анкету ее результаты и кратко описать полученные данные для исследования особенностей стрессоустойчивости.

Анкета «Эмоциональная устойчивость к стрессовым ситуациям у студентов» состоит из 17 различных по виду вопросов на данную тему. Мы использовали следующие виды вопросов: закрытые вопросы, вопросы фильтры, ранжированные вопросы, вопросы с интервальной шкалой, открытые вопросы, а также вопросы с множественным выбором. Респондентами для нашей анкеты стали студенты 1-2 курса Гуманитарно-педагогического института (ГПИ). Выборка базы исследования: анкету проводили в университете между студентами 1-2 курса ГПИ, данная анкета была рассчитана на 20 человек.

Анализируя полученные данные анкетирования, можно сделать следующие выводы:

**Вопрос 3: Когда приближаются сроки сдачи проекта на меня находит паника. А вдруг что-то пропустил?**

Согласно полученным данным 20% почти никогда не волнуются когда приближается сдача проекта что говорит о их высокой стрессоустойчивости, 45% говорят , что иногда волнуются , что говорит о средней стрессоустойчивости , 25% часто волнуются, что говорит о ниже средней стрессоустойчивости , 10% почти всегда волнуются ,что говорит о низкой стрессоустойчивости.



**Вопрос 7: Как часто вы чувствуете себя «нервным», подавленным?**

Согласно полученным данным 10% почти никогда не чувствовали себя нервным, что говорит о высоком уровне стрессоустойчивости, 50% иногда – что говорит о среднем уровне стрессоустойчивости, 20% довольно часто, 20% очень часто, что говорит о низком уровне стрессоустойчивости (Рис.1).



Рис.1. – ответы на вопрос № 7 (в %)

**Вопрос 8: Как часто вы чувствуете уверенность в своей способности справиться со своими личными проблемами?**

Согласно полученным данным 10% очень часто чувствуют уверенность в своих способностях справиться со своими личными проблемами. 65% довольно часто, 25% иногда, что говорит о среднем уровне стрессоустойчивости (Рис.2).

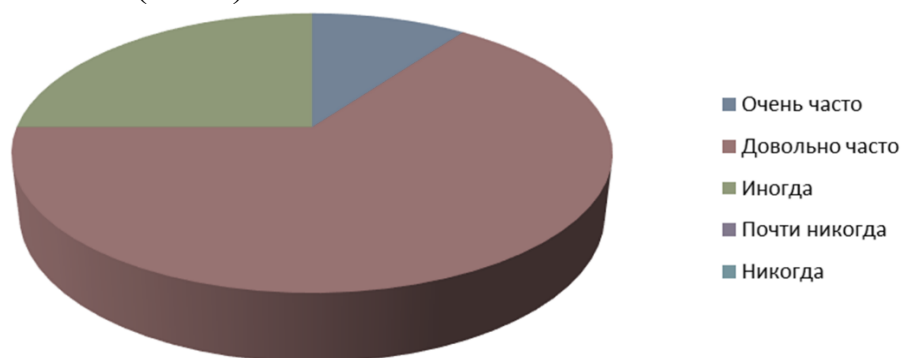


Рис.2. – ответы на вопрос № 8 (в %)

**Вопрос 9: Насколько часто вам кажется, что все идет именно так, как вы хотите?**

Согласно полученным данным 10% почти никогда не чувствуют, что все идет именно так, как они хотят, что говорит о низком уровне стрессоустойчивости. 30% иногда, 45% довольно часто, 15% очень часто (Рис. 3).

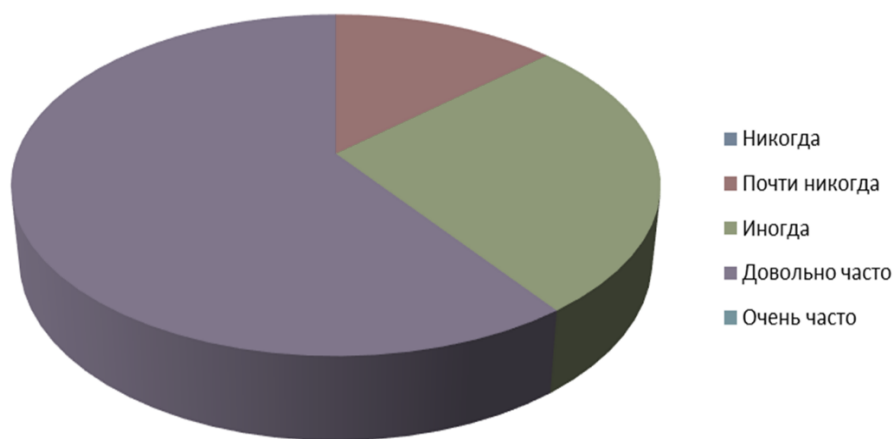


Рис.3. – ответы на вопрос № 9 (в %)

**Вопрос 12: Часто ли вы чувствуете, что вам сопутствует успех?**

10% почти никогда не чувствуют, что им сопутствует успех, что говорит о низком уровне стрессоустойчивости, 40% иногда, что говорит о среднем уровне стрессоустойчивости, 40% довольно часто, что говорит о высоком уровне стрессоустойчивости, 10% очень часто (Рис.4).

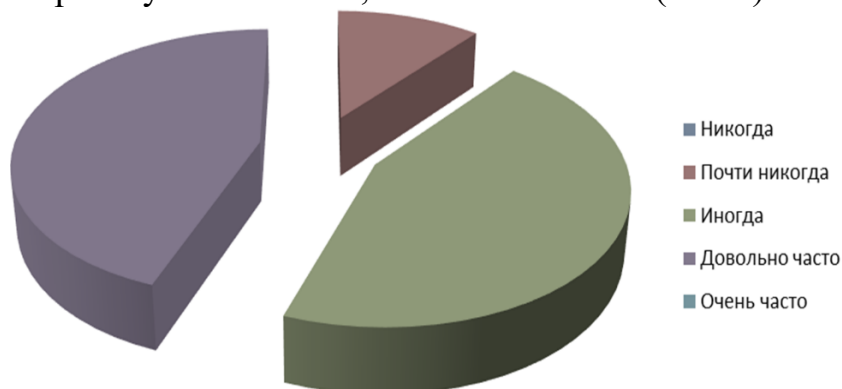


Рис.4. – ответы на вопрос № 12 (в %)

**Вопрос 17: Что такое, на ваш взгляд, сложная работа? Какую работу вы однозначно считаете сложной и не возьметесь за нее? (рис. 5).**

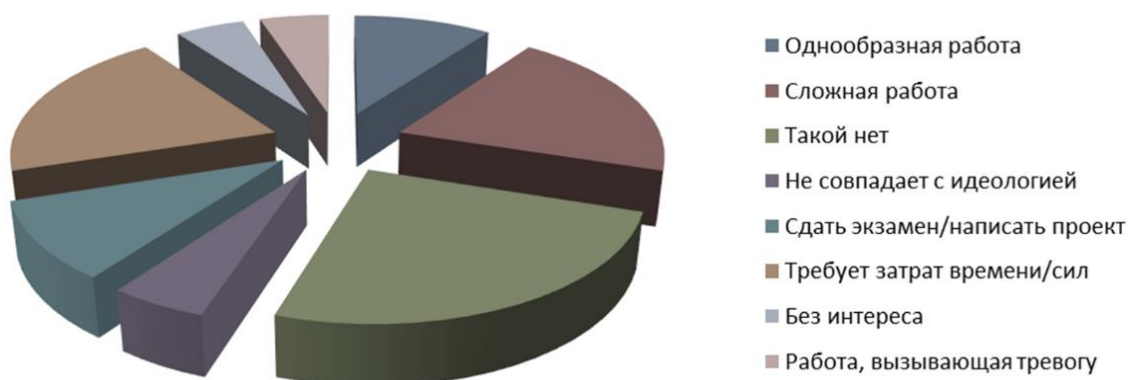


Рис.5. – ответы на вопрос № 17 (в %)

Таким образом, около 75% опрошенных имеют средний показатель стрессоустойчивости, 15% высокий и 10% низкий.

На наш взгляд было бы интересно изучить такой феномен как стрессоустойчивость в экстремальных ситуациях более детально. Нам стоит расширить варианты вопросов, сделать шкалу лжи, а так же увеличить число анкет. Это поможет нам подробнее изучить факторы влияющие на формирование стрессоустойчивости. А также позволит рассмотреть стрессоустойчивость, как совокупность личностных качеств, позволяющих человеку переносить значительные интеллектуальные, волевые и эмоциональные нагрузки, обусловленные особенностями профессиональной деятельности, без особых вредных последствий для деятельности, окружающих и своего здоровья.

#### **Список литературы:**

1. Гагиева М.З. Психологическая поддержка развития стрессоустойчивости студентов / М.З. Гагиева Психология обучения. 2009. № 9. С. 57-65.
2. Косцова, М. В. Факторы психологической готовности к действиям в экстремальных ситуациях у военнослужащих Росгвардии / М. В. Косцова, С. А. Федорова // Молодежь и системная модернизация страны : Сборник научных статей 7-й Международной научной конференции студентов и молодых ученых. В 5-ти томах, Курск, 19–20 мая 2022 года / Отв. редактор М.С. Разумов. – Курск: Юго-Западный государственный университет, 2022. – С. 152-154. – EDN DSNIJIV.
3. Косцова, М. В. Особенности выбора профессии «психолог»: результаты опроса / М. В. Косцова, В. В. Головина // Осознание Культуры - залог обновления общества. Перспективы развития современного общества : материалы XXII Всероссийской научно-практической конференции, Севастополь, 16–17 апреля 2021 года. – Севастополь: ООО "Рибест", 2021. – С. 329-332. – EDN LKGMBR.
4. Макаренко, А. В. Результаты анкетирования студенческой молодежи "Правильно ли вы выбрали направление подготовки?" / А. В. Макаренко, М. В. Косцова // Осознание Культуры - залог обновления общества. Перспективы развития современного общества : материалы XX Всероссийской научно-практической конференции, Севастополь, 12–13 апреля 2019 года. – Севастополь: Рибест, 2019. – С. 228-235. – EDN HUZPVN.
5. Отношение современной молодежи к религии (результаты анкетирования) / М. В. Косцова, В. В. Лужнова, А. О. Скороходова, Л. А. Сулейманова // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2021. – № 5. – С. 82-90. – EDN YOGIDW.
6. Пацукова Т. Н О проблеме формирования стрессоустойчивости у студентов / Т. Н. Пацукова В сборнике: Наука и образование: проблемы и перспективы развития. Сборник научных трудов по материалам

Международной научно-практической конференции: в 5 частях. 2014. С. 115-116.

7. Талалаева Г.В., Ретюнская А.К. Оценка стрессоустойчивости студентов – важный элемент организации учебного процесса. / Талалаева Г.В., Ретюнская А.К. Международный журнал экспериментального образования. 2009. № 5. С. 54.

8. Хуторная М.Л. Развитие стрессоустойчивости студентов в условиях интеллектуальных испытаний / М. Л.Хуторная Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина. Тамбов, 2007.

9. Федорова, С. А. Анализ факторов, влияющих на выбор направления подготовки "химическая технология" / С. А. Федорова, М. В. Косцова, А. М. Акимов // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – № 72-2. – С. 281-284. – EDN NJSSQC.

10. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. - СПб.: Питер, 2006. - 256 с.

УДК 159.9: 612

*Е.В. Бунякина,  
студентка,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
Севастополь, Россия*

*Т.И. Бессонова,  
кандидат психологических наук, доцент кафедры «Психология»,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
Севастополь, Россия*

### **ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ СТРЕСС И СПОСОБЫ СОВЛАДАНИЯ С НИМ**

**Аннотация:** в статье анализируются результаты второго этапа эмпирического исследования, которое было посвящено изучению экзаменационного стресса и дальнейшей его профилактики, обобщены представления о стрессе в период экзаменационной сессии у студентов, влияющих на их личностную тревожность и самооценку стрессоустойчивости.

**Ключевые слова:** стресс, экзаменационный стресс, профилактика.

*E.V. Bunyakina,  
student,  
SevGU, Sevastopol, Russian Federation.*

*T.I. Bessonova,  
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of  
Psychology,  
SevGU, Sevastopol, Russian Federation.*

### **EXAMINATION STRESS AND WAYS HOW TO DEAL WITH IT**

**Abstract:** the article analyzes the results of the second stage of the empirical study, which was devoted to the study of examination stress and further prevention of stress, generalization of ideas about stress during the examination session among students that affect their personal anxiety and self-assessment of stress resistance.

**Keywords:** stress, examination stress, prevention.

Экзаменационный стресс - психотравмирующий фактор, который может стать пусковым механизмом для многих видов болезни. «Одним из наиболее распространённых в наши дни видов аффектов является стресс. Он представляет собой состояние чрезмерно сильного и длительного

психологического напряжения, которое возникает у человека, когда его нервная система получает эмоциональную перегрузку» [3, с.266].

Эверли Дж. и Розенфельд Р. установили, что боящиеся экзамена ученики могут заметно улучшить свои достижения и даже превзойти тех, кто экзаменов не боится. Только для этого, по мнению ученого, необходимо благожелательное отношение к ним со стороны экзаменаторов - нужно щадить самооценку учеников, меньше ругать их и больше хвалить. Только в этом случае экзамен может быть полезен [2].

Интересно, что в то время как для одних людей проблемой является снизить уровень экзаменационного стресса, для других, наоборот, нужно «как следует разозлиться» или испугаться, чтобы в полной мере мобилизовать свои силы и успешно сдать экзамен. Для каждого человека нужен свой, «оптимальный уровень волнения и страха», при котором он показывает наилучшие результаты. [1, с. 94 – 96.].

Причин экзаменационного стресса несколько: интенсивная умственная деятельность, нагрузка на одни и те же мышцы и органы из-за длительного сидения за учебниками, также нарушения режима сна и отдыха.

Но главный фактор, провоцирующий возникновение экзаменационного стресса, – это отрицательные переживания. Экзамены – это серьезное испытание на прочность всей нервной системы и проверка не только знаний выпускника, но и его психологической устойчивости.

Что влияет на характер стресса у разных людей?

1. Генетическая предрасположенность;
2. Характер протекания беременности у матери;
3. Ранний детский опыт;
4. Характер человека;
5. Направленность человека;
6. Общественный статус;
7. Ближнее социальное окружение.

Данное исследование посвящено изучению экзаменационного стресса и дальнейшей его профилактики и проводилось на базе государственного бюджетного общеобразовательного учреждения г. Севастополя СевГУ. Цель эмпирического исследования – теоретическое изучение и эмпирическое исследование проблемы экзаменационного стресса у студентов в период сессии и его профилактика на примере г. Севастополя. Выборка исследования – студенты 4 курса г. Севастополя.

На первом этапе участниками исследования стали 25 студента, которым была предложена анкета «Есть ли учебный стресс у студентов?». Анкетирование проводилась онлайн в январе 2022 года. В качестве средства для сбора сведений от респондентов нами был разработан специально оформленный список 8 вопросов. Анкета-опросник позволила оценить личностную тревожность от экзаменационной сессии в университете СевГУ г. Севастополя. На втором этапе была осуществлена диагностика уровня тревожности при экзаменационном стрессе у студентов. На третьем этапе

была осуществлена диагностика основных причин учебного стресса у студентов. На четвертом этапе была осуществлена диагностика уровня стрессоустойчивости каждого студента. Данный тест позволяет человеку оценить уровень своей стрессоустойчивости.

В качестве диагностических методик применялись: Анкета «Есть ли учебный стресс у студентов?»; Шкала тревожности Ч. Спилбергера-Ю.Ханина; Тест на учебный стресс Ю. В. Щербатых; Тест самооценки стрессоустойчивости С. Коухена и Г. Виллиансона.

По итогам исследования по анкете «Есть ли учебный стресс у студентов?» , были получены результаты, представленные в Таблице 1.

Таблица 1 – Результаты ответов респондентов по анкете «Есть ли учебный стресс у студентов?», N=25 (Анкета «Есть ли учебный стресс у студентов?») )

| Вопрос                                                                                          | Самый частый ответ          | Процент |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------|
| Как часто Вы испытываете стресс?                                                                | Часто                       | 60.0%   |
| Где чаще всего Вы попадаете в стрессовые ситуации?                                              | В Университете              | 52.0%   |
| По какой причине Вы чаще всего подвергаетесь стрессу?                                           | Страх перед экзаменом       | 56.0%   |
| Вы испытываете стресс в течение семестра?                                                       | Да                          | 72.0%   |
| Вы испытываете стресс во время сессии?                                                          | Да                          | 64.0%   |
| Как стресс сказывается на желании учиться?                                                      | Отрицательно                | 68.0%   |
| Находясь в стрессовом состоянии, Вам труднее сосредоточиться на лекциях\подготовке к экзаменам? | Да                          | 84.0%   |
| Какие методы борьбы со стрессом Вы используете?                                                 | Общение с близкими\друзьями | 64.0%   |

Большинство испытуемых имеют высокий уровень стресса, связанный с его частотой (60.0%). Стресс негативно сказывается на учебе (68.0%) из-за плохого сосредоточения (84.0%). 64.0% испытуемых ослабляют тревожность и стресс общением с близкими и друзьями, это

означает, что испытуемые вероятно прибегают к такому механизму психологической защиты, как рационализация. При рационализации в мышлении используется только та часть воспринимаемой информации, и делаются только те выводы, благодаря которым собственное поведение предстаёт как хорошо контролируемое и не противоречащее объективным обстоятельствам.

На втором этапе была осуществлена диагностика уровня тревожности при экзаменационном стрессе у студентов. Результаты диагностики уровня тревожности при экзаменационном стрессе у студентов по шкале тревожности Чарльза Спилбергера-Ханина Юрия Львовича представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты диагностики уровней личностной тревожности у респондентов, N=25  
(по шкале тревожности Ч. Спилбергера-Ю. Ханина)

| Уровень личностной тревожности | Количество человек | % от выборки |
|--------------------------------|--------------------|--------------|
| Низкий                         | 3                  | 12.0%        |
| Умеренный                      | 13                 | 52.0%        |
| Высокий                        | 9                  | 36.0%        |

Анализ таблицы 2 показал, что уровень личностной тревожности среди испытуемых распределился следующим образом: 1) низкий – 3 человека (12.0%); умеренный – 13 человек (52.0%); высокий – 9 человек (36.0%).

В результате нашего исследования мы выяснили, что основными причинами возникновения стресса у студентов являются большие учебные нагрузки, которые появляются из-за большого количества заданий по разным учебным дисциплинам, страх перед будущим, строгие преподаватели, излишне серьёзное отношение к учёбе (Рис. 2).

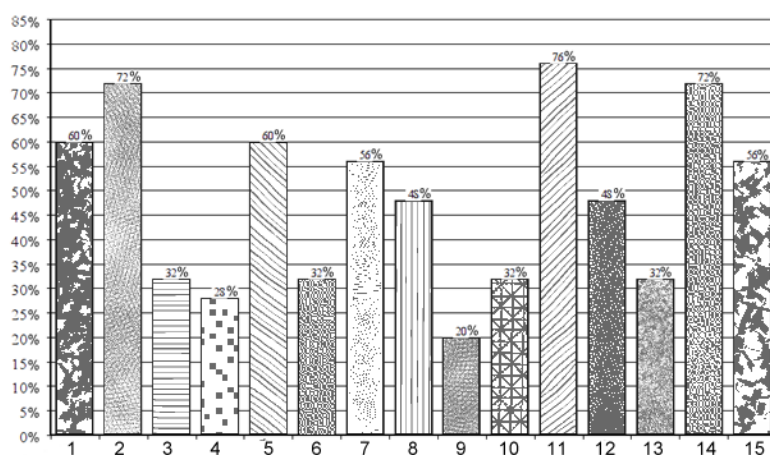


Рисунок 2– Соотношение вклада отдельных проблем в общую картину стресса, N=25 (по тесту на учебный стресс Юрия Викторовича Щербатых)

1-Строгие преподаватели 2-Учебная нагрузка 3-Отсутствие учебников 4-Непонятные учебники 5-Жизнь вдали от родителей 6-Неправильное питание 7-Режим дня 8-Нерегулярное питание 9-Проживание с другими 10-Конфликты в группе 11-Излишне серьезное отношение к экзаменам 12-Нежелание учиться 13-Стеснительность 14-Страх перед будущим 15-Проблемы в личной жизни

Стресс, связанный с учёбой (Рис.3), проявляется в постоянной спешке, нехватке времени, плохом настроении, потере уверенности, снижении самооценки, повышении утомляемости, что сказывается на понижении работоспособности студентов.

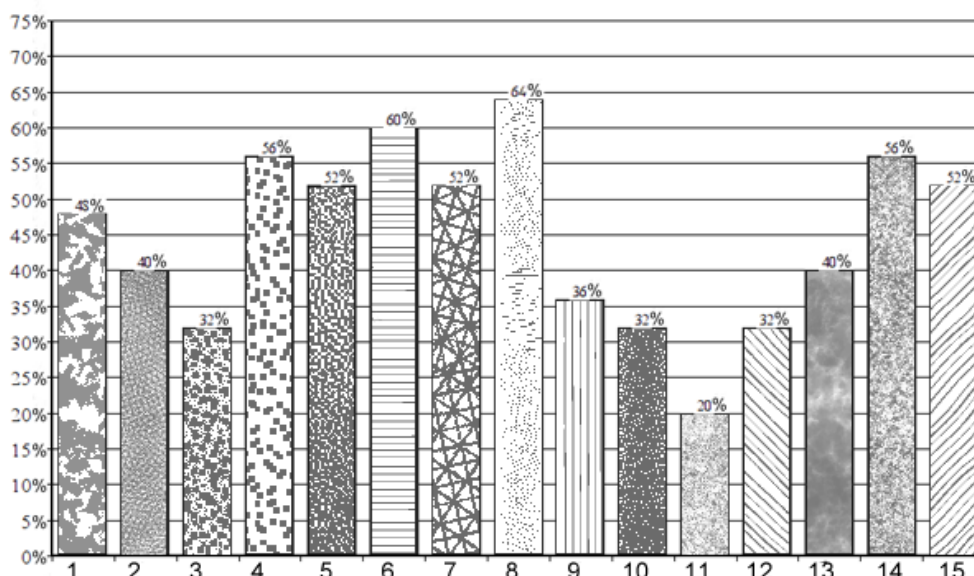


Рисунок 3– Соотношение симптомов стресса, связанного с учебой, N=25 (по тесту на учебный стресс Юрия Викторовича Щербатых)

1-Ощущение нехватки времени 2-Посторонние мысли 3-Отвлекаемость 4-Раздражительность 5-Депрессия, грусть 6-Страх, тревога 7-Потеря уверенности 8-Постоянная спешка 9-Плохой сон 10-Нарушение соц. контактов 11-Учащенное сердцебиение 12-Затрудненное дыхание 13-Проблемы с ЖКТ 14-Напряжение мышц 15-Головные боли

Данные показатели значительно превышают норму, что лишь подтверждает, что ситуация проверки знаний является серьезным стрессогенным фактором. У большинства студентов проявляются такие признаки экзаменационного стресса, как учащенное сердцебиение, скованность и дрожание мышц, головные боли. Также отдельные студенты выделили затрудненную речь.

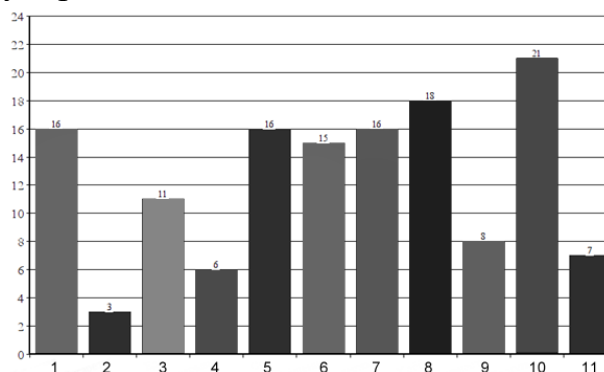


Рисунок 4 – Соотношение приемов снятия стресса, N=25(по тесту на учебный стресс Юрия Викторовича Щербатых)

1-Интернет 2-Сигареты 3-Еда 4-Перерывы 5-Сон 6-Общение 7-Поддержка 8-Хобби 9-Физ. активность 10-Прогулка 11-Музыка

Основными способами снятия стресса (Рис. 4) является прогулка (21 респондент), хобби (18 респондентов), интернет (16 респондентов), сон (16 респондентов), поддержка от близких (16 респондентов) и общение с друзьями (15 респондентов) тоже являются эффективными способами снятия стресса.

Анализ полученных результатов диагностики стрессоустойчивости студентов показал, что самое большое количество баллов среди тестируемых набрали 4 респондента. Это низкая степень сопротивляемости стрессу, что говорит о том, что стрессовые ситуации оказывают немалое влияние на их жизнь, и студенты им не очень сильно сопротивляются.

3 респондента из 25, набравшие самое маленькое количество баллов, имеют высокий уровень устойчивости к стрессовым ситуациям.

18 студентов имеют средний уровень стрессоустойчивости, который соответствует в меру напряженной жизни активного человека.

На четвертом этапе была осуществлена диагностика уровня стрессоустойчивости каждого студента. Данный тест позволяет человеку оценить уровень своей стрессоустойчивости (он может быть отличный, хороший, удовлетворительный, плохой или очень плохой).

Методика включает 10 вопросов. При выполнении теста студентам было необходимо выбрать один подходящий ответ из стандартных вариантов (никогда, почти никогда, иногда, довольно часто, очень часто).

Полученные результаты проведенного исследования по тесту самооценки стрессоустойчивости С. Коухена и Г. Виллиансона можно изложить в виде таблицы (Таб. 4).

Таблица 4 – Соотношение оценки стрессоустойчивости, N=25(по тесту самооценки стрессоустойчивости С. Коухена и Г. Виллиансона)

| Оценка            | Количество человек | % от выборки |
|-------------------|--------------------|--------------|
| Хорошо            | 3                  | 12.0%        |
| Удовлетворительно | 17                 | 68.0%        |
| Плохо             | 5                  | 20.0%        |

Проанализировав все полученные результаты, можно сделать следующие выводы:

1. Основными причинами возникновения стресса у студентов исследуемой нами группе являются большая учебная нагрузка и страх перед будущим.

2. В данной группе, проявляется стресс в основном на психологическом уровне, что сказывается на понижении работоспособности студентов и нехватке времени.

3. Основными способами снятия стресса у студентов является прогулки на свежем воздухе (используют 84.0% опрошенных), также хобби (72.0%) сон (64.0%), поддержка от близких (64.0%), сидение в интернете (64.0%), общение с друзьями\ родственниками (60.0%).

4. Самыми выраженными признаками проявления стресса у студентов является страх, тревога (59.0% опрошенных); напряжение (58.0%); раздражительность (57.0%); головные боли (54.0%) что вызвано постоянно спешкой, нехваткой времени (63.0%).

5. Средний показатель стрессоустойчивости по самооценки студентов данной группы составил 20,1 из 40 возможных баллов, что соответствует удовлетворительной оценке показателя самооценки стрессоустойчивости студентов, который означает адекватность восприятия своей стрессоустойчивости и уровень стрессоустойчивости студентов в группе.

В качестве математического расчета был выбран коэффициент корреляции Спирмена, роль этого метода корреляции для исследования и гипотезы - это количественная оценка статистического изучения связи между указанными в гипотезе признаками и факторами.

Результаты расчета коэффициента корреляции Спирмена, таблицы присвоения рангов и матрицы рангов самооценки стрессоустойчивости и личностной тревожности по показателям методик тревожности Спилбергера-Ханина и теста самооценки стрессоустойчивости С. Коухена и Г. Виллиансона показывают, что коэффициент корреляции Спирмена ( $\rho$ ) равен 0.616. Коэффициент ранговой корреляции статистически - значим и ранговая корреляционная связь между оценками по всем тестам значимая и показывает тесную связь между рядами сопоставляемых количественных показателей.

Можно сделать вывод, что коэффициент ранговой корреляции статистически значим, что подтверждает гипотезу о том, что у студентов детерминантам экзаменационного стресса в период сессии могут быть неотрефлексированные в процессе профилактической работы высокий уровень тревожности, низкая самооценка стрессоустойчивости и индивидуальная предрасположенность к стрессу. Для профилактики можно использовать следующие методики профилактики и коррекции: упражнение «Дыхательная гимнастика»; упражнение «Плюсы и минусы»; программа «Питание-4»; программа «Своевременный сон 23\*8»; распределение и планирование времени.

### Список литературы

1. Бессонова, Т. И. Стилевая саморегуляция поведения студентов-психологов / Т. И. Бессонова, И. В. Пароньянц // Гуманитарно-педагогическое образование. – 2022. – Т. 8. – № S1. – С. 188-195. – EDN STRJDF.
2. Воробейчик, Я.Н. Руководство по аутопсихотерапии [Текст] / Я.Н. Воробейчик. – Одесса:ОГУ, 2019. – С. 94 – 96.

3. Гремлинг, С. Практикум по управлению стрессом [Текст] / С. Гремлинг, С. Ауэрбах. – СПб.: Питер. – 2012. – С. 112 – 114.
4. Попова, Л.М. Стресс жизни: Сборник [Текст] / Л.М. Попова // Как противостоять стрессу. Стресс без болезней. ТОО «Лейла». – 1994. – С. 266.
5. М. Шэрон. Стрессоустойчивость. Как сохранять спокойствие и эффективность в любых ситуациях [Текст] / М. Шэрон. – Москва. – 2014. – С. 256.
6. Смирнов, В. А. Некоторые дисфункции процесса социализации Российской молодежи в условиях “больших” вызовов\* / В. А. Смирнов, О. Б. Скрябина, Т. И. Бессонова // Вестник Московского университета. Серия 18. Социология и политология. – 2022. – Т. 28. – № 1. – С. 110-125. – DOI 10.24290/1029-3736-2022-28-1-110-125. – EDN DEHPJL.

УДК 376

*Е.С. Сухорученкова,  
Студент-магистрант  
Российский Новый Университет,  
Москва, Россия*

## **КОРРЕКЦИЯ НЕДОСТАТКА ВНИМАНИЯ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗПР**

**Аннотация:** В статье актуальной является проблема развития внимания у детей с задержкой психического развития, рассматриваются физиологические аспекты, строение головного мозга, отделы, отвечающие за внимание и мышление, исследования отечественных психологов, педагогов и дефектологов. Данная статья несёт в себе информацию по работе с детьми с ЗПР и коррекции недостатка внимания у младших дошкольников.

**Ключевые слова:** задержка психического развития, внимание, мышление, отделы головного мозга, коррекционная работа.

*Suhoruchenkova Ekaterina Sergeevna  
Undergraduate student  
Russian New University, Moscow, Russia*

## **CORRECTION OF LACK OF ATTENTION IN YOUNGER SCHOOLCHILDREN WITH MENTAL RETARDATION**

**Abstract:** The article deals with the problem of developing attention in children with mental retardation, discusses the physiological aspects, the structure of the brain, the departments responsible for attention and thinking, studies of domestic psychologists, teachers and speech pathologists. This article contains information on working with children with mental retardation and correcting the lack of attention in younger preschoolers.

**Keywords:** mental retardation, attention, thinking, brain regions, correctional work.

*«Культура развития внимания заключается в том, что при помощи  
взрослого ребенок усваивает ряд искусственных стимулов – знаков,  
посредством которых он дальше направляет свое собственное поведение и  
внимание». Л.С. Выготский.*

Специальные комплексные исследования по проблеме школьной неуспеваемости проводились с начала 60-х гг. дефектологами и физиологами совместно с психологами и клиницистами в НИИ дефектологии АПН СССР

(Институт коррекционной педагогики РАО). Т. А. Власова, Т. В. Егорова, М. С. Певзнер, К. С. Лебединская, В. И. Лубовский, Н. А. Никашина и другие выявили среди младших школьников, детей неуспевающих, отстающих по программе, тяжело усваивающих детей, которых далее объединили в категорию детей с задержкой психического развития (ЗПР). У младших школьников с ЗПР среди прочего наблюдалась плохая концентрация внимания. Образование развивается с огромной скоростью, меняются программы, подход и требования, для успешности обучения ребёнку важно развивать внимание, без него шансов на успех крайне мало. Внимание стоит развивать на том же уровне, на котором принято развивать письмо, чтение и счёт.

Внимание – это особая форма психической активности человека, необходимое условие всякой деятельности. Внимание принято считать одним из главных показателей общей оценки уровня развития личности индивида.

И.И. Мамайчук считает, что большинство детей, имеющих проблемы с усвоением школьной программы, с успешной социализацией это дети с ЗПР. При смене окружения, то есть при переходе от семьи в школу, или же при переходе из дошкольного учреждения в школу у детей с задержкой психического развития наблюдалась школьная дезадаптация. Проявлялась она в трудностях усвоения школьной программы; в эмоционально-личностных проблемах ребенка: наличие школьных фобий, избирательное отношение к отдельным предметам или педагогам, конфликты с одноклассниками; в нарушениях поведения: ребенок отказывается идти в школу, на уроках нетерпелив, возбудим, не проявляет познавательную активность, отвлекается.

Власова Т.А., Кузнецова Л.В. Лубовский В.И., и многие другие называли проблему изучения развития внимания у детей с ЗПР актуальной в специальной психологии и коррекционной педагогике. Исследованиями в сфере развития внимания у детей с задержкой психического развития занимались: П.Я. Гальперин, Н.Ф. Добрынин, О.Ю. Ермолаев, В.А. Крутецкий, Н.Н. Ланге, С.Л. Рубинштейн, К.Д.Ушинский и другие. В результате исследований была выявлена важность такого компонента развития как внимание, оно является одной из важнейших составляющих познавательной деятельности человека на протяжении всей жизни.

Л.Е. Журова отмечает, что внимание - это особое состояние сознания, благодаря которому человек направляет и сосредотачивает познавательные процессы для более полного и четкого отражения действительности. Внимание связано со всеми сенсорными и интеллектуальными процессами. Наиболее заметно это проявляется в ощущениях и восприятиях. Как только человек перестает проявлять внимание к объекту, он перестает ясно его видеть или слышать, впечатления и образы становятся неотчетливыми и расплывчатыми. В связи с этим термин “внимание” широко применяется для объяснения результатов учебной деятельности. Высокие результаты

объясняют тем, что ученик проявил максимум внимания, низкие - тем, что был невнимателен.

Чтобы понять, как работает внимание у ребёнка с задержкой психического развития, и разработать коррекционный курс для него, нужно понять что такое внимание в организме человека, где и как рождается данный процесс.

Физиологическими основами внимания занимались В.М Бехтерев, Л.А. Орбели, П.К. Анохин. Ведущая роль корковых механизмов в регуляции внимания установлена благодаря нейрофизиологическим исследованиям. Установлено, что избирательное внимание основано на общем бодрствовании коры головного мозга, повышении активности ее деятельности. Оптимальный уровень возбудимости коры придает активизации внимания избирательный характер. При наличии очагов оптимального возбуждения человек постоянно к чему-либо проявляет внимание. Если же человек невнимателен в своей деятельности, значит, его внимание в это время отвлечено или направлено на что-то постороннее, не связанное с родом его деятельности. Особенно подчеркивается важная роль лобных областей мозга в отборе информации. С помощью нейрофизиологических исследований в мозгу обнаружены особые нейроны, получившие названия «нейронов внимания». Это клетки-детекторы новизны, которые наблюдаются на всей поверхности коры головного мозга и даже во внутренних структурах. Установлено, что в глубоких отделах мозга имеется скопление нервных клеток и волокон, идущих в различных направлениях и тесно переплетающихся между собой. Это вроде сети нервных путей, соединяющих рецепторы органов чувств с участками коры мозга. Скопление нервных клеток, расположенное в стволовой части мозга, получило название ретикулярной формации. Нервные импульсы, идущие от этой части мозга, возникают в результате воздействия на органы чувств сильных, новых или неожиданных раздражителей, которые и возбуждают кору больших полушарий. Мозг активизируется неспецифической системой, которая включает ретикулярную формацию, диффузную таламическую систему, гипоталамические структуры, гиппокамп и т.д.

Ретикулярная формация. При раздражении восходящей ретикулярной формации появляются быстрые электроколебания в коре головного мозга (происходит десинхронизация), растет подвижность нервных процессов, снижаются пороги чувствительности, что имеет сходство с общим состоянием внимания организма. Благодаря ретикулярной формации, связанной с явлениями внимания, находящейся на пути нервных импульсов, касающихся практически всех познавательных процессов, человек способен настораживаться, реагировать на незначительные изменения в окружающей среде, то есть это нервное образование является механизмом, лежащим в основе возникновения ориентировочного рефлекса. Таким образом, ретикулярная формация вместе с органами чувств обуславливает появление ориентировочного рефлекса, являющегося первичной физиологической

основой внимания. А одним из механизмов запускающих ретикулярную формацию можно считать ориентировочный рефлекс. Это врожденная реакция организма на любое изменение окружающей среды у людей и животных. Например, кто-то входит в комнату, вы, несмотря на занятость, мгновенно поворачиваетесь к двери. И. П. Павлов назвал этот рефлекс — «что такое?».

Причины возникновения ЗПР.

**1. Биологические факторы** (негрубые органические повреждения ЦНС локального характера и их остаточные явления) вызывают нарушение созревания различных отделов головного мозга, что сопровождается парциальными нарушениями психического развития и деятельности ребенка. Среди причин биологического характера, действующих в перинатальном периоде и вызывающих задержку психического развития, наибольшее значение имеют:

- патология беременности: тяжелые токсикозы, резус-фактор конфликт, гипоксия плода, внутриутробные инфекции, внутричерепные родовые травмы, недоношенность, желтуха, и другие болезни и инфекции приводящие к так называемой перинатальной энцефалопатии.
- тяжелые соматические заболевания ребенка: гипотрофия, грипп, нейроинфекции, рахит, черепно-мозговые травмы, эпилепсия и эпилептическая энцефалопатия, возникающие в постнатальном периоде и раннем детском возрасте.
- ЗПР имеет свойство передаваться по наследству, в некоторых случаях задержка психического развития передавалась из поколения в поколение.

**2. Социальные факторы.** ЗПР зачастую может носить социальный характер, но это не исключает того факта, что органические нарушения были, но не проявляли себя до определённого момента. Довольно часто гипопека и гиперопека являются теми самыми социальными факторами проявления ЗПР. Гипопека- безнадзорный образ жизни ребёнка, а гиперопека- чрезмерное проявление внимания со стороны родителей.

Задержка психического развития вторичного характера может развиваться при ранних нарушениях слуха и зрения, дефектах речи вследствие выраженного дефицита сенсорной информации и общения.

К.С. Лебединский предложил классифицировать ЗПР на 4 типа:

**1. ЗПР конституционального генеза:** замедленное созревание Центральной Нервной Системы, развитие и поведение таких детей не соответствуют хронологическому возрасту. Дети с ЗПР конституционального генеза эмоционально лабильны, имеют недостаточный объём памяти и внимания. Проявляется как

- Психический инфантилизм. При нём ребёнок ведёт себя как более младший по-возрасту.
- Психо-физический инфантилизм. При нём страдает эмоционально-волевая сфера и физическая.

**2. ЗПР соматогенного генеза:** причиной возникновения служат длительные и тяжёлые заболевания, из-за которых, задерживается нормальное развитие ЦНС. Для задержки психического развития соматогенного характера характерны астенический синдром, низкая работаспособность, маленький объём памяти, поверхностное внимание, гиперактивность, заторможенность.

**3. ЗПР психогенного генеза:** причиной возникновения служат социальные факторы. Характерные особенности- безынициативность психическая неустойчивость, импульсивность, отставание от сверстников, эгоцентризм, безволие, отсутствие целеустремлённости.

**4. ЗПР церебрально-органического генеза:** Самый частый из встречающихся типов. Причиной возникновения становится первичное негрубое органическое повреждение головного мозга. Может проявляться в отдельных сферах деятельности. Для данного типа характерна несформированность эмоционально-волевой сферы и познавательной деятельности.

Проанализировав психолого-педагогическую литературу, затрагивающую тему непосредственно развития внимания у детей с задержкой психического развития можно выделить следующие особенности:

Неустойчивость внимания - концентрация младшего школьника с ЗПР над заданием не превышает больше 5-10 минут, далее ребёнок находит другой предмет возбуждающий его внимание, точно так же не более, чем на 5-10 минут, данная черта так же часто встречается у детей с СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности). Быстрая утомляемость говорит о наличии органических факторов возникновения ЗПР, то есть церебрально-органического или соматогенного типа.

Снижение объёма внимания- младший дошкольник удерживает крайне маленький объём информации в голове, в следствие чего возможность решать жизненные, учебные и игровые задачи, уменьшается, так же увеличивается время выполнения этих задач, из-за чего у ребёнка может пропасть учебная мотивация, в связи с постоянной усталость в попытках сконцентрироваться по просьбе взрослого.

Сниженная избирательность внимания- внешние раздражители привлекают внимание ребёнка, в последствие чего он не может выбрать объект на котором можно сосредоточить своё внимание, и постоянно переключается с одного на другой и так далее. Внешние раздражители рассеивают внимание ребёнка с ЗПР.

«Прилипание внимания» - в отличии от сниженной избирательности прилипание внимания характеризуется в сложности переключения с одного объекта на другой.

Сниженное распределение внимания- ребёнку трудно выполнить несколько действий сразу, тяжело даются действия где внимание должно быть равно распределено на несколько предметов, например, списывание текста, имеет два действия слушать и писать.

Рассеянность внимания - очаг возбуждения в коре головного мозга, подавляет все прочие сигналы, поступающие извне. Рассеянность внимания вытекает в невозможность сосредоточения на определённом объекте. Для этого вида недостатка внимания характерно поверхностное внимание. Так же причиной рассеянности может быть истощаемость внимания, из-за болезни или переутомления. Часто отсутствующие по болезни дети быстро устают и через некоторое время проявляется рассеянность внимания, так ребёнок может активно работать в начале урока, а к концу полностью отключить внимание.

Коррекционная работа над недостатком внимания у младших школьников с задержкой психического развития. Л.С. Выготский "Культура развития внимания заключается в том, что при помощи взрослого ребенок усваивает ряд искусственных стимулов - знаков, посредством которых он дальше направляет свое собственное поведение и внимание".

Для коррекции недостатка внимания требуется научить ребёнка включаться в действия, использовать стимулирующий внимание материал, пробуждать интерес ребёнка. Дети с ЗПР часто отвлекаются от непонятного и недоступного им материала, всё яркое и новое привлекает их внимание. Коррекционную работу следует проводить совместив эти вещи, то есть заинтересовать ребёнка, начать концентрировать его внимание. Тем самым развивать волевые усилия и произвольное внимание. Развивая произвольное внимание, школьник с ЗПР научится выполнять не только цели, поставленные взрослым, но и ставить и выполнять свои, научиться контролировать выполнение, начнет замечать успехи в достижении самостоятельного результата, получит стимул и мотивацию для дальнейшего развития внимания.

### Список литературы

1. Ананьев, Б.Г. Воспитание внимания школьников [Текст] / Б.Г.Ананьев. – М.: Просвещение, 1996. – 80 с.
2. Баскакова, И.Л. Внимание школьников – олигофренов [Текст] / И.Л. Баскакова – М.:МГПИ им. В. И. Ленина, 1989. – 128 с.
3. Бгажнокова, И.М. Психология умственно отсталого школьника [Текст] / И.М. Багжнокова– М.: Просвещение, 1987. – 96 с.
4. Блинова, А. А. Сравнительный анализ познавательных процессов младших подростков / А. А. Блинова // Профессионально-технологическая и экономическая подготовка обучающихся в условиях модернизации и стандартизации образования : сборник статей по итогам II Всероссийской конференции преподавателей, студентов, аспирантов и докторантов, Волгоград, 21–22 октября 2021 года. –

- Волгоград: Общество с ограниченной ответственностью "Сфера", 2021. – С. 124-130. – EDN CGEFWV.
5. Власова, Т.А., Певзнер, М.С. Учителю о детях с отклонениями в развитии [Текст] / Т.А. Власова, М.С. Певзнер – М.:Просвещение, 1967. – 207 с.
  6. Выготский, Л. С. Развитие высших психических функций [Текст] / Выготский Л. С. – М.:Издво АПН РСФСР, 1960. – 498 с.

УДК 159.9

*С.Е. Моторная,  
доцент,*

*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
г. Севастополь, Россия*

*Я.Д. Поландова,  
студент,*

*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
г. Севастополь, Россия*

*А.С. Шитова  
студент,*

*ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
г. Севастополь, Россия*

## **ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИЯ И ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА БУДУЩИХ ВЫПУСКНИКОВ УНИВЕРСИТЕТА**

**Аннотация.** Рассматривается проблема интернет-аддикции обучающихся университета разных специальностей и направлений подготовки. Проведено теоретическое и эмпирическое исследование связи интернет-зависимости с развитием волевых качеств личности. Установлена связь высокого уровня интернет-зависимости для студентов психологического направления подготовки с недостаточным уровнем развития волевых качеств и силы воли обучающихся.

**Ключевые слова:** интернет-аддикция, волевые качества, ценностные и смысловые установки, обучающиеся, психологическое направление подготовки, университет.

*S. E. Motornaya,  
docent,*

*Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education  
"Sevastopol State University", Sevastopol, Russia*

*Ya. D. Polandova,  
student,*

*Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education  
"Sevastopol State University", Sevastopol, Russia*

*S. Shitova,  
student,*

*Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education  
"Sevastopol State University", Sevastopol, Russia*

## **INTERNET ADDICTION AND VOLUNTARY QUALITIES OF THE UNIVERSITY FUTURE GRADUATES**

**Abstract:** The problem of university students Internet addiction of different specialties and areas of training is considered. A theoretical and empirical research of the connection between Internet addiction and the development of volitional qualities of a person has been carried out. A connection has been established between a high level of Internet addiction for students of the training psychological direction with an insufficient of volitional qualities development level and willpower students.

**Keywords:** Internet addiction, volitional qualities, value and semantic attitudes, students, training psychological direction, university.

Проблема формирования ценностно-смысловых ориентаций обучающихся является определяющей для построения будущего мира. В период обучения в университете приоритетное развитие получает ментальная сфера личности. Идёт глубокое осмысление и осознание смыслов и целей существования человека. Однако современные условия, в которых происходит процесс социализации, радикально отличаются от тех, в которых становление личности осуществлялось ещё совсем недавно – 10-15 лет назад. Применение информационных компьютерных технологий во всех сферах общественной и профессиональной жизни, постоянное использование мобильных устройств привело к появлению новых психологических проблем. Среди них – интернет-зависимость, которая в той или иной степени охватила всё подрастающее поколение и диктует необходимость нахождения факторов, которые бы могли привести формирующийся, растущий организм обучающегося к гомеостазу.

В работах А. Войскунского [3], А. Голдберга, А. Егорова, А.Л. Каткова [14], В. Лоскутовой [12], В.В. Титовой [14], Д.Н. Чугунова [14], М. Шоттон, К. Янг представлены разносторонние теоретические и практические аспекты интернет-зависимости личности. Однако проблема является многогранной, и поэтому поиск путей, которые позволят решить проблему зависимости от интернет-источников, требует проведения дополнительных исследований.

Одной из важных областей исследований в данном направлении, на наш взгляд, является изучение волевых качеств личности и их влияния на интернет-зависимость обучающихся. В. Вундт [4], У. Джеймс [7], Т. Рибо считали волю ключевым конструктом личности. Вместе с тем в первой трети двадцатого века понятие воли постепенно становится мало рассматриваемым. Значительный акцент делается на понятия мотивация, социальная установка, ценность. Последнее приводит к тому, что в зарубежной психологии двадцатого века понятие воли исследуется незначительно. Однако в советской психологии понятие воли изучается и уточняется, прежде всего, Л. С. Выготским [5, 6], С. Л. Рубинштейном, Д. Н. Узнадзе, что, в свою очередь, приводит к появлению в современной научной области волевой сферы психики работ В. К. Калина [11], В. А. Иванникова [10], Е. П. Ильина. Глазунов Ю.Т., Сидоров К.Р. изучают волевые качества

человека и основания их выделения [8], а также степень проявления волевых качеств как меру способности преодоления препятствия на пути достижения цели [9]. Д. Д. Барабанов в своих трудах [1, 2] рассматривает волевые качества студентов высшей школы.

Основным механизмом воли, по мнению В.А. Иванникова, является «изменение имеющегося или создание нового смысла действия» [10]. В связи с чем можно проследить связь между формированием смысла обучающегося, его волевыми качествами и интернет-зависимым поведением.

Безусловно, проблема воли является многогранной, и всё, что создано человеком, является актом его воли, в том числе и приобретение таких негативных психических свойств, как интернет-аддикция. Поэтому исследование волевых качеств в связи с интернет-аддикцией является перспективным и актуальным.

Опираясь на представление в научной литературе работ по исследованию воли и интернет-аддикции, была сформулирована цель исследования – рассмотреть на эмпирическом материале в авторском исследовании проявления интернет-аддикции и волевых качеств студентов в период обучения в университете.

Термин «интернет-аддикция» был введён А. К. Голдбергом в 1996 году, рассматривавшим интернет-аддикцию как «поведение человека со сниженным уровнем самоконтроля, который патологически долго пребывает в Интернете и имеет чрезмерную потребность в постоянном нахождении в данной сети, сопутствуя разрушению гармоничной жизни и разбалансированию всех её сфер». А.Е. Войскунский выделяет следующие признаки интернет-зависимости: «пристрастие к работе с компьютером (играм, программированию или другим видам деятельности, компульсивную навигацию по WWW, поиск в удалённых базах данных; патологическую привязанность к опосредствованным Интернетом азартным играм, онлайн-аукционам или электронным покупкам; зависимость от социальных применений Интернета, т.е. от общения в чатах, групповых играх и телеконференциях, что может в итоге привести к замене имеющихся в реальной жизни семьи и друзей виртуальными; зависимость от «киберсекса», т.е. от порнографических сайтов, обсуждения сексуальной тематики в чатах или закрытых группах «для взрослых»» [3].

Вопрос интернет-аддиктивного поведения затрагивает большое количество людей, независимо от пола, возраста и социального статуса. По мнению Н. Кузнецовой, юноша или девушка, используя Интернет, замещает стремление «думать» и «учить» стремлением «искать». Чрезмерное использование интернета способствует формированию у человека психологической зависимости.

Эмпирическое исследование проводилось среди 30 обучающихся 2 курса университета психологических, юридических направлений подготовки, а также специальности «Судовождение», 18-19 лет. Исследуемые студенческие выборки по половому составу были неоднородны, поэтому

гендерные особенности не анализировались. Для исследования были выбраны следующие методики: шкала Интернет-зависимого поведения С. Чена, тест на интернет-зависимость К. Янга, опросник волевых качеств личности М.В. Чумакова, методика «Самооценка силы воли» Н. Н. Обозова, методика определения уровня развития волевых качеств личности Н.Е. Стамбуловой.

На основании проведенного исследования авторами были получены результаты, которые предоставлены ниже на рисунках 1-4.

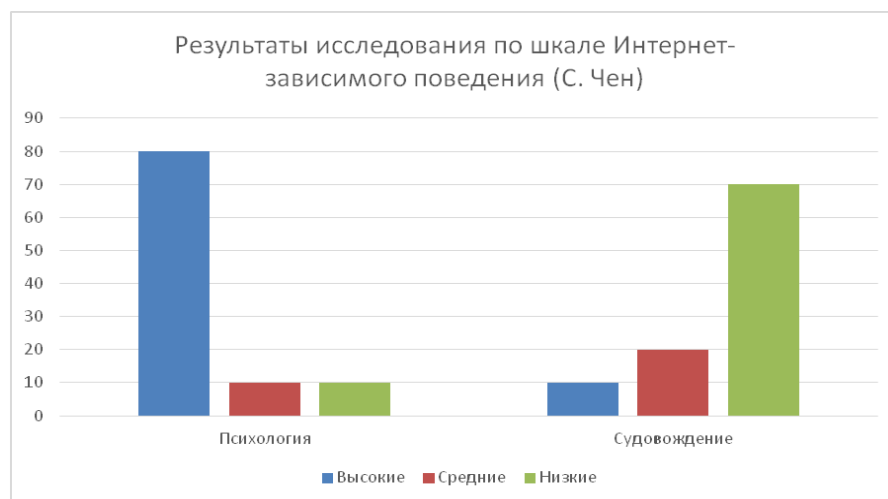


Рисунок 1. – Результаты исследования по методике интернет-зависимого поведения С. Чена, в процентах

Результаты исследования по методике интернет-зависимого поведения С.Чена показывают, что для обучающихся психологического направления подготовки 80 % студентов показали высокий результат, что характеризует их как зависимых от интернета и склонных большую часть своего времени проводить в сети, не контролируя время своего пребывания. 10% испытуемых дали средний результат, что означает наличие формирования тенденции к интернет-аддикции. Низкий результат получили оставшиеся также 10%. Полученный результат свидетельствует о низком уровне самоконтроля почти у 90 процентов обучающихся, то есть о необходимости исследования у них волевых качеств.

У студентов специальности «Судовождение» только 10 % испытуемых имеют зависимость от интернета. 20% студентов, получивших средние результаты, можно охарактеризовать как людей, имеющих небольшие трудности в том, чтобы контролировать длительность пребывания в интернете, что приводит к недосыпанию, нарушению питания. Остальная часть – 70 % обучающихся – не отличается наличием проблем с пребыванием в сети, у них не наблюдается зависимость от интернета.

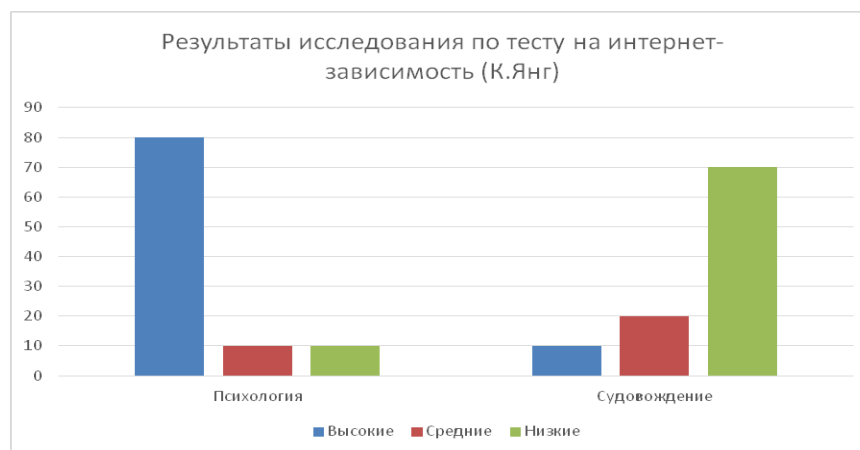


Рисунок 2. – Результаты исследования по тесту на интернет-зависимость К. Янга, в процентах

Результаты исследования по тесту на интернет-зависимость К. Янга подтверждают результаты, полученные по методике интернет-зависимого поведения С. Чена. По полученным данным можно отметить, что у студентов специальности «Судовождение» были получены низкие результаты по данному тесту, что характеризует 70 % студентов, как обычных пользователей сети, 20 % студентов имеют некоторые проблемы, связанные с контролем времени, проводимом в интернете. Остальные 10% имеют интернет-аддикцию.

Студенты психологического направления подготовки показали следующие результаты: 80% студентов характеризуются сформированной у них интернет-аддикцией. 10% имеют тенденцию к появлению психологической проблемы пользования интернетом, у них уже наблюдаются некоторые трудности. 10 % студентов получили низкие результаты, что свидетельствует о том, что интернет-аддикции у них не наблюдается.

Таким образом, в ходе исследования была выявлена следующая закономерность: студенты психологического направления подготовки показали более высокие результаты интернет-зависимости по сравнению со студентами, обучающимися по специальности «Судовождение». Достоверность различия в результатах была подтверждена критерием Р. Фишера. Коэффициент Р. Фишера подтвердил существование различий между полученными результатами обучающихся психологического направления подготовки и специальности «Судовождение» на высоком уровне (большинство испытуемых).

Для того чтобы выявить резервы коррекции интернет-зависимого поведения, было решено исследовать волевые качества студентов психологических специальностей. Для увеличения степени достоверности были исследованы также обучающиеся юридического направления подготовки.

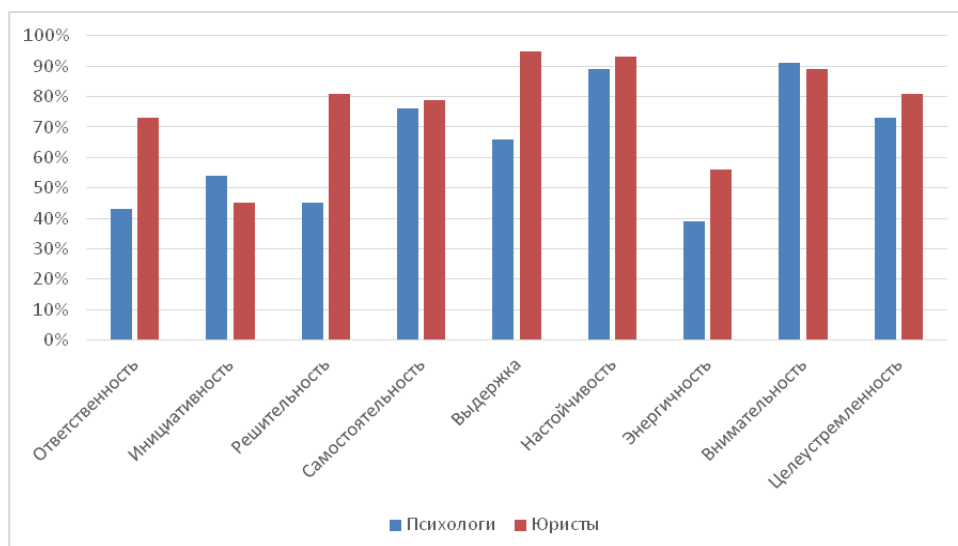


Рисунок 3. – Результаты исследования по опроснику волевых качеств личности М.В. Чумакова, в процентах

Результаты исследования по опроснику волевых качеств личности М.В. Чумакова констатировали средние результаты каждого направления подготовки, что соответствует исследованиям, проведённым Ю.Ю. Кетежевым, С.Е. Моторной в 2021 году [12].

У большинства студентов, которые обучаются на юридическом факультете, были выявлены достаточно высокие показатели абсолютно всех девяти волевых качеств, кроме «инициативности» и «внимательности». Данные шкалы имеют большие значения у студентов, обучающихся на психологическом направлении подготовки. Однако инициативность достигает значения, лишь чуть большего, чем 50 %.

Большое значение показателя внимательности, на наш взгляд, связано с тем, что основной метод, который психологи используют в своей работе – это метод наблюдения. Поэтому показатель внимательности, достигающий значения порядка 90 %, мы считаем, связан не с выработкой волевых качеств, а с необходимостью освоения профессионально важного навыка. Однако наличие его на высоком уровне создаёт условия для коррекции способности к осмыслению жизнедеятельности, приобретения волевых качеств и снижения интернет-зависимости.

У студентов психологического направления подготовки показатели решительности, энергичности, ответственности лежат в пределах 40 %. Улучшение данного показателя, на наш взгляд, сможет изменить ситуацию с выработкой воли и волевых качеств высокого уровня, что и создаст предпосылки для изменения ситуации с высоким уровнем интернет-зависимости в группах психологических специальностей.

Результаты исследования по опроснику «Самооценка силы воли» Н. Н. Обозова показали, что большинство студентов, которые обучаются на направлении подготовки «Юриспруденция», обладают высоким уровнем силы воли, 70 % респондентов. У студентов, которые обучаются на

психологическом направлении подготовки, 50 %. Поэтому необходимо разрабатывать специальную программу коррекционных воздействий.

Таким образом, исследование показало, что студенты психологических специальностей обладают более высоким уровнем интернет-зависимости. Выдвинутое нами предположение, что это связано с недостаточным уровнем сформированности волевых качеств, подтвердилось результатами эмпирического исследования.

Наши дальнейшие исследования мы видим в продолжении представленного исследования, привлечении большего числа респондентов, изучения связи исследованных свойств личности со смысло-ценностными установками, осознанностью жизни, а также составлением программы для коррекции волевых качеств и интернет-зависимости обучающихся.

### Список литературы

1. Барабанов, Д. Д. Развитие волевой регуляции студентов: автореф. дис. ... канд. психол. наук [Текст] / Д. Д. Барабанов / МГУ. – М., 2015. – 35 с.
2. Барабанов, Д. Д. Сравнительный анализ особенностей волевой регуляции и мотивационно-смысловой сферы личности у студентов разных курсов [Электронный ресурс] / Д. Д. Барабанов // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2012. – №3. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sravnitelnyy-analiz-osobennostey-volevoy-regulyatsii-i-motivatsionno-smyslovoy-sfery-lichnosti-u-studentov-raznyh-kursov> (дата обращения: 05.04.2022).
3. Войскунский, А.Е. Актуальные проблемы зависимости от интернета [Электронный ресурс] / А.Е. Войскунский. – URL: <https://psyfactor.org/lib/addict.htm?ysclid=l37oz7lfcf>
4. Вундт, В. Очерки психологии [Текст] / В. Вундт. – М.: Терра, 2015. – 463 с.
5. Выготский, Л. С. Собрание сочинений: В 6 т. Т. 5. Основы дефектологии [Текст] / Л.С. Выготский. – М.: Книга по Требованию, 2012. – 368 с.
6. Выготский, Л.С. Собрание сочинений: В 6 т. Т. 2. Проблемы общей психологии [Текст] / Л.С. Выготский. – М.: Книга по Требованию, 2012. – 457 с.
7. Джеймс, У. Психология [Текст] / У. Джеймс; под ред. Е.А. Крыловой. – М.: Рипол-классик, 2018. – 616 с.
8. Глазунов, Ю.Т. О волевых качествах человека и основаниях их выделения [Текст] / Ю.Т. Глазунов, К.Р. Сидоров // Вестн. Удм. ун-та. Сер. Философия. Психология. Педагогика. – 2016. – Вып. 2. – С. 65-73.
9. Глазунов, Ю.Т. Степень проявления волевых качеств как мера способности преодоления препятствия на пути достижения цели [Текст] / Ю.Т. Глазунов, К.Р. Сидоров // Сибирский психологический журнал. – 2016. – № 61. – С. 20-33.

10. Иванников, В. А. Психологические механизмы волевой регуляции [Текст] / В. А. Иванников. – Питер, 2016. – 208 с.
11. Калинин, В. К. Волевая регуляция деятельности. Автореф. докт. дисс. [Текст] / В. К. Калинин. – Тбилиси, 2019. – 36 с.
12. Лоскутова, В. А. Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств: автореферат дис. ... кандидата медицинских наук : 14.00.18 / Новосиб. гос. мед. акад. – Новосибирск, 2004. – 23 с.
13. Моторная, С.Е. "Воля к смыслу" в представлении современных студентов психологических специальностей: эволюция и человек [Электронный ресурс] / Моторная С.Е., Кетежев Ю.Ю. // Научный альманах. – 2021. – № 9-1 (83). – С. 78-81.
14. Титова, В. В. Интернет-зависимость [Электронный ресурс] / В.В. Титова, А.Л. Катков, Д.Н. Чугунов // Педиатр. – 2014. – Том V. – №4. – С.132-139. – URL: <https://clck.ru/h7HUx> (Internet-Addiction-Causes-Formation-Mechanisms-Diagnosis-Treatment-and-Prevention-Approaches.pdf)

**УДК 159.9**

*В.И. Кашина,  
Студентка,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
Севастополь, Россия*

*В.В. Захарова,  
Студентка,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
Севастополь, Россия*

*М.В. Косцова,  
Доцент кафедры «Психология»,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
Севастополь, Россия*

## **ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА К ДОМАШНИМ ПИТОМЦАМ**

**Аннотация.** В данной статье представлено исследование, направленное на выявление отношения студентов к животным. Исследование проводилось с использованием метода тестирования, ориентированное на студентов 1 курса обучения. Было выявлено, что большинство студентов имеют у себя дома различного вида животное. В нашей статье мы более подробно углубились в изучение причин и следствий того, как молодежь относится к животным.

**Ключевые слова:** студенты, животные, домашний питомец, взаимоотношения.

*V.I. Kashina,  
Student,  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia*

*V.V. Zakharova,  
Student,  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia*

*M.V. Kostsova,  
Associate Professor of the Department of Psychology,  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia*

## **FEATURES OF THE ATTITUDE OF UNIVERSITY STUDENTS TO PETS**

**Annotation.** This article presents a study aimed at identifying the attitude of students to animals. The study was conducted using a testing method aimed at students of the 1st year of study. It was revealed that most students have a different kind of animal at home. In our article, we have delved into the study of the causes and consequences of how young people treat animals in more detail.

**Key words:** students, animals, pet, relationships.

Домашние животные – это животные, которые были одомашнены человеком еще много лет назад. Они приносят нам пользу не только в качестве верного охранника «очага», но и в качестве друга и помощника. Сейчас питомец стал членом семьи, которого любят и оберегают.

Таким образом, целью данной статьи является выявление отношения у студентов к своим «четвероногим друзьям».

В данной статье мы провели опрос среди студентов факультета «Психологии» Севастопольского государственного университета.

В Средние века большое количество ученых и философов затрагивали в своих размышлениях проблемы принятия и отношения человека к животному. Жан-Жак Руссо в своей работе «Рассуждение о происхождении и основаниях неравенства между людьми» рассуждал о социальных аспектах отношения к животным в обществе [1]. Иммануил Кант же считал, что жестокость к животным влияет отрицательно не на них, а на само общество, делая человека неспособным сострадать другим людям, что плохо сказывается на отношениях людей друг с другом [2].

В рамках исследования была выдвинута гипотеза: предполагается, что студенты Севастопольского государственного университета бережно и с любовью относятся к своим питомцам.

Для подтверждения гипотезы было проведено исследование на базе гуманитарнопедагогического института Федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Севастопольский государственный университет» г. Севастополя. Выборка – 20 студентов (2 юношей и 18 девушек). Респондентам была предложена анкета, состоящая из 16 вопросов, включающих в себя закрытые, открытые и проективные вопросы.

В исследовании были заданы вопросы, которые связаны с тем, какое отношение у студентов ВУЗа к домашним животным. Это такие вопросы как: «Что Вы предпринимаете, если видите, что животное страдает?», «Согласны ли вы, что животные способны лечить людей?», «Требуют ли ваши питомцы большого внимания?» и многие другие.

По итогам анкетирования было выявлено, что человек достаточно бережно относится к своему питомцу, играет и проводит с ним время. Ведь раньше животное было в доме в качестве охранника, помощника, добытчика. Сейчас же – это верный друг, который всегда рядом. Для людей

они стали детьми, за которыми также надо ухаживать, кормить и играть.

Также можно выделить следующий вопрос: «Нарисуйте себя и своего питомца в интересном формате». Были получены очень интересные результаты (рис.1):



Рисунок 1. - Проективная методика «Я и мой питомец»

Анализируя рисунки студентов мы поняли, насколько трепетно и ласково человек относится к животному. Плавные линии, четкое изображение животного, на некоторых – сам человек. Все это доказывает, что человек не только одомашнил животный мир, но и принял их в семью, дал им возможность оказаться в максимальной близости к человеку. Каждый рисунок – это нежное воспоминание, которое оставило след в сердце человека о своем маленьком друге.

Таким образом, мы вновь приходим к позиции о том, что не только студенты, но и люди в целом бережно относятся к животному миру нашей планеты. Значит, мы смогли подтвердить нашу гипотезу о том, что студенты Севастопольского государственного университета с любовью относятся к братьям нашим меньшим.

### Список литературы

1. Косцова, М. В. Особенности выбора профессии «психолог»: результаты опроса / М. В. Косцова, В. В. Головина // Осознание Культуры - залог обновления общества. Перспективы развития современного общества : материалы XXII Всероссийской научно-практической конференции, Севастополь, 16–17 апреля 2021 года. – Севастополь: ООО "Рибест", 2021. – С. 329-332. – EDN LKGMBR.
2. Макаренко, А. В. Результаты анкетирования студенческой молодежи "Правильно ли вы выбрали направление подготовки?" / А. В. Макаренко, М. В. Косцова // Осознание Культуры - залог обновления общества. Перспективы развития современного общества : материалы XX Всероссийской научно-практической конференции, Севастополь, 12–13 апреля 2019 года. – Севастополь: Рибест, 2019. – С. 228-235. – EDN HUZPVN.
3. Отношение современной молодежи к религии (результаты анкетирования) / М. В. Косцова, В. В. Лужнова, А. О. Скороходова, Л. А. Сулейманова // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2021. – № 5. – С. 82-90. – EDN YOGIDW.
4. Rousseau J.-J. Discourse on the Origin of Inequality. Indianapolis. - Indiana: Hackett Publishing Co, 1992. - P. 66
5. Kant I. Groundwork of the Metaphysic of Morals, part II (The Metaphysical Principles of the Doctrine of Virtue), paras 16 and 17. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: [http://www.inp.uw.edu.pl/mdsie/Political\\_Thought/Kant%20%20groundwork%20for%20the%20metaphysics%20of%20morals0/o20with%20essays.pdf](http://www.inp.uw.edu.pl/mdsie/Political_Thought/Kant%20%20groundwork%20for%20the%20metaphysics%20of%20morals0/o20with%20essays.pdf).

УДК 372.8

*А.И.Белоусова,  
магистр кафедры истории  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
А.Г. Михайлова,  
старший преподаватель кафедры «Иностранные языки»  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
Севастополь, Россия*

## ИЗУЧЕНИЕ ИСТОРИИ ГОРОДА-ГЕРОЯ СЕВАСТОПОЛЯ ПОСРЕДСТВОМ ГУМАНИСТИЧЕСКИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

**Аннотация.** Цель данного исследования – рассмотреть возможности применения гуманистических технологий в процессе изучения исторических традиций города-героя Севастополя. В рамках данного исследования проведена диагностика уровней сформированности духовно-нравственного компонента у студентов кафедры «История» Севастопольского государственного университета.

**Ключевые слова:** исторические традиции Севастополя, гуманистическая технология, духовно-нравственный компонент, личностно-деятельностный подход.

*A.I. Belousova  
Master of History Department  
Sevastopol State University,  
A.G. Mikhaylova  
Senior lecturer, Foreign Languages Department  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia*

## STUDYING HISTORY OF HERO-CITY OF SEVASTOPOL BY MEANS OF HUMANIST EDUCATIONAL TECHNOLOGIES

**Abstract:** The purpose of this research is to consider the possibilities of applying humanistic technologies in the process of learning historical traditions of the hero city of Sevastopol. Within the framework of this research, diagnostics of the levels of the students' spiritual and moral component formation was carried out. The respondents were students of history of Sevastopol State University.

**Keywords:** historical traditions of Sevastopol, humanistic technology; spiritual and moral component; personal and activity approach.

Последние десятилетия практика обучения недостаточно обращалась к гуманистическому, духовному развитию личности. Это требует пересмотра многих позиций в современных образовательных технологиях.

В общем, к понятию «технология» относим процесс достижения определённых результатов по изменению исходного состояния объекта

посредством использования совокупности определенных методов, средств, способов [3]. Именно поэтому, наряду с технологизацией и цифровизацией образовательной деятельности неизбежен процесс её гуманизации в рамках личностно-деятельностного подхода. Цель данной работы рассмотреть возможности применения гуманистических технологий в процессе изучения исторических традиций города-героя Севастополя.

Гуманистической образовательной технологии, которая включает занятия с этическим, экологическим и эстетическим направлениями, присуща гуманистическая ориентация обучения и воспитания идейностная направленность. Результатом применения такой технологии есть сформированные общечеловеческие ценности, высокая нравственная самооценка и мотивация [9].

Гуманное отношение к обучаемому предполагает уважительное отношение к человеку как к высшей самостоятельной ценности [6]. Технологии обучения в высшем образовании – это живой творческий процесс решения не простых проблем подготовки будущих специалистов [2].

В процессе изучения истории используются различные технологии:

- игровые (В.Т. Лисовский, Л.С. Выгодский, В.А. Сухомлинский, Э.В. Соколов, В.Е. Триодин, И.А. Новикова, С.А. Шмаков). Именно в игре, как модели человеческих отношений можно изобразить реальные жизненные ситуации [7, 8];

- профессионально-творческие (И.С. Якиманская, А.К. Маркова, А.С. Берберян). «Обучение студентов основам методологии и опыта научного творчества должно быть обусловлено не только характером их будущей работы, но и требованиями, предъявляемыми к историкам в условиях происходящих в стране глубоких социально-экономических преобразований, зарождения рыночных отношений» [1, с. 47];

- гуманно-личностные (В.В. Сериков, Ш.А. Амонашвили). Обучение во имя развития личности; укрепление гуманных, нравственных отношений (к людям, природе, труду, окружающей жизни); бережное внимание к внутреннему миру студента, его интересам и потребностям, обогащение его душевного и духовного потенциала [1].

За последние 20 лет произошло значительное падение духовно-нравственного потенциала молодежи. Духовное единство народа и моральные ценности – это такой же важный фактор развития, как политическая и экономическая стабильность. И общество лишь тогда способно решить масштабные национальные задачи, когда у него есть общая система нравственных ориентиров, когда в стране хранят уважение к самобытным культурным ценностям, к памяти своих предков, к каждой странице нашей отечественной истории [4, 5].

Многие студенты вузов не знают историю своей страны, и даже города. А ведь наш город-герой Севастополь – город мировой культуры, и мы должны быть настоящим примером для молодежи всей страны. Использование исторических традиций города-героя Севастополя – города

мировой культуры, будет основой для формирования гуманистических ценностей личности [4].

Гуманистическая образовательная технология применяется в учебно-воспитательном процессе изучения истории. Использование исторических традиций города-героя Севастополя предполагает не только участие в патриотических и культурных мероприятиях, но и знание истории города, что позволяет сохранить преемственность поколений, способствует осознанию себя как участника исторического процесса.

Понятно, что не существует методик, точно определяющих уровень духовно-нравственного развития молодежи. Представление о духовном уровне человека может сформироваться путем живого общения с ним, охватывающего различные этапы его жизни и развития, а также с помощью комплексного применения самых различных методов изучения, проективных и диагностических методик. Можно судить только по поступкам человека, а не по высказанным тестовым ответам в анкетах. Но возможно оценить нравственную самооценку, нравственную мотивацию и уровень сформированности знаний по истории своего города, что мы и продиагностировали у студентов кафедры «История» Севастопольского государственного университета.

Методики, применяемые нами в экспериментальном исследовании, предназначены для выявления уровня нравственной самооценки.

*Методика №1: диагностика нравственной самооценки (автор Л.Н. Колмогорцева).* Результаты диагностики нравственной самооценки следующие: высокий – 20%, средний – 70%, низкий – 30% (диаграмма 1).



Диаграмма 1 – Уровни нравственной самооценки

*Источник: составлено автором*

*Методика №2: диагностика нравственной мотивации автора С.Ф. Сироткина.*

Нравственная мотивация – общее понятия морального сознания, категории этики, обозначающие должное и нравственно-положительное (благо), нравственно-отрицательное и предосудительное в поступках, мотивах людей, в жизни общества. Диагностика нравственной мотивации показала следующие результаты: высокий – 25 % средний – 55%, низкий – 20% (диаграмма 2).



Диаграмма 2 – Уровни нравственной мотивации.

Источник: составлено автором

*Методика 3. «Уровень сформированности знаний по истории Севастополя и Крыма» (авторская методика). Критерии оценок: высокий уровень (10-7 баллов), средний уровень (7-5 баллов), низкий уровень (4-0 баллов). За каждый правильный ответ – 1 балл. Вопросы были следующие: Что обозначает название села «Геройское»? Крымская писательница, впервые написавшая о подземных школах Севастополя во время ВОВ. Второе название Аю-Даг горы. Какой город на юго-восточном побережье Крыма в Средние века носил название Кафа. Выходцами из какого греческого города был основан Пантикапей. Какой культуре принадлежит археологический памятник в с. Орловка. Что в переводе означает Сиваш. Самая крупная десантная операция в Крыму в годы ВОВ? Выдающийся учёный, академик, основоположник геохимии, биохимии. Профессор московского университета, первый президент АН СССР, профессор, ректор Таврического университета. Самая древняя столица государства на территории Крыма?*

Опрос показал, что на все 10 вопросов никто не ответил, 15 % опрошенных дали 9 правильных ответов (высокий уровень), 45 % ответили на половину (средний уровень), низкий уровень у 40%.

В заключении отметим, что технократическая направленность жизни, сопровождающаяся падением духовности и нравственности, идеалов, высоких ценностей приводит к узкой, односторонней профессионально-деятельностной ориентации. Без духовного развития индивид не может быть полноценным работником – профессионалом, т. к. необходимым условием творчества является целостное духовное развитие личности.

Время диктует необходимость обращения к формированию духовности современной молодежи, что предполагает выработку научно-обоснованной программы по формированию нового духовно-нравственного облика у молодого поколения и включения её в процесс модернизации страны. Программа должна быть разработана с учётом культурно-исторических, этнических, социально-экономических, демографических и иных особенностей Севастополя и Крыма, и подразумевает конкретизацию задач, ценностей, содержания, планируемых результатов, а также форм воспитания и социализации обучающихся.

### Список литературы

1. Амонашвили Ш.А. Педагогическая симфония [Текст]. / Ш.А. Амонашвили – Екатеринбург, 1993. – Т. 3. – 140 с.
2. Берберян А.С. Гуманистические технологии формирования механизма самоорганизации и самореализации в системе высшего образования [Текст]. / А.С. Берберян // Вектор науки ТГУ. – 2011. – 2(5). – С.46-49.
3. Гуманистическая образовательная технология как объект педагогического выбора [Электронный ресурс] – URL: <http://textarchive.ru/c-1447426-p6.html> (дата обращения: 01.04.2022).
4. Михайлова А.Г. Формирование гуманистических ценностей, духовно-нравственного и творческого компонентов будущего выпускника технического университета [Текст]. /А.Г. Михайлова // Вестник высшей школы “Alma Mater”. – Москва, 2014. – № 11. – С. 84-88
5. Михайлова А.Г., Скуратовская И.В. Формирование духовно-нравственного и творческого компонентов личности [Текст]. / А.Г. Михайлова, И.В. Скуратовская // Инновационный потенциал молодежи: социальная, экологическая и экономическая безопасность: материалы Международной молодежной научно-исследовательской конференции: Издательство: Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина (Екатеринбург)/ под общ.ред. А. В. Пономарева; Волк Е.С., Попова Н.В., Е.В. Осипчукова. – Екатеринбург: УрФУ, 2019. – 286 с. – С. 231-235
6. Селевко Г.К. Традиционные педагогические технологии и ее гуманистическая модернизация [Текст]. / Г.К. Селевко – М., НИИ школьных технологий, 2005. – С.68
7. Шарапова Н.С. Игровые технологии в процессе формирования гуманистических ценностей у молодёжи журнал [Текст]. / Н.С. Шарапова // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. – 2015. – №1. – С. 151.
8. Kruchina O. N., Mikhaylova A. G. Technologies in professional and communicative skills forming in the process of foreign language learning (on the example of maritime specialties) E3S Web Conf. International Science Conference SPbWOSCE-2018 “Business Technologies for Sustainable Urban Development Volume 110, 2019. URL: [http://www.e3s-conferences.org/articles/e3sconf/abs/2019/36/e3sconf\\_spbwosce2019\\_02004/e3sconf\\_spbwosce2019\\_02004.html](http://www.e3s-conferences.org/articles/e3sconf/abs/2019/36/e3sconf_spbwosce2019_02004/e3sconf_spbwosce2019_02004.html)
9. Mikhaylova A.G. Formation of Moral Values of Future Engineers in the Universities /Recent Achievements and Prospects of Innovations and Technologies: Материалы V Всероссийской научно-практической конференции, 23 мая 2016 г. / [под ред. Т. Г. Клепиковой, А.Г. Михайловой и др.] – Севастополь: Резерв, 2016. – С. 284-288

УДК 37.013

*Д.С. Косцова,  
студентка,  
ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,  
Севастополь, Россия*

## **ЭКСКУРСИЯ В ГОРОД-ГЕРОЙ СЕВАСТОПОЛЬ КАК СОБЫТИЕ ДЛЯ АРТЕКОВЦЕВ (НА ПРИМЕР ФГБОУ МДЦ «АРТЕК»)**

**Аннотация.** В статье представлен опыт проведения экскурсии как события для учащихся в город-герой Севастополь в рамках смены «Наследники Победы».

**Ключевые слова:** экскурсия, событийная педагогика, Артек, временный детский коллектив

*D.S. Kostsova,  
student,  
Sevastopol State University,  
Sevastopol, Russia*

## **EXCURSION TO THE HERO CITY OF SEVASTOPOL AS AN EVENT FOR ARTEK RESIDENTS (FOR EXAMPLE, FGBOU MDC "ARTEK")**

**Annotation.** The article presents the experience of conducting an excursion as an event for students to the hero city of Sevastopol as part of the "Heirs of Victory" shift.

**Keywords:** excursion, event pedagogy, Artek, temporary children's collective.

Событийного образование - это такой подход в организации педагогического процесса, когда обучение и воспитание строится на событиях, а ребенок активный участник происходящего. Этот опыт особенно актуален для ребенка и в рамках артековской смены, в системе дополнительного образования [3; 7].

Событием может быть любое мероприятие Артека, эффект которого достигается при помощи следующих условий: эмоциональный отклик, включенность, проживание настоящего, польза, привитие ценностей, ценность происходящего [1; 2; 4].

Деятельность, на которую ребенок не отозвался - не эффективна. Чтобы у детей был интерес к деятельности, они должны понимать, зачем они это делают и с какой целью, а самое смысл этого мероприятия, события?

Так и экскурсия в Севастополь может стать событием для артековцев, так как многие приезжают впервые, а может даже не первый раз. Севастополь – это открытый музей на берегу Черного моря. И от того, какой впечатление останется от поездки, настолько мы сможем его заинтересовать дальнейшим изучением истории России.

Экскурсия – это не просто передача информации, главное – включить создать у него мотивации узнать больше о тех местах, которые он посетит: Малахов курган, Сапун-гора, Херсонес, 35 береговая батарея, площадь Нахимова и так далее.

Как сформировать со - бытийную общность: ребенок-взрослый, ребенок-вожатый?

По моему мнению, прежде всего, создание не только познавательной установки, а установки познакомиться с новым городом, его историей, его жителями. Рефлексивный компонент установки на экскурсию поможет сформировать верную позицию у артековцев, а возложение цветов на площади Нахимова придаст эмоциональный отклик.

Город двух оборон, база Черноморского флота – вот основные установки, ценностные ориентиры, которые должны сформироваться в рамках экскурсии.

Ниже будут представлена небольшая экскурсия, которая поможет вожатым или юным экскурсоводам создать событие [8].

Слайд 1.



**Добрый день!**

**Мы рады вас приветствовать в нашем городе Севастополе!**

«Стоит над Черным морем Севастополь, дважды увенчанный славой двух своих оборон, и эта слава, подобно двойной звезде, сверкает на вечном небе истории нашей страны», - писал Леонид Соболев.

Имя, данное городу при его основании, в переводе с греческого означает «величественный, достойный поклонения, героический город». Он оправдал его своей более чем двухвековой историей.

Согласно Манифесту Екатерины Великой от 1783 года Крым был присоединен к России и начали строить крепость – Севастополь.

Первые городские постройки появились в 1783 году в районе современной площади Нахимова. В ее окрестностях был построен причал, кузница, часовня во имя святого Николая, дом первого главнокомандующего Черноморского Флота России – Фомы Фомича Мекензи.

**Севастополь сегодня – база Черноморского флота, крупнейший незамерзающий морской торговый, рыбный порт, промышленный, научно-технический, рекреационный и культурно-исторический центр Крыма.**

С городом Севастополь неразрывно связаны судьбы выдающихся флотоводцев: Ушакова, Лазарева, Корнилова, Нахимова, Колчака – каждый из них внес свой вклад в его историю.

**Сейчас пройдем на главную площадь Севастополя – площадь Нахимова.**

**Слайд 2.**

**Мы находимся на старейшей площади Севастополя - площадь Нахимова. Павел Степанович Нахимов** – адмирал, руководивший сражением в Синопской бухте в 1853 году, под его командованием русские моряки разгромили турецкий флот. Возглавил оборону Севастополя. Погиб на Малаховом кругане от снайперской пули.

Сейчас приглашаю вас на Графскую пристань.

**Слайд 3.**

**Графская пристань** – парадный вход в бухту со стороны моря! Пристань обязана названием графу [М. И. Войновичу](#), командующему Севастопольской эскадрой в 18 веке, который причаливал здесь, приезжая со своего хутора на [Северной стороне](#). Перед колоннадой к морю спускается широкая парадная лестница, украшенная [мраморными](#) львами - работы итальянского скульптора Фердинандо Пелличио. Графская пристань сложена из [инкерманского камня](#). Центр города тоже выстроен из этого камня и поэтому его называют белокаменным.

**Приглашаю вас на Приморский бульвар!**

**Слайд 4.**

Приморский бульвар – жемчужина южного города, в 1890-е года на бульваре построили [театр](#). В разное время здесь выступали известные мастера сцены [М. С. Щепкин](#), [Ф. И. Шаляпин](#), [В. Ф. Комиссаржевская](#) и другие. В 1900 году был на гастролях [Московский Художественный театр](#), показавший чеховские пьесы «Чайка» и «Дядя Ваня». Севастопольская публика тепло приняла спектакли и их автора, [Антон Павловича Чехова](#), который специально приехал из [Ялты](#). Здание театра к нашим дням не сохранилось.

**Сейчас вы увидите знаменитый на весь мир –Памятник затопленным кораблям.**

**Слайд 5.**

**Памятник затопленным кораблям** – эмблема нашего города. Воздвигнут в память о кораблях, принесенных в жертву, чтобы прикрыть Севастополь от вражеских атак с моря в годы Крымской войны.

Надпись на пьедестале гласит: "В память кораблей, затопленных в 1854-1855 гг. для заграждения входа на рейд". Общая высота памятника около 17 м. Против памятника, на стене набережной Приморского бульвара, укреплены якоря с затопленных кораблей.

Команды затопленных кораблей, сойдя на берег, пополнили ряды защитников севастопольских бастионов. Высокая флотская дисциплина, воинское мастерство, отвага и мужество служили примером для всех участников обороны. Автор памятника - эстонский скульптор Амандуса Адамсона (1855-1929).

**Давайте сфотографируемся и пройдем около визитной карточки Севастополя и пройдем к первому памятнику на севастопольской земле!**

**Слайд 6.**

Памятник А.И. Казарскому и экипажу брига "Меркурий" высится в начале Матросского (бывшего Мичманского) бульвара. Это первый памятник, установленный на севастопольской земле в 1839 году. Он увековечил подвиг брига "Меркурий", которым командовал капитан-лейтенант Александр Иванович Казарский.

Бриг "Меркурий" был построен на Севастопольской адмиралтейской верфи в 1820 году из крымского дуба. Этот небольшой быстроходный 18-пушечный корабль с прямым парусным вооружением предназначался для разведывательной и посыльной службы.

14 мая 1829 года бриг «Меркурий» неожиданно столкнулся в море с турецкой эскадрой, состоявшей из шести линейных кораблей. Было решено принять бой! Бой длился четыре часа! «Меркурий» получил множество пробоин в корпусе и повреждений! Но все же он сохранил способность двигаться и пошел на соединение с силами русского флота.

Надпись на памятнике гласит: *«Казарскому. Потомству в пример»*. Надпись на постаменте придумал император Николай I. Эти слова как будто предначертали всю дальнейшую историю Севастополя. **Сейчас приглашаю вас к последнему мемориалу – посвященному обороне Севастополя в годы Великой Отечественной войны.**

**Слайд 7.**

Мемориал героической обороны Севастополя 1941-1942 гг. Из севастопольской земли словно вырастает железобетонная стена – такой же стеной встал Севастополь на пути врага в 1941 г. Центром композиции является рельефное изображение воина, отражающего натиск врага. В правой руке его – автомат, левая решительно простерта вперед, навстречу трем направленным ему в грудь штыкам. Каждый штык символизирует штурм Севастополя: их было три. Два штыка воин отодвинул рукой – два штурма были отбиты. Третий штурм отбить не смогли... В память о бесстрашных защитниках Севастополя горит у подножья Мемориала Вечный огонь.

В 1973 г. здесь был учрежден пост № 1, и вот уже свыше 40 лет стоят здесь в почетном карауле севастопольские школьники, одетые в матросскую форму. Стоят в любое время года, при любых погодных условиях.

В 2005 г., во время празднования 60-летия победы в ВОВ, рядом с мемориалом героической обороны Севастополя была сооружена «Аллея городов-героев», подобная тем, что существуют, к примеру, в Москве. Вторая оборона Севастополя, продолжавшаяся 250 дней, является одной из ярких страниц Великой Отечественной войны.

***С КЕМ, СЕВАСТОПОЛЬ, ТЕБЯ СРАВНИТЬ,***

***С ГЕРОЯМИ ГРЕЦИИ, ДРЕВНЕГО РИМА?***

***СЛАВА ТВОЯ, ЧТО В ГРАНИТ НЕ ВГРАНИТЬ,***

***НИ С ЧЕМ В ИСТОРИИ НЕ СРАВНИМА...***

***СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!! А ТЕПЕРЬ ПРОВЕДЕМ ВАМ НЕБОЛЬШУЮ  
ВИКТОРИНУ!***

**Викторина:**

Как называлось античное поселение в VI век до н. э. на месте современного Севастополя? (Херсонес).

По Указу какой императрицы в 1784 году был основан город и назван «Севастополь»? (Екатерины Второй).

Когда Севастополь был освобожден от немецко-фашистских захватчиков? (9 мая 1944 года).

Кого из организаторов обороны Севастополя называли «хозяином Малахова кургана»? (Истомин)

Назовите великого русского писателя – участника Крымской войны?

Почему Н.И. Пирогов мог с полным основанием написать: «Всё, что я мог сделать для Севастополя, я сделал». В чём его заслуга? (гипс, дезинфекция, наркоз и сестры милосердия, сортировка раненых).

Женщина – снайпер, участница обороны Одессы, Севастополя 1941-1942 гг. ? (Людмила Павлюченко).

Первая сестра-милосердия на поле боя в период Крымской войны? (Даша Севастопольская).

*Спасибо за участие в экскурсии. Надеемся, что история нашего города останется в ваших сердцах навсегда!*

Таким образом, событийная педагогика дает нам новое представление о проведении экскурсии: - это переход к эмоциональному, ценностно-смысловую и рефлексивному содержанию.

### Список литературы

1. Восстановление города Севастополя и школы № 14 в 1944-1954 гг / Д. С. Косцова, А. Е. Гришина, И. П. Косцова, М. В. Косцова // Севастополь-Сталинград: одна война, одна история : Материалы IV Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 76-летию со дня Победы в Великой Отечественной войне, Севастополь, 23–24 апреля 2021 года. – Севастополь: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Севастопольский государственный университет", 2021. – С. 31-41. – EDN NHNEAB.
2. Гоменюк, О. А. Специфика взаимоотношений младших подростков в условиях временного детского коллектива (на примере ФГБУ МДЦ "Артек") / О. А. Гоменюк, М. В. Косцова // Теория, методика обучения и воспитания в современном образовательном пространстве : Материалы международной научно-практической конференции, Волгоград, 31 января 2018 года / Под общей редакцией А.Н. Букова. – Волгоград: Общество с ограниченной ответственностью "Сфера", 2018. – С. 43-49. – EDN XQTYQH.
3. Горюнова, Л. В. Событийность как основа современного образования / Л. В. Горюнова // Известия Южного федерального университета. Педагогические науки. – 2011. – № 1. – С. 38-44. – EDN NEGVYB.

4. Гришина, А. В. Интернет-квесты: специфика использования на практических занятиях в высшей школе / А. В. Гришина, М. В. Косцова // Севастополь-Сталинград: одна война, одна история. Посвящается 75-летию Победы в Сталинградской битве : Материалы II Всероссийской научно-практической конференции ученых, преподавателей, специалистов и практиков, аспирантов, магистрантов, студентов и школьников, Севастополь, 27 апреля 2018 года. – Севастополь: "Рибест", 2018. – С. 96-99. – EDN XYJHPN.
5. Князева, З. А. Профессиональные пробы как технология профессиональной ориентации старшеклассников в условиях лагеря / З. А. Князева, М. В. Косцова // Проблемы и перспективы развития современной гуманитаристики: педагогика, методика преподавания, филология, организация работы с молодежью : Материалы международного форума, Севастополь, 11–12 сентября 2020 года. – Севастополь: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Севастопольский государственный университет", 2020. – С. 42-45. – EDN VSIXGP.
6. Косцова, Д. С. Школа 14 - участница обороны г. Севастополя (1941-1942 гг.) / Д. С. Косцова, И. П. Косцова, М. В. Косцова // Севастополь-Сталинград: одна война, одна история : Материалы IV Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 76-летию со дня Победы в Великой Отечественной войне, Севастополь, 23–24 апреля 2021 года. – Севастополь: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Севастопольский государственный университет", 2021. – С. 25-31. – EDN MRMOVL.
7. Морозова, А. С. Событийность образования как инновационный подход в работе с молодежью / А. С. Морозова // Инновационные подходы к работе с молодёжью : Сборник материалов II Профессионального форума «Инновационные подходы к работе с молодежью» / Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Курганский государственный университет» ; Под общей редакцией Н. Д. Бобковой. – Курган : Курганский государственный университет, 2015. – С. 116-120. – EDN YOTSYF.
8. Хлевов, А. А. Древние люди в Крыму: исторический экскурс / А. А. Хлевов, М. В. Косцова, Д. С. Косцова // Образование в России и актуальные вопросы современной науки : Сборник статей V Всероссийской научно-практической конференции, Пенза, 16–17 мая 2022 года / Под научной редакцией П.А. Гагаева, Е.П. Белозерцева. – Пенза: Пензенский государственный аграрный университет, 2022. – С. 461-464. – EDN USZKUI.

УДК 339.138

*К.И. Азизова,  
студентка 1 курса направления «Менеджмент»  
Волгоградский филиал РЭУ им. Г.В Плеханова,  
Волгоград, Россия  
Я.В. Мещерякова,  
к.э.н., доцент кафедры экономика и финансы  
Волгоградский филиал РЭУ им. Г.В Плеханова  
Волгоград, Россия*

## **СТРАТЕГИЯ MVP КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ ИНСТРУМЕНТ РАЗВИТИЯ БИЗНЕСА**

**Аннотация:** в статье рассматривается стратегия минимально жизнеспособного продукта (MVP), которая позволяет выбрать вектор развития нового продукта на рынке. Применение стратегии MVP дает возможность при минимальных затратах собрать сведения о взаимодействии продукта с потребителями, выявить плюсы и минусы продукта и определить его конечный формат.

**Ключевые слова:** MVP стратегия, минимально жизнеспособный продукт, бизнес-идея, новый продукт, потребители, продвижение продукта, информационные технологии, синхронная разработка, тестовая версия.

*K.I. Azizova,  
1st year student of the direction "Management"  
Volgograd branch of Plekhanov Russian University of Economics,  
Volgograd, Russia  
Ya.V. Meshcheryakova,  
Candidate of Economics, Associate Professor of the Department of Economics and  
Finance  
Volgograd Branch of Plekhanov Russian University of Economics  
Volgograd, Russia*

## MVP STRATEGY AS AN EFFECTIVE BUSINESS DEVELOPMENT TOOL

**Abstract:** The article discusses the strategy of the minimum viable product (MVP), which allows you to choose the vector of development of a new product on the market. The use of the MVP strategy makes it possible, at minimal cost, to collect information about the interaction of the product with consumers, identify the pros and cons of the product and determine its final format.

**Keywords:** MVP strategy, minimally viable product, business idea, new product , consumers, product promotion, information technology, synchronous development , test version.

Современные информационные технологии, позволили современному бизнесу успешно развиваться. В условиях «ускоренной» информации и персонификации особое значение приобретают технологии digital-маркетинга, которые выступают эффективными инструментами в продвижении товаров и услуг. Однако не каждая компания может себе позволить использовать полный или частичный набор инструментов интернет маркетинга, так как реализация продвижения бизнеса посредством информационных технологий может быть достаточно дорогостоящей. Для многих еще в начале запуска нового продукта стоит вопрос, кому он нужен и вообще нужен ли? Понимание того, что твой продукт будет востребован, является главным условием успешного развития бизнеса. В настоящее время эффективным инструментом в этом непростом деле, выступает стратегия - Минимально жизнеспособного продукта (**Minimal Viable Product - MVP**).

**Стратегия MVP** это тестовая версия бизнес – идеи или нового продукта с малым набором функций, которая позволяет при минимальных затратах собрать сведения, как с продуктом взаимодействуют потребители, плюсы и минусы продукта. Разработчиком стратегии MVP является Фрэнк Робинсон президент консалтинговой фирмы SyncDev, который ввел данный термин в 2001 году. Робинсон отмечает : стратегия MVP это результат «синхронной разработки» т.е одновременного развития продукта и исследования целевой аудитории, реакции на продукт [4].

Главная задача MVP– сократить расходы и траты времени, на создание неэффективного сайта или приложения. Минимально жизнеспособный продукт это полноценная разработка, с основной концепцией и ключевыми функциями, позволяющая убедиться в эффективности выбранного направления и получить отклик пользователей. Внедряя MVP, можно получить реальный отзыв потребителей и при необходимости усовершенствовать продукт на стадии разработки, снизив вероятность ошибок. Основное преимущество MVP это получение обратной связи для формирования и последовательного развития продукта. Сбор информации через MVP — обходится намного дешевле, чем разработка полноценного продукта с большим набором функций.

Инструментарий MVP открывает большие возможности для развития новых идей, продуктов для бизнеса, а так же способствует быстрому переключению с одного продукта на другой более новый. MVP стратегия позволяет идею превратить в бизнес, обновить или добавить к продукту новые качества или функции.

### **ВОЗМОЖНОСТИ СТРАТЕГИИ MVP:**

- Подтвердить жизнеспособность идеи и проверить гипотезы о продукте с помощью реальных данных;
- Выявить тенденции, которые можно использовать при разработке полной версии продукта;
- Снизить риск крупных финансовых потерь в случае выпуска неудачного продукта;
- Сократить стоимость разработки за счет приоритизации важных и выявления невостребованных функций;
- Ускорить поиск ошибок и внутреннее тестирование продукта;
- Собрать базу пользователей перед полномасштабным запуском;
- Занять рыночную нишу и привлечь инвесторов раньше конкурентов.

### **ВИДЫ MVP СТРАТЕГИЙ:**

MVP может быть частью стратегии и процесса, направленного на создание и продажу новых продуктов. MVP это артефакт в интерактивном процессе генерации идей. Функция MVP сводит к минимуму общее время, затрачиваемое на итерацию. Процесс повторяется до тех пор, пока не будет получен желаемый продукт-рынок, или пока продукт не будет считаться нежизнеспособным [5].

**1. MVP с одной основной функцией или продукт с единственным параметром.** Вы создаете реальное программное обеспечение с минимумом функций, нужных вам для проверки гипотезы. Таким образом, возможно, определить целевую аудиторию продукта, получить обратную связь от потенциальных клиентов и заняться тестированием. Ярким примером применения стратегии MVP с одной основной функцией является приложение WhatsApp. Главная идея заключалась в тестировании функционала продукта, изначально в основе лежало небольшое количество функций. В процессе проверки лишние функции уходили, появлялись новые, которые были необходимы потребителю. Впоследствии был определен набор функционал, который за основу полноценного продукта [5].

**2. Разрозненный MVP.** Идея состоит в том, чтобы донести до пользователей ценность применения уже существующих инструментов вместо создания уникального решения. Прототип продукта создан с помощью простого программного обеспечения, но выглядит как комплексное решение. Необходимый функционал добавляется после получения обратной связи.

Пример – компания Groupon, которая начала с запуска несложного сайта на существующей платформе WordPress. Ее создатель каждый день вручную добавлял изображения еды, создавал предложения в формате .pdf с помощью AppleScript, и отправлял клиентам по электронной почте [5].

**3. Волшебник страны Оз.** Принцип работы заключается в создании иллюзии того, что первичный продукт функционален. Необходимая работа выполняется вручную, а в реальности существует только концепция продукта, которая требует проверки. Пример – компания Zappos: ее основатель опубликовал фотографии обуви на сайте, и когда покупатели начали заказывать обувь, он покупал нужные пары и отправлял их. Осознав, какой именно функционал сайта ждут покупатели, он создал такой ресурс [5].

**4. Консьерж MVP.** Предприниматель предоставляет услугу, а клиент знает, что реализует ее человек. Работа выполняется реальными людьми, которые лично контактируют с клиентами, стараются понять и удовлетворить их потребности. Этот подход рассчитан на поиск и расшифровку новых идей, которые в будущем могут стать полноценным проектом. Пример – компания Wealthfront: ее сотрудники напрямую общались с клиентами и предоставляли им помощь в управлении инвестициями и капиталом [5].

Путем MVP пошли такие известные компании как Uber, Yahoo! Dropbox. Foursquare, Snapchat, WhatsApp и добились блестящих результатов[1]. **Uber.** В изначальной версии приложение могло только соединять клиентов с водителями. Эта его простота и привлекла клиентов. А когда MVP продукта доказало свою состоятельность, появились все остальные функции, вплоть до семейного профиля, планирования поездок и возможности разделения тарифа. Многие разработчики стартапов ошибочно полагают, что чем шире возможности — тем лучше. Но если бы у Uber всё это было с самого начала, клиенты не стали бы во всём разбираться. Uber при единичном функционале получила множество данных для анализа, в результате компания поняла, в каком направлении стоит развивать приложение. Сегодня Uber превратилась в бизнес стоимостью \$53 млрд[1].

**2. Yahoo!** Минимальным продуктом здесь была простая страничка со списком ссылок на популярные сайты. Это был вполне достаточный функционал, чтобы удовлетворить пользователей на ранних этапах интернета. А когда сайт приобрёл трафик и популярность, началась его адаптация и развитие. Сегодня это вторая по успешности поисковая система в мире с доходом свыше пяти млрд долларов в год [1].

**3. Dropbox.** В случае Dropbox всё началось с демо-видео. Где за 3 минуты была представлена основная идея. При этом продукта, по сути ещё не было. Видео получило лайки, миллионы просмотров, тысячи комментариев, и помогло привлечь инвесторов [1].

4. **Snapchat.** Сервис начинался максимально просто: быстрая маленькая утилита, позволяющая обмениваться сообщениями, которые удалялись бы через 10 секунд после прочтения. Когда в 2011 году на iOS была выпущена первая версия, из «продвинутых» функций в ней была разве что загрузка изображений. Сейчас у продукта 230 млн пользователей каждый день, а компанию оценивают в \$35 млрд [1].

5. **Foursquare.** Сначала в приложении была всего одна возможность — «чекинуться». Плюс награды за чекины в виде значков. Только после набора достаточной базы и получения обратной связи создатели приложения стали расширять его функционал (путеводители по городам, рекомендации мест и так далее). Сейчас сервисом пользуется свыше 55 млн. человек, а стоимость сервиса превысила \$240 млн [1].

Посредством MVP возможно не только тестировать идеи и новые продукты, а так же развивать бизнес в различных сферах деятельности и форматах. Формат стартапа дает возможность реализовать разовые идеи, на стадии запуска уже можно понять будет работать проект или его нужно доработать или вообще отказаться. Хорошо протестированный стартап с помощью MVP технологий может трансформироваться в устойчивый бизнес. Большая часть известных в США и Европе компаний запускали свои стартапы с простой версии MVP, которая позволила протестировать рынок, сформировать базу клиентов и изучить их запросы, адаптироваться в рыночном пространстве, доказать инвесторам свою идею, а потом — начать добавлять в продукт новые функции и продолжить его развивать. В России MVP стратегия набирает свои обороты, в настоящее время все большее компаний начинают использовать инструменты MVP, на российском рынке появились MVP компании, которые успешно работают на рынке. Стратегия MVP это эффективный инструмент в развитии деятельности предприятий, создании новых продуктов и бизнес структур.

### Список литературы

1. Бобков О. статья «MVP: что это такое, расшифровка аббревиатуры, особенности минимально жизнеспособного продукта» URL: <https://www.cleverence.ru/articles/biznes/mvp-cto-eto-takoe-rasshifrovka-abbreviatury-osobennosti-minimalno-zhiznesposobnogo-produkta/>
2. Гаврилов А. статья «Минимально жизнеспособный продукт: типы, методы, этапы построения» URL: <https://www.uplab.ru/blog/minimum-viable-product/>
3. Мокроусов В. статья «MVP: как создать минимально жизнеспособный продукт» URL: <https://secrets.tinkoff.ru/blogi-kompanij/sozdanie-mvp/>
4. Сивирин И. статья «Что такое MVP, и как создать минимально жизнеспособный продукт» 2021 URL: <https://stecpoint.ru/Practices-MVP/>

5.Статья 10.12.21 URL: [https://translated.turbopages.org/proxy\\_u/en-ru.ru.83b95621-621cd2e1-9c038212-74722d776562/https/en.wikipedia.org/wiki/Minimum\\_viable\\_product](https://translated.turbopages.org/proxy_u/en-ru.ru.83b95621-621cd2e1-9c038212-74722d776562/https/en.wikipedia.org/wiki/Minimum_viable_product)

УДК 338

*И.А. Угольников,  
Студент,  
Московского Государственного Областного Университет,  
г. Фрязино, Россия,*

## ОСОБЕННОСТИ ЕГЭ ПО ОБЩЕСТВОЗНАНИЮ

**Аннотация.** Статья рассказывает про структуру и особенности ЕГЭ по обществознанию. Представлена структура и особенности заданий. Приводится статистика учеников сдающих экзамен. ЕГЭ объективная проверка знаний школьников.

**Ключевые слова:** Школа, экзамен, задания, ученики, итоги.

*I.A. Ugolkov,  
student Moscow State Regional University,  
Fryazino, Russia,*

## FEATURES OF THE UNIFIED STATE EXAM IN SOCIAL STUDIES

**Abstract:** The article tells about the structure and features of the Unified State Exam in social studies. The structure and features of tasks are presented. The statistics of students taking the exam are given. USE is an objective test of students' knowledge.

**Keywords:** School, exam, assignments, students, result

Актуальность работы обусловлена тем, что обществознание популярный предмет среди учеников и многие выбирают этот предмет вне зависимости от уровня подготовки. Многие ученики успешно справляются с заданиями. Умеют анализировать и искать информацию. Некоторые ученики думают, что можно угадать ответ. Ученики рассматривают ЕГЭ по обществознанию, как альтернативный предмет, что говорит об актуализации темы.

**Цель работы.** Понять структуру ЕГЭ по обществознанию и рассказать, как устроены различные задания и затронуть момент оценки заданий ЕГЭ.

**Задачи.** 1) Выделить роль ФГОС при подготовке к ЕГЭ по обществознанию. 2) Рассказать про темы проверяемые на ЕГЭ и разработать рекомендации, как нужно выполнять задания. 3) Сформулировать порядок проверки о оценки заданий. 4) Сформулировать факторы, помогающие в подготовке к ЕГЭ по обществознанию [1, с. 8].

Порядок подготовки ЕГЭ по обществознанию регулирует ФГОС и ФИПИ. ФГОС выделяет разделы обществознания и говорит, что на изучение право отводится 14 часов. Существует кодификатор тем ЕГЭ по обществознанию [2, с. 8]. Установлен минимальный порог, подтверждающий успешное освоение курса. Порог равен 42 балла.

ЕГЭ по обществознанию учит ориентироваться в пространстве и в жизни дает ученику необходимые умения, которые помогут в выборе профессии.

ЕГЭ по обществознанию является популярным предметом среди школьников. Многие ученики говорят, что ЕГЭ по обществознанию простой экзамен. В 2016 году 90% учеников сдавали обществознание [3, с. 8]. Некоторые ученики считают, что к ЕГЭ по обществознанию можно не готовиться.

Результаты ЕГЭ по обществознанию нужны для поступления в вузы. Обществознание носит интегративный характер и охватывает множество наук философию, социологию, право, экономику [2, с.8]. Обществознание включает в себя теоретическую информацию. Материал является абстрактным содержит термины. Ученики должны осознанно относиться к обществознанию и обладать высокой подготовкой. Ученики должны уметь давать развернутые ответы [2, с. 12].

КИМЫ по обществознанию имеют 9 заданий с развернутым ответом. Задания связаны с УУД. Задания 21-24 нацелены на работу с текстом [1, с. 7]. Первые два задания проверяют понимание текста. Другие задания направлены на самостоятельное формулирование и аргументирование высказываний. 25 задание помогает раскрыть основные понятия. 26 задание нацелено на конкретизацию материала. 27 задание применение понятий. 28 задание направлено на систематизацию и обобщение социальной информации. 29 задание эссе раскрывать определение владение материалом [2, с. 8]. .

Некоторые ученики угадывают понятия. Число угадываний ответов варьируется от 10 до 50 % в зависимости от особенностей заданий [3, с. 8]. Подготовиться к ЕГЭ можно путем решения заданий. 23, 24, 26, 27 задания с большим выбором ответа. Чтобы правильно выполнить задания нужно внимательно прочитать задания. Изучить теорию. Соотнести теорию с практикой.

28 задание эссе носит альтернативный характер. Ученик выбирает темы из списка темы сформулированы в виде кратких высказываний [3, с. 7]. Каждая тема относится к наукам обществознания. Ученик должен сформулировать проблему и позицию. Эссе носит творческий характер и ориентировано на практические знания ученика.

Результаты по обществознанию находились в районе от 40 до 70 баллов. Для получения высоких результатов недостаточно воспроизводить информацию. ЕГЭ по обществознанию сложное, потому что КИМЫ требуют хороших знаний. Задания требуют овладеть ключевыми компетенциями малое число выпускников получает высокие баллы.

В 2016 году появилась новая модель КИМОВ по обществознанию. Задания неизменны. ЕГЭ по обществознанию ведется в штатном режиме. Задания по обществознанию разрабатывается в соответствии с ФГОС [2, с. 23].

Задания по обществознанию разнообразны. Задания с 1-3 проверяет раздел общество сущность человека цивилизацию личности социальные институты и развитие общества [1, с. 7]. Первые задания связаны с восприятием социальных объектов. 4-18 задания считаются базовыми и повышенного уровня. 4-18 задания проверяют уровень освоения учеником понятий человек и общество, познание и культуру, экономику и социальные отношения, политика право [3, с. 8].

Блоки обществознания включают задания с распознаванием понятий модули отделяют признаки существенные от существенных связаны с взаимодополняющими понятиями [2, с. 8]. Задания по обществознанию связано с социальной компетенцией. Первая часть ограничивается 20 заданием, предполагающее обобщать и анализировать информацию. Объяснять внутренние и внешние связи причинно- следственные связи [3, с. 8].

Интегративный курс обществознания связан с освоением социальной философией, психологией, культуры религии право и политики. Обществознание содержит задания выберите верное суждение [1, с. 45]. Часть 2 содержит 9 заданий с развернутым ответом. 21-24 задание работа с текстом 21 и 22 задание направлены на восприятие и воспроизведение информации. 23 задание предусматривает охарактеризовать объект. 24 задание предполагает аргументацию и прогнозирование позиций [3, с. 78]. Задание 25 помогает раскрывать смысл основных понятий обществознания. 26 задание конкретизирует примеры общественных наук [2, с. 78]. Проверка умений применять обществоведческие понятия. Задание 27 требует обобщение информации в форме статистики и графических объяснений процессов явлений и объектов. 28 задание требует составление плана задание учит систематизировать и обобщать информацию. 21-28 задания представляют пять тематических блоков. 29 задание эссе.

Подготовка к ЕГЭ по обществознанию требует серьезную и комплексную подготовку.

Учебник обществознания Боголюбов помогает готовиться к ЕГЭ по обществознанию. Существуют сборники ЕГЭ содержащие задания для

подготовки к ЕГЭ. Существует справочник В.В. Баранова для подготовки ЕГЭ по обществознанию. Сборник считается одним из лучших. Учебник содержит теорию и задания. Систематизирована и структурирована информация. Одно выходит из другого. Обществознание помогает понять картину мира [1, с. 8].

Книги по ЕГЭ по обществознанию выпускаются и по разделам обществознания например по праву [2, с. 7]. Экспресс- репетитор для подготовки к ЕГЭ . Учебное пособие соответствует государственному стандарту [2, с. 7]. Пособие помогает и систематизирует знания . Пособие включает теорию и задания. Теория совпадает с кодификатором элементов . Построение тем подчинено логике. Пособие раскрывает сущность социальных объектов и понятия. Материал представлен в виде схемы и таблиц [1, с. 8].

Основная цель ЕГЭ обществознания оценка уровня знаний учеников. Объекты проверки служат способы познавательной работы [2, с. 7]. Для достижения целей разработаны задания по уровню сложности. В заданиях лежит деятельностный подход проверяющий предметные навыки виды познавательной работы знания об обществе. Работа состоит из 29 заданий Часть 1 задания с кратким ответом. Содержатся задания на выбор и запись ответов из списка задания на выявление понятий и таблиц задания на установление соответствия позиций задания на определение терминов и понятий . Ответы на задания даются в форме слов или цифр [1, с. 7] . Часть 2 содержит 9 заданий с развернутым ответом. Ответы даются с развернутым ответом. Задания на выпускников имеющие высокую подготовку.

ФГОС предусматривает определенную систему оценки задания 1-3, 10, 16 оцениваются одним баллом. Правильно выполненное задание считается в форме цифры поставленной в инструкции. Задания 4-9, 11, 13-15 оцениваются 2 баллами. 17-20 2 балла. При допуске ошибки или ставится 1 балл неверное выполнение 0 баллов. Полностью правильное задание оценивается от 2 до 6 баллов . За правильное выполнение 21, 22 задания 2 балла . 23, 24, 26, 27 3 балла. 25 и 28 задание 4 балла . 29 эссе 6 баллов Итого 64 балла по шкале перевода. Часть 2 проверяют эксперты на основе критериев [1, с. 45].

ЕГЭ по обществознанию проверяют личностные результаты, Задания политико-правовые проверяют гражданскую позицию проверяются знания конституционных понятий и обязанностей Блок Социальные отношения оценивают уровень мировоззрения. ЕГЭ по обществознанию оценивает непрерывное образование ЕГЭ оценивает уровень профессиональной и общественной деятельности [5, с. 78] . Проверяет уровень самообразования к выбору профессии. Задания ЕГЭ оценивают мета предметные результаты и УУД проверяют понятийный аппарат знания правил законов способность их применять владения навыками самостоятельной работы. Задания оценивают

причинно-следственные связи. Задания 10, 12, 21-24 нацелены на поиск информации [3, с. 8].

В завершении можно сделать следующий вывод, что ЕГЭ по обществознанию помогает сформировать четкое представление об обществе.

### **Список литературы**

1. Таньшина, Н.А. ЕГЭ по обществознанию: мифы и реальность // Педагогическое измерение / Н.А. Таньшина // Вестник БГУ, - 2017.- №5. - С. 9-11.
2. Лискова Т.Е. Методические рекомендации для учителей, по подготовке /учеников к ЕГЭ по обществознанию / Т.Е. Лискова // Вестник БГПУ, 2018. - №5.- С. 8-11.
3. Ельманова С.А. Рекомендации по подготовке выпускников заданий 25-26. / С.А. Ельманова // Вестник СПбГУ, 2012. - №4. - С. 8-9.

УДК 77.01

*И.А. Угольников,  
студент  
Московский Государственный Областной Университет  
г. Фрязино, Россия.*

## **ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НА УРОКАХ ИСТОРИИ, КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ГРАЖДАНСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ**

**Аннотация.** В статье рассматривается проектная деятельность, как основа гражданской идентичности. Рассматриваются виды проектов и этапы их реализации. Рассматриваются разные возрастные категории проектов. Статья ставит цель рассмотреть влияние проекта на формирование гражданской идентичности. В ходе, проведенного исследования необходимо утверждать, что умение делать проекты основа успешной научной работы.

**Ключевые слова:** проекты, патриотизм, история, результаты, школьники, гражданская идентичность, гражданское воспитание

*I.A. Ugolkov  
student  
Moscow State Regional University  
Fryazino, Russia*

## **PROJECT ACTIVITY IN HISTORY LESSONS AS A BASIS FOR THE FORMATION OF CIVIC IDENTITY**

**Annotation.** The article considers project activity as the basis of civic identity. The types of projects and stages of their implementation are considered. Different age categories of projects are considered. The article aims to consider the impact of the project on the formation of civic identity. In the course of the conducted research, it is necessary to assert that the ability to make projects is the basis of successful scientific work.

**Keywords:** projects, patriotism, history, results, schoolchildren, patriotism, civic identity, civic education, patriotism.

Актуальность статьи обусловлена тем, что на уроках истории формируется гражданская идентичность. Благодаря гражданской идентичности обеспечивается безопасность государства. Исторические знания дают представления о гражданской идентичности [1, с. 8].

Предложения по формированию гражданской идентичности: 1) Увеличить количество часов по истории, 2) Вводить дополнительные предметы, направленные на формирование патриотизма, 3) Уделять огромное внимание формированию гражданской идентичности и патриотизму. 4) Ввести термин гражданская идентичность в Конституцию

РФ и в Федеральный Закон Об образовании. 5) Оказывать помощь ученику в формировании гражданской идентичности [2, с. 9]. 6) Ввести в школе предметы, направленные на формирование гражданской идентичности. 7) Расширить перечень исторических тем, направленные на формирование гражданской идентичности и уделять им огромное внимание.

Проектная деятельность важный этап деятельности на уроках истории. Проектная работа формирует навык исследовательской деятельности. Проект один из способов реализации требований ФГОС к личностным и метапредметным результатам. Проектная деятельность формирует качества, способности, компетенции [2, с. 9].

Учебный проект - это особый вид творческой деятельности учеников. Учебный проект результат его деятельности.

Признаки учебного проекта. 1) Исследуемая проблема путем анализа ситуации. В проблеме заложено противоречие 2) Поиск нужной информации. Сбор литературы,

Работа над проектом строится следующим образом. Проект должен состоять из проблемы, формулировка проблемы носит учебный характер.

ФГОС устанавливает следующие требования к проектной деятельности учащихся. Постановка проблемы, цели, задачи. Содержание проекта новизна, обозначение главных вопросов [2, с. 9]. Поиск, обработка информации. Логика изложения. Стил ь изложения. Соблюдение авторских прав оформление ссылок и цитат список литературы.

Проект имеет два вида результатов. Мета предметные результаты Самостоятельное определение цели обучения [1, с. 8]. Формулировка новых задач. Самостоятельное планирование целей. Сопоставлять свои действия с результатами [3, с. 8]. Контролировать свою работу. Личностные результаты. Ответственно относится к заданиям, к саморазвитию. Формирование мировоззрения. Формирование положительного отношения. Навык сотрудничества с другими людьми [4, с. 8].

Проектная деятельность закладывает творческий потенциал, проведение самостоятельного исследования, работа в команде, Образовательный проект оценивается, как учебная, творческая и игровая работа. Выделяется пять типов проектов [2, с. 9]. 1) Исследовательский( преобладание логики и структуры работы. Цели и задачи актуальность значимость аргументы, объект и предмет исследования метод гипотезы. Проект должен содержать источники и методологию работы. Исследовательский проект должен носить выводы [3, с. 8]. 2) Творческие. 3) Игровые иллюстрируют игровые и социальные отношения. 4) Информационные изучение функций, явлений, действий, анализа. 5) Практико-Ориентированные проекты освещение значимых результатах. Работа над проектом имеет шесть стадий формулирование темы,

планирование, результаты и выводы [5, с. 8]. 6) Информационные вид проектов направленный на сбор информации, представляет знакомство участников с информацией, анализ, обобщение и факты. Для информационных проектов характерна структура. Структура информационного проекта выглядит так. Цель актуальность, методы получения. Должны быть выводы. Творческие проекты подчинены логики и интересам участников. Творческие проекты направлены на получение творческого продукта. Четкая структура оформления. Игровые проекты связаны с распределением ролей участников. Роли связаны с проектом. Практические отражают результат деятельности учеников. Результат таких проектов основан на интересах. Игровой проект требует хорошего сценария участников и определение функций участников. Для творческого проекта важна поэтапная и координационная работа. Допускается внесение коррективов в действия участников.

Проекты выделяются по количеству участников личностные проект делают два человека, парные, и групповые участники поделены на группы. Проекты делят еще и по продолжительности. Краткосрочные для решения небольшой задачи [5, с. 8]. Такие проекты делают на одном и двух уроках. Средней продолжительности от недели до нескольких месяцев.

Работа над проектом состоит из нескольких этапов и предполагает последовательность [6, с. 8]. Поисковый этап выбор темы поиск проблемы. Аналитический сбор и работа с информацией поиск варианта достижения цели, алгоритм работы, план. Практический выполнение операций контроль качества внесение изменений. Презентационный подготовка презентации. Контрольный анализ результатов выполнения. Оценка качества выполнения. Поисковый этап основа учебной работы урок, классные часы, целеполагание. Поисковый этап начинается с определения темы под которой понимается ограниченная сфера знаний, полученная на основе наблюдений за интересами учеников [1, с. 8]. Роль учителя сводится к тому, что выявление интерес выявляет скрытые возможности.

Одним из способов выбора темы является то, когда учитель предлагает список тем. Список вывешивается на стенде [6, с. 8]. Список тем связан с интересами и предметами. Главное заинтересовать ученика в выборе темы. На выбор темы влияют оценки таким методом пользуются большинство учителей.

Проект должен начинаться с проблемы под которой идет противоречие между идеальной и реальной ситуацией. Хорошим вариантом служит, когда ученик сам ставит проблему, а задача учителя заключается в корректировании [6, с. 8]. Ставить правильно умеют проблему ученики старших классов они могут определить поисковую роль и причины возникновения проблемы. У учеников 5-6 классов ситуация противоположная им в постановке проблемы требуется помощь учителя. Для

проектов следует брать проблемные темы в которых существует противоречие между имеющимися знаниями и новыми требованиями. Примером противоречия служит открытие новых фактов [6, с. 7] . Противоречие может быть в различии бытовом и научном знании. Противоречие служит фактором успешности проекта.

Для успешной работы с проектом можно поделить учеников по интересам историки, литераторы, географы, аналитики.

Аналитический этап работы над проектом предполагает исследование учеников самостоятельное получение новых знаний, определение целей и задач, поиск информации. После формулировки целей и задач нужно собрать информацию для достижения целей. Учитель должен предлагать источники информации. Основой аналитической работы служит самостоятельная деятельность учеников [4, с. 8]. Учитель оказывает содействие. Практический этап заключается в реализации действий путем технологий. Практический этап связан с высокой самостоятельностью учеников. На практическом этапе происходит структурирование, обобщение, информации. Ученики систематизируют данные, Объединяют в единое целое полученную информацию. Выстраивается схема выводов. Учитель следит чтобы ученики менялись знаниями. На данном этапе происходит обработка и систематизация информации. На практическом этапе учитель должен предоставить ученикам максимальную самостоятельность выбора форм представления результатов проекта, поощрять возможности, которые помогают раскрыться . Практический этап один из основных в проектной работе все этапы взаимосвязаны и взаимодействуют [4, с. 8]. Презентационный этап проект должен быть нацелен на получение результата. Презентация выступает вспомогательным материалом . Презентация выступает тоже главной формой работы умение показать свои результаты. Показ презентации можно сочетать с работой учеников. Завершающий этапом является контрольный этап. Оценка полученного результата, как достижения. При оценивании следует учитывать особенности учеников. Младшие ученики высказывают отношения путем аргументов . Ученики 5-6 классов могут сделать вывод о замысле проекта, сравнить ожидаемый и полученный

Проект на тему Татаро-Монгольское иго. Проект начинается с определение актуальности и проблемы и с целей.. Далее излагается основное содержание Задачи проекта. Выяснить имена завоевателей, сформировать способности работы с историческими источниками и понятиями, сформировать патриотизм на примере героизма русских воинов. Обозначить основные сражения. Куликовская битва, стояние на реке Угре, отношение с ордой и про политику князей по отношению к орде и в русских землях [5, с. 8], Обозначить основных персоналий Иван Калита, Дмитрий Донской, Иван Третий. Разобраться с основными понятиями ярлык , баскак, владычество, агрессия.

Проводя данное исследование необходимо рассмотреть исторический проект План проекта. 1) Образование Монгольского государства 1206 год, Нашествие Батыя, 1236 год, Зависимость Руси от Орды, Куликовская битва, отношение с Ордой. Набег Тохтамыша и Сражение на Угре [1, с. 8]. Последствия ига. Цель проекта Разобрать исторические источники такие, как Задонщина, сказание о мамаевом побоище, летописи. Летописи и письменные памятники говорят о разрушении городов, об убийстве князей. Выполнение проекта строится индивидуально и коллективно происходит обсуждение [2, с. 67]. Проект будет строиться на выполнении заданий и будет направлен на решение проблемы, Почему несмотря на превосходство русские войска победили Монголии какие факторы помогли победить. В основном содержании проекта нужно отразить выводы, что с момента завоевания монголами образовалась монгольская империя, получившая название Золотая орда со столицей Сарай. Для работы необходима карта на карте нужно обозначить границы Руси и Орды и назвать государства, входящие в состав Золотой Орды. В основной части проекта нужно отразить структуру органов управления [3, с. 7]. Хан, Курултай съезд монгольской знати, Центральные органы управления. Не все города были разорены татарами Новгород, Псков, Полоцк, Смоленск. Почему территории не были разорены. Перечислить разоренные города. Сделать выводы и разработать перспективы как победа, русской армии сказалась на развитие Руси. Подчеркнуть значимость проекта.

Работая над историческими проектами, формируется патриотизм и гражданская идентичность [5, с. 5]. Школьник осознает принадлежность к определенной общности. Исторические проекты и гражданская идентичность взаимосвязаны. Учителя и школа должны быть заинтересованы в формировании гражданской идентичности [5, с. 7]. Школа и семья оказывают огромное влияние на формирование гражданской идентичности. На уроках истории происходит гражданское воспитание. Гражданская идентичность формируется, через изучение исторических дат, терминов, персоналий и событий. Уроки истории гражданская идентичность, гражданское воспитание взаимосвязаны.

В 6 классе общаясь с одноклассниками, я заметил, что мало кто знает, почему монголы напали на Русь, что способствовало лёгкому завоеванию державы, и что страна сделала для победы над могущественным врагом. Вместе с учителем я провёл тест и вот что получилось: процент учащихся в классах на определённую оценку [1, с. 87].

В завершении можно сделать следующий вывод, что гражданская идентичность основа гражданского воспитания.

### Список литературы

1. Елизарова, Е.А. Основы формирования проектной деятельности / Е.А. Елизарова. // Вестник Казанского технологического университета, 2008. - №4 - С. 19-20.
2. Бессонова, Т. И. Проектное обучение как новая дидактическая стратегия высшей школы / Т. И. Бессонова // Трансформации общественного сознания в переходную эпоху : материалы международной научно-практической конференции, Нижний Новгород, 21–22 апреля 2021 года / Нижегородский государственный лингвистический университет им. Н.А. Добролюбова; Ванадзорский государственный университет им. О. Туманяна. – Нижний Новгород: Нижегородский государственный лингвистический университет им. Н.А. Добролюбова, 2022. – С. 154-160. – EDN WEIMPL.
3. Бутузова, О.Г. Формирование исследовательских умений учеников в процессе проектной деятельности на уроках истории/ / О.Г. Бутузова. // Эксперимент и инновации в школе, 2011. - №5 - С. 9-3.
4. Мулдашова, С.В. Развитие исследовательских умений учащихся на уроках истории / С.В. Мулдашова // Муниципальное образование: инновации и эксперимент, 2014.- №6. - С. 12-13.
5. Безрукова, В.С. Педагогика и проектная педагогика. /В.С. Безрукова . – М.: Союз, 1996. – 800 с.
6. Матяш, Н.В Проектная деятельность младших школьников: / Н.В. Матяш - М.: Вентана Граф, 2004. – 900 с.
7. Гузеев, В.В. Развитие образовательных технологий / В.В. Гузеев .- М.: Логос, 1998. – 800 с.
8. Смирнов, В. А. Некоторые дисфункции процесса социализации Российской молодежи в условиях “больших” вызовов\* / В. А. Смирнов, О. Б. Скрябина, Т. И. Бессонова // Вестник Московского университета. Серия 18. Социология и политология. – 2022. – Т. 28. – № 1. – С. 110-125. – DOI 10.24290/1029-3736-2022-28-1-110-125. – EDN DENPJL.

УДК 159.9.072

*Н. В. Динисенко,  
студент,  
СевГУ, Севастополь, Российская Федерация.  
Т.И. Бессонова,  
кандидат психологических наук, доцент кафедры «Психология»,  
СевГУ, Севастополь, Российская Федерация.*

## ПОТЕНЦИАЛ ИННОВАЦИОННОЙ ЛИЧНОСТИ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА

**Аннотация.** В статье анализируются результаты второго этапа эмпирического исследования, которое было посвящено изучению личностных качеств инновационной личности педагогов-психологов, проводится анализ модели инновационной личности педагога-психолога и обобщение представлений об инновационной деятельности и личностных особенностях специалиста, влияющих на готовность к инновациям.

**Ключевые слова:** инновационная деятельность, готовность к инновациям, инновационная личность.

*N. V. Dinisenko,  
student,  
SevGU, Sevastopol, Russian Federation.  
T.I. Bessonova,  
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of  
Psychology,  
SevGU, Sevastopol, Russian Federation.*

## POTENTIAL OF AN INNOVATIVE PERSONALITY OF A TEACHER-PSYCHOLOGIS

**Abstract:** The article analyzes the results of the second stage of the empirical study, which was devoted to the study of the personal qualities of the innovative personality of teachers-psychologists, analyzes the model of the innovative personality of a teacher-psychologist, generalizes ideas about innovation and personal characteristics of a specialist that affect the willingness to innovate.

**Keywords:** innovative activity, willingness to innovate, innovative personality.

Инновация – это создание и внедрение различного вида новшеств, порождающих значимые изменения в социальной практике. Понятие «инновация» относится не просто к созданию и распространению новшеств, но к деятельности, которая сопровождается изменениями в стиле мышления

и личностном развитии. [3]. Нет единого мнения по поводу применения встречающимся понятиям в научной литературе: «новшество», «новация», «нововведение», «инновация» и другие, которые относятся к инновационной деятельности. Инновационная деятельность представляет собой деятельность, направленную на использование и коммерциализацию результатов научных исследований [5]. Она зависит от личностных особенностей конкретного человека и связана со степенью его готовности вступления в инновационный процесс. В качестве результатов инновационной деятельности могут выступать новые методы, формы, средства выполнения той или иной задачи, а также готовый материальный продукт или теоретическое знание. Для успешной инновационной деятельности новатору необходимо проявлять активный интерес к различным сферам профессиональной деятельности и искать способы разрешения имеющихся проблем.

К объективным факторам готовности к инновационной деятельности можно отнести уровень образования, среду, в которой протекает деятельность и т.д., а к субъективным – мировоззрение, уровень когнитивных способностей и прочие. Инновационная деятельность каждого профессионала выражается в наличии у него неповторимого опыта и становится базой для индивидуализации.

Инновационная личность формирует особый тип поведения, который называется инновационным и является конструктом, определяющим и направляющим на освоение, создание и реализацию нового, используя ресурс - личностный потенциал. Таким образом, инновационное поведение – это конструкт, сформированный из поведения, направленного на создание и реализацию новых идей и определенной культуры сотрудников различных уровней [1].

На наш взгляд, модель инновационного поведения педагога-психолога имеет такие особенности, как:

- готовность экспериментировать и идти на риск;
- способность сформировать и отстаивать ценности, поддерживающие изменения;
- умение признавать собственные ошибки и извлекать из них уроки;
- способность осуществлять руководство в сложных, неопределенных и неоднозначных условиях.

Данное исследование посвящено изучению личностных качеств инновационной личности педагогов-психологов и проводилось на базе государственных бюджетных общеобразовательных учреждений г. Севастополя. Цель эмпирического исследования – изучение личностных факторов (предикторов) инновационной деятельности педагогов-психологов на примере г. Севастополя. Выборка исследования – педагоги-психологи г. Севастополя. На первом этапе участниками исследования стали 72 педагога-психолога, которым была предложена анкета «Готовность к инновациям». Анкетирование проводилась на заседаниях 4 методических комиссий

Ленинского, Гагаринского, Балаклавского и Нахимовского объединений педагогов-психологов в апреле-мае 2021 года.

В качестве средства для сбора сведений от респондентов нами был разработан специально оформленный список 9 вопросов. На этапе теоретического анализа выделены критерии, по которым современная психология определяет инновационную личность.

Анкета-опросник позволила оценить личностную готовность педагогов-психологов к внедрению в профессиональную деятельность инноваций и выделить психологические критерии построения репрезентативной выборки, представляющей микромодель генеральной совокупности педагогов-психологов общеобразовательных школ г. Севастополя. Разработанные вопросы должны были определить инновационность как базовое личностное качество в структуре инновационной личности педагога-психолога. Анкета включала в себя 9 вопросов с вариантами утверждений.

Во втором этапе эмпирического исследования, на котором проводилось изучение доминирующих личностных факторов инновационной личности педагога-психолога, была определена выборка 30 педагогов-психологов, которые вошли в группу высокого уровня готовности к инновационной деятельности. Методика проведения тестирования включала выдачу анкетного материала только экспериментальной группе.

В качестве диагностических методик применялись: Опросник инновационной готовности персонала В. В. Пантелеевой, Т. П. Кнышевой; Методика Орлова Ю. М. тест-опросник «Потребность в достижении цели. Шкала оценки потребности в достижении успеха»; Методика «Шкала самооценки инновативных качеств личности» Н. М. Лебедевой, А. Н. Татарко; Методика «Диагностика личностной креативности» Е. Е. Туник [2;4].

По итогам методики «Инновационная готовность персонала» В. В. Пантелеевой, Т. П. Кнышевой нами получены результаты по каждому компоненту: эмоциональная готовность, мотивационная готовность, когнитивная готовность, личностная готовность, которые иллюстрируют общую модель инновационной готовности, представлены в таблице 1 отражают уровни выраженности компонентов в инновационной готовности в количественном и процентном отношении (например, 18 (60%)).

Таблица 1 – Распределение уровней выраженности компонентов в инновационной готовности по методике «Инновационная готовность персонала» В. В. Пантелеевой, Т. П. Кнышевой

| Уровни компонентов                     | Средний показатель в стенах = сумма стенов/30 респондентов |                 |                |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------|----------------|
|                                        | Высокий уровень                                            | Средний уровень | Низкий уровень |
| Эмоциональная готовность               | 0                                                          | 5               | 0              |
| Мотивационная готовность               | 0                                                          | 6               | 0              |
| Когнитивная готовность                 | 0                                                          | 6               | 0              |
| Личностная готовность                  | 0                                                          | 6               | 0              |
| Организационная готовность             | 0                                                          | 6               | 0              |
| Общий уровень инновационной готовности | 0                                                          | 6               | 0              |

Результаты методики выявили средний уровень выраженности по каждому отдельному компоненту, которые иллюстрируют общую модель инновационной готовности. Данный уровень транслирует заинтересованность к деятельности, с внедрением в неё инновационных технологий, к овладению новыми перспективными методами и их дальнейшим продвижением. Они выявляют внутренние мотивы, которые способствуют самореализации в процессе деятельности с и инновационными технологиями.

Результаты методики Орлова Ю. М. Тест-опросник «Потребность в достижении цели. Результаты представлены в таблице 2 в количественном и процентном отношении (например, 18 (60%)).

Таблица 2 – Распределение выраженности уровней потребностей в достижениях по методике Тест-опросник «Потребность в достижении цели» Ю. М. Орлова

| Уровни потребностей в достижениях | Распределение количества респондентов по уровням, (%) |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Низкий уровень (0 – 6 баллов)     | 0 (0%)                                                |
| Пониженный уровень (7 – 9 баллов) | 2 (7%)                                                |
| Средний уровень (10 – 15 баллов)  | 25(83%)                                               |
| Повышенный уровень (16–18 баллов) | 3(10%)                                                |
| Высокий уровень (19 – 23 баллов)  | 0 (0%)                                                |

По представленным данным выраженность потребностей в достижениях демонстрирует средний уровень. Лица со средним уровнем потребности в достижениях характеризуются способностью увлекаться деятельностью, умением применять инновационные приёмы, настойчивостью, стремлением, выполнять поставленные задачи, оказывать поддержку участникам инновационного процесса, испытывать удовлетворение от успешной работы.

Результаты методики «Шкала самооценки инновативных качеств личности» Н. М. Лебедевой, А. Н. Татарко позволили высчитать среднеарифметические показатели группы респондентов по трем факторам (креативность; риск ради успеха; ориентация на будущее) и общий уровень инновативности, вывести уровневые показатели по компонентам. Полученные результаты представлены в таблицах 3 и 4.

Таблица 3 – Показатели инновативности педагогов-психологов по методике «Шкала самооценки инновативных качеств личности»  
Н. М. Лебедевой, А. Н. Татарко

|                    | Креативность | Риск ради успеха | Ориентация на будущее | Уровень инновативности |
|--------------------|--------------|------------------|-----------------------|------------------------|
| Педагоги-психологи | 3,8          | 3,15             | 3,55                  | 3,5                    |

Общий показатель инновативности (как и показатель по отдельным факторам – креативность; риск ради успеха; ориентация на будущее) теоретически может колебаться в пределах от 1,00 до 5,00, следовательно, можно разграничить всю шкалу возможных вариантов в пределах на три равные части: низкий уровень, средний и высокий:

Если  $(5,00-1,00):3=1,33$ , то шкалы уровней будут следующими:

- низкий уровень: 1,00-2,33 ( $1,00+1,33=2,33$ ).
- средний уровень: 2,34-3,67 ( $2,34+1,33=3,67$ ).
- высокий уровень: 3,68-5,00.

Используя данное шкалирование для интерпретации результатов, представленных в таблице 3, можно отметить, что практически все среднеарифметические показатели группы респондентов находятся в рамках среднего уровня. Единственный показатель, преодолевший границы среднего уровня, это уровень креативности. Следовательно, педагоги-психологи обладают высоким уровнем креативности и при этом мало склонны к риску ради успеха. Общий индекс (потенциал) инновативности находится на среднем уровне.

В таблице 4 (Выраженность инновативных качеств личности) выведены показатели по компонентам 30 респондентов, применяя уровневое шкалирование.

Таблица 4 – Выраженность инновативных качеств личности по методике «Шкала самооценки инновативных качеств личности» Н. М. Лебедевой, А. Н. Татарко (в чел. и %)

| Компоненты            | Низкий уровень | Средний уровень | Высокий уровень |
|-----------------------|----------------|-----------------|-----------------|
| Креативность          | 1 (3,3%)       | 12 (40%)        | 17 (56,7 %)     |
| Риск ради успеха      | 5 (16,7%)      | 21 (70%)        | 4 (13,3 %)      |
| Ориентация на будущее | 1 (3,3%)       | 12 (40%)        | 17 (56,7%)      |

Данные позволяют нам сделать вывод о том, что доминирующим качеством педагогов-психологов является креативность (степень готовности к принятию и созданию принципиально новых идей, отклоняющихся от принятых подходов, а также способность решать проблемы), склонны к риску ради успеха (степень готовности человека вкладывать психологические и материальные ресурсы на создание нового и отражать то, насколько он способен выдерживать вызовы времени и давление нестабильной среды) при среднем уровне инновативности. Данные характеристики определяют позитивное отношение личности профессионала к инновационному процессу.

Результаты методики «Диагностика личностной креативности» Е. Е. Туник представлены в таблице 5. Опираясь на нормативные данные для российских исследуемых по 4-факторному опроснику (средний показатель по каждому фактору со стандартным отклонением), мы определили уровневые показатели по факторам креативности.

Сильная сторона педагогов-психологов определяется фактором Склонность к риску, который характеризует их, как личностей способных отстаивать свои идеи, ставить высокие цели и пытаться их осуществить, не обращая внимания на реакцию других, изучать новое, рисковать, а также допускать для себя возможность совершения ошибок.

В соответствии с задачами нашего исследования данные, полученные в результате опроса респондентов из 30 человек, были подвергнуты линейной корреляции по Пирсону, получены следующие связи, отраженные в таблице 6.

Таблица 5 – Распределение уровней выраженности компонентов личностной креативности по методике «Диагностика личностной креативности»  
Е. Е. Туник

| Факторы личностной креативности | Нормативные данные для российских исследуемых |                         | Распределение количества респондентов по показателям (n=30) |                    |                          | Средний показатель баллов (сумма баллов/30 чел) |
|---------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------|-------------------------------------------------|
|                                 | Среднее                                       | Стандарт-ные отклонения | Ниже среднего показателя                                    | Средний показатель | Выше среднего показателя |                                                 |
| Склонность к риску              | 17,0                                          | 16,0                    | 10                                                          | 8                  | 12                       | 17                                              |
| Любознательность                | 17,8                                          | 3,9                     | 21                                                          | 2                  | 7                        | 16                                              |
| Сложность                       | 17,2                                          | 4,4                     | 15                                                          | 8                  | 7                        | 15                                              |
| Воображение                     | 15,6                                          | 4,8                     | 30                                                          | 0                  | 0                        | 11                                              |
| Суммарный                       | 67,6                                          | 16,0                    | -                                                           | -                  | -                        | 59                                              |

Таблица 6. Корреляционный анализ личностных и инновационных качеств у педагогов-психологов

| Шкалы                          | Ориентация на будущее | Любознательность | Склонность к риску ради успеха | Общий индекс инновативной личности |
|--------------------------------|-----------------------|------------------|--------------------------------|------------------------------------|
| Креативность                   | 0,485 **              | 0,373 **         |                                | 0,714**                            |
| Сложность (когнитивная)        | 0,650 **              |                  | 0,483**                        | 0,505**                            |
| Воображение                    |                       | 0,489 **         |                                |                                    |
| Склонность к риску ради успеха | 0,538**               |                  |                                | 0,793**                            |
| Ориентация на будущее          |                       |                  |                                | 0,855**                            |

Анализ приведенных в таблице данных показал, что «ориентация на будущее» имеет положительную корреляцию с «креативностью», «сложностью», «риском ради успеха» и «общим уровнем инновативной личности». Значимая связь демонстрирует «общий индекс инновативной личности» с «креативностью», «сложностью», «риском ради успеха» и «ориентацией на будущее».

Как уже было сказано, фундаментом включения и организации инновационной деятельности специалистом-новатором служит готовность к инновациям – восприятию нововведений. Следовательно, создавая принципиально новые идеи или методы, инноватор ориентируется на долгосрочное преобразование системы выполнения профессиональных обязанностей с целью ее дальнейшего развития. Для этого он ставит перед собой комплексные, сложные и многоуровневые задачи, по достижении которых появляется некая универсальная, адаптивная под различные условия данной профессиональной сферы инновация. Грамотная постановка задач и составление плана позволяет специалисту рационально расходовать имеющиеся ресурсы, а целенаправленность и глубокое понимание проблематики – преодолевать возникающие трудности и ориентироваться в нестабильной обстановке.

Также положительная связь присутствует между «сложностью» и «любознательностью», «склонностью к риску». Это объясняется тем, что высокий уровень потребности в познании устройства тех или иных явлений окружающей действительности ведет за собой всестороннее, междисциплинарное изучение интересующего вопроса, прослеживание причинно-следственных связей его возникновения. Именно благодаря обширной проработке темы, специалист находит потребность и возможность для осуществления инновационной деятельности. Понимание необходимости преобразовательской деятельности становится основой для проявления инноватором упорства и позволяет ориентироваться на прогрессивную

составляющую. Была выявлена взаимосвязь между «любопытностью» и «воображением», которая состоит в умении моделировать ситуацию, позволяющую просчитать возможные проявления предмета инновации.

Данные интегральные показатели подтверждают, что инновационная деятельность детерминирована следующей личностной моделью – креативностью, склонностью к риску ради успеха, любопытностью, воображением, ориентацией на будущее. Другими словами, линейный корреляционный анализ подтвердил выстроенную модель личности, которая определяет содержание инновационной деятельности. Результаты корреляционного анализа демонстрируют достоверные связи между личными факторами.

Выводы: Итогами эмпирической части исследования стало подтверждение гипотезы о том, в инновационной личности педагога-психолога доминируют креативность, любопытность, склонность к риску ради успеха и ориентация на будущее. Доминирующие качества инновационной личности педагога-психолога – креативность, которая выражается определенной степенью готовности к принятию и созданию принципиально новых идей, отклоняющихся от принятых подходов, а также способностью решать проблемы; любопытность – выражается в стремлении к познанию, открытости к новому и к людям, к решению сложных задач и воплощению идей; склонность к риску ради успеха (степень готовности человека вкладывать психологические и материальные ресурсы на создание нового и отражать то, насколько он способен выдерживать вызовы времени и давление нестабильной среды) при среднем уровне инновативности; ориентация на будущее – определяется как планирование на настоящее и будущее, такие люди нацелены на достижения, стабильность и уверенность в себе. Данные характеристики определяют устойчивое и позитивное отношение личности профессионала к инновационному процессу. Эмпирическое исследование влияния личностных качеств на инновационную деятельность педагога-психолога доказало ее значимость и актуальность. Важной задачей в этой проблеме является развитие именно тех особенностей личности, которые гарантируют продуктивность и адаптивность в инновационном процессе.

Следовательно, для повышения уровня готовности к инновациям необходимо развивать творческое мышление (креативность), заниматься самообучением для расширения представлений о профессиональной сфере и ее особенностях, в данном случае – в области психологии.

### Список литературы

1. Андреев, А.А. Психология инновационной деятельности [Текст] / А.А. Андреев. – Самара: СГУ, 2012. – 234 с.
2. Бурлачук, Л. Ф. Словарь-справочник по психологической диагностике [Текст] / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов, Отв.ред С. Б. Крымский. – М.: Наука, 2002. – 200 с. – ISBN 5-12-000 482- 2.

3. Косцова, М. В. Особенности выбора профессии «психолог»: результаты опроса / М. В. Косцова, В. В. Головина // Осознание Культуры - залог обновления общества. Перспективы развития современного общества : материалы XXII Всероссийской научно-практической конференции, Севастополь, 16–17 апреля 2021 года. – Севастополь: ООО "Рибест", 2021. – С. 329-332. – EDN LKGMBR.
4. Лапин, Н. И. Теория и практика инноватики : учебник для вузов [Текст] / Н. И. Лапин, В. В. Карачаровский ; под общей редакцией Н. И. Лапина. – 2-е издание. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 350 с. – (Высшее образование).
5. Пантелеева, В. В. Реализация компетентного подхода к работе с персоналом на примере описания индикаторов инновационной готовности / В. В. Пантелеева // Современные технологии управления персоналом : сборник научных трудов. – Симферополь: Общество с ограниченной ответственностью «Аэтерна», 2016. – С. 41-45.
6. Терехова, Т. А. Личностные смыслы в структуре инновационного потенциала [Текст] / Т. А. Терехова, М. А. Белан // Личность профессионала в современном мире / отв. ред. Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев. – М.: Ин-т психологии РАН, 2014. – С. 593–610.

**УДК 77.01**

*И.А. Угольников*

*студент факультета истории политологии и права,*

*МГОУ имени Н.К. Крупской,*

*Фрязино, Россия*

## **ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПРАВОВОЙ КУЛЬТУРЫ ШКОЛЬНИКОВ**

**Аннотация.** В статье рассматриваются особенности формирования правовой культуры. Правовая культура играет главную роль в формировании качеств школьника. Школа и семья основные источники влияния на школьника. В ходе, проведенного исследования необходимо утверждать, что преподаванию право в школе нужно уделять большое внимание.

**Ключевые слова:** школа, поведение, ученики, право, учителя, окружение.

*I.A. Ugolkov,*

*Student of the Faculty of History Political Science and Law*

*Moscow State University named after N.K. Krupskaya*

*Russia, Fryazino*

## **FEATURES OF THE FORMATION OF THE LEGAL CULTURE OF SCHOOLCHILDREN**

**Abstract.** The article discusses the features of the formation of legal culture. Legal culture plays a major role in shaping the qualities of a student. School and family are the main sources of influence on the student. In the course of the conducted research, it should be argued that much attention should be paid to teaching law at school.

**Keywords:** school, behavior, students, law, teachers, environment.

Правовое воспитание способствует формированию индивидуального правосознания несовершеннолетнего, пониманию им наиболее значимых юридических принципов и требований, отвечающих интересам каждого человека, общества и государства, что выражается в сознательном соблюдении норм права, понимании юридической ответственности, непримиримости с правонарушениями и преступлениями. Благодаря правовому воспитанию у школьника появляется правосознание и представление о законах и об устройстве общества.

Соответственно, подростков необходимо знакомить с основополагающими положениями Конституции РФ, Конвенции о правах ребенка, а также с основами отдельных отраслей права, касающихся их правового статуса.

В аспекте правового воспитания остановимся на рассмотрении понятия «воспитание» в целом.

Воспитание – это творческий целенаправленный процесс взаимодействия педагогов и воспитанников по созданию оптимальных условий, организации освоения социально-культурных ценностей общества и, как следствие, развитие их индивидуальности [1, с. 28].

По мнению А. Н. Леонтьева, воспитанием является целенаправленно организуемый обществом процесс формирования личности [1, с. 34].

Кроме того, воспитание – это целенаправленная подготовка молодого поколения к жизни в данном и будущем обществе, осуществляемая через специально создаваемые государственные и общественные структуры, контролируемая и корректируемая обществом [2, с.29].

Как правило, основными видами воспитания являются: умственное, нравственное, трудовое, физическое, правовое, эстетическое, экологическое воспитание и др.

В данном исследовании акцентировано внимание на специфике правового воспитания.

Правовое воспитание подразумевает процесс взаимодействия правовых средств с индивидуальным правосознанием и психологией человека в обществе, обусловленный социально-политическими и экономическими факторами, который направлен на дальнейшее повышение их правовой культуры.

По мнению А.В. Мелехина, правовым воспитанием является процесс целеустремленного и систематического воздействия на сознание и культуру поведения людей в обществе, осуществляемый для достижения необходимого уровня правовых знаний, выработки глубокого уважения к закону и привычки точного соблюдения его требований на основе личного убеждения. Правовое воспитание способствует укреплению законности и правопорядка в обществе [2, с.14].

Правовая культура влияет на психологию ребенка и на психологические особенности.

Целенаправленная деятельность государственных органов и общественности по формированию у граждан и должностных лиц правосознания и правовой культуры, таким образом, понятие «правовое воспитание» определяет А.В. Малько [3, с.20].

Правовое воспитание – это процесс целенаправленного и систематического воздействия на человека, с целью передачи правовых знаний и формирования правовых взглядов, убеждений, ценностей, и установок [4, с.8].

Кроме того, различают правовое воспитание в широком и узком смысле. Правовое воспитание (в широком смысле) – представляет собой многогранный процесс формирования правовой культуры и правосознания человека под влиянием различных факторов. Правовое воспитание (в узком смысле) – это целенаправленный, управляемый и преднамеренный процесс воздействия на сознание людей с целью формирования необходимого уровня правосознания и правовой культуры.

Более того, под правовым воспитанием понимается деятельность соответствующих субъектов, которая направлена на формирование высокого уровня правосознания и правовой культуры личности, осуществляемая различными средствами и методами, выраженная в разных формах. Правовое воспитание осуществляется действующим правом, так как правовые акты действуют в обществе, регулируют поведение и объективно оказывают влияние на мысли, чувства, волю и сознание членов общества [4, с.16].

Правовое воспитание является довольно сложным и многообразным процессом. Наряду с другими видами воспитания оно направлено главным образом на укрепление правовой идеологии, правовой психологии, правовой культуры, на соблюдение установленных норм и правил поведения, уважение человека, его прав и свобод.

В свою очередь, А.Ф. Никитин рассматривает правовое воспитание через его составные элементы: правовое воспитание состоит в передаче, накоплении и усвоении знаний принципов и норм права, а также в формировании соответствующего отношения к праву и практике его реализации, умении использовать свои права, соблюдать запреты и исполнять обязанности. Отсюда появляется необходимость в осознанном усвоении основных, нужных положений законодательства, выработке чувства глубокого уважения к праву.

Вместе с тем, правовое воспитание затрагивает, наравне с правовыми аспектами жизни общества, также политические, психологические, нравственные и педагогические. Также правовое воспитание имеет неразрывную связь с другими видами социального воспитания, среди которых патриотическое, семейное, нравственное, культурное и т.д. Все они тесно взаимосвязаны, поскольку образуют единый процесс духовного (интеллектуального) воздействия на сознание и поведение людей.

В том числе правовое воспитание представляет собой сложный процесс, включающий в себя следующие составные части [5, с.13]:

- субъекты воспитания, которыми являются органы государства, образовательные учреждения, общественные организации, государственные служащие, политики, преподаватели и др.;
- объекты воспитания, включающие в себя граждан, трудовые коллективы, социальные группы и т.д.;
- содержание воспитания, выражающееся в приобщении людей к политическим и юридическим ценностям, идеям, принципам, информации, опыту и т.д.;

- методы воспитания, такие как убеждение, поощрение, принуждение, наказание;
- формы воспитания: словесные, практические, наглядные.

В системе базового и среднего образования каждый урок несет большую воспитательную нагрузку. В деле правового воспитания особо следует отметить уроки права.

Для обучающегося старших классов общеобразовательной организации дисциплина «право», «правоведение» является важной составной частью социально-гуманитарного образования. «Право» входит в число дисциплин, имеющих приоритетное значение для правовой социализации обучающихся. Целями обучения основам права в общеобразовательной организации являются подготовка условий для развития гражданско-правовой активности, ответственности, правосознания обучающихся, овладение основами правовой грамотности и правовой культуры, навыками правового поведения, необходимыми для эффективного выполнения обучающимися главных социальных ролей в обществе – гражданина, налогоплательщика, избирателя, члена семьи, собственника, потребителя, работника. «Право», как учебный предмет представляет собой основу для формирования социально-правовой компетентности обучающихся, в нем акцентируется внимание на проблемах реализации и применения права в различных правовых ситуациях.

В соответствии с положениями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, учебный предмет «Право» относится к предметной области «Общественные науки». Изучение данной предметной области должно обеспечить:

- сформированность мировоззренческой, ценностно-смысловой сферы учащихся, российской гражданской идентичности, поликультурности, толерантности, верность ценностям, закрепленным в Конституции Российской Федерации;
- осознание предназначения России в многообразном, стремительно меняющемся глобальном мире;
- сформированность навыков критического мышления, анализа и синтеза, способностей обдумывать и сопоставлять методы исследования, присущие общественным наукам;
- формирование целостного восприятия всего многообразия природных, экономических, общественных реалий;
- сформированность умений обобщать, анализировать и оценивать информацию: теории, концепции, факты, имеющие отношение к общественному развитию и роли личности в нем, с целью проверки гипотез и интерпретации данных различных источников;
- владение знаниями о разнообразии взглядов и теорий по тематике общественных наук.

Предметные результаты изучения предметной области «Общественные науки» включают предметные результаты изучения учебного предмета «Право», которые должны отражать (базовый уровень):

- 1) сформированность представлений о понятии государства, его функциях, механизме и формах;
- 2) владение знаниями о понятии права, источниках и нормах права, законности, правоотношениях;
- 3) владение знаниями о правонарушениях и юридической ответственности;
- 4) сформированность представлений о Конституции Российской Федерации как основном законе государства, владение знаниями об основах правового статуса личности в Российской Федерации;
- 5) сформированность общих представлений о разных видах судопроизводства, правилах применения права, разрешения конфликтов правовыми способами;
- 6) сформированность основ правового мышления;
- 7) сформированность знаний об основах административного, гражданского, трудового, уголовного права;
- 8) понимание юридической деятельности; ознакомление со спецификой основных юридических профессий;
- 9) сформированность умений применять правовые знания для оценивания конкретных правовых норм с точки зрения их соответствия законодательству Российской Федерации;
- 10) сформированность навыков самостоятельного поиска правовой информации, умений использовать результаты в конкретных жизненных ситуациях.

Таким образом, учебный предмет «Право» направлен на обеспечение такого уровня правовых знаний, который позволит выпускнику ориентироваться в сложных условиях современной жизни, активно участвовать во всех сферах жизни общества и управления делами государства, а также на повышение уровня правовой культуры, правового воспитания граждан, которые будут участвовать в построении сильного и процветающего государства. В качестве основы усвоения правовых знаний преподаются положения общей теории права и государства, Конституции Российской Федерации, гражданского, трудового, семейного, административного и уголовного права, процессуальных отраслей права [6, с. 90].

Изучение основополагающих отраслей права и, прежде всего, раздела «Основные конституционные права и обязанности граждан в России», позволит сформировать гуманистическое мировоззрение, приобщение молодежи к идеалам свободы, развитие чувства самоуважения, гражданской ответственности, глубокого понимания как своих прав и обязанностей, так и неотъемлемых прав и интересов других людей. Для гражданско-патриотического воспитания важным является то, что обучающийся, должен уметь характеризовать главные причины актуализации вопроса о правах человека в Российской Федерации и современном мире в целом, состояние образования в области прав человека в стране; уметь анализировать роль

прав человека в личной жизни и в жизни общества, процесс приведения национального законодательства в соответствие с международными нормами и стандартами в области прав человека. Изучая данный раздел, следует обратить внимание на работу, которая ведется в Российской Федерации по соблюдению прав человека.

Таким образом, данный курс позволяет ориентировать обучающихся на защиту, как своих прав, так и прав и свобод своего государства, что способствует достижению целей гражданско-патриотического воспитания.

Целью программы является воспитание правовой культуры старших подростков, законопослушного поведения, формирование представлений об основных правах и обязанностях, реализация полученных знаний в практической жизни.

Задачи:

1. Воспитание у старших подростков уважения к закону, правопорядку, правовым нормам; правоохранительным органам.

2. Развитие заинтересованности в правовой сфере со стороны подростков.

3. Обеспечение доступа всех участников образовательного процесса к правовой информации.

4. Формирование у учащихся навыков социальной ответственности.

5. Борьба с непосещением учебных занятий без уважительной причины.

6. Воспитание правовой культуры родителей.

7. Повышение правовой культуры педагогических работников.

Программа предусматривает работу в следующих направлениях:

1. Работа с родителями.

2. Работа с учащимися.

Все мероприятия в соответствии с программой, реализуются во внеурочной деятельности.

Реализация программы предполагает три этапа: подготовительный, практический и обобщающий.

- I. Подготовительный этап включает организационную деятельность. Данный этап содержит комплекс следующих мероприятий:

1. Анализируется состояние профилактической работы за предыдущий период.

2. Проводится информационно-методическая деятельность.

3. Используются контрольно-диагностические методики по выявлению уровня правовой культуры воспитанников.

4. Корректируется программа в соответствии с результатами диагностики уровня правовой культуры учащихся.

5. Разрабатываются положения и другие нормативные документы с целью организации воспитательной работы в общеобразовательной организации.

6. Создаются рабочие группы, ответственные за отдельное направление работы, в составе педагогических работников, учащихся, родителей.

В целях борьбы с непосещением учебных занятий без уважительной причины классными руководителями ежедневно проводится мониторинг пропусков учащимися учебных занятий; в течение трех дней выяснение причины пропусков у родителей.

Заместителем директора по воспитательной работе еженедельно осуществляется информирование администрации школы об учащих, систематически пропускающих учебные занятия, анализируется информация классных руководителей, и ведется учет учащих, пропускающих учебные занятия, контроль работы классных руководителей.

В целях обеспечения доступа участников образовательного процесса к правовой информации запланировано следующее:

1. Информирование о работе «телефона доверия».
2. Обновление уголка правовых знаний.
3. Оформление выставки правовой литературы.
4. Передача перечня ссылок на информационные ресурсы правовой направленности для учащихся и их родителей [7, с. 889].

В завершении можно сделать следующий вывод, что школа должна быть заинтересована в формировании правовой культуры. Правовая культура основа поведения школьника.

### Список литературы

1. Акутаев, Р.М. Правовая культура сквозь призму современной правовой реальности / Р.М. Акутаев // Российская юстиция. – 2013. – № 2. – С. 63-66.
2. Блясова, И.Ю. Проблемы правового воспитания на современном этапе развития общества / И.Ю. Блясова // Актуальные проблемы истории, педагогики и права в условиях глобализации социума : сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф., 14 дек. 2012 г. / Шадр. гос. пед. ин-т. – Шадринск, 2013. – С. 66-69.
3. Бреднева, В.С. Место и роль информационных технологий в формировании правовой культуры общества / В.С. Бреднева // Российская юстиция. – 2012. – № 3. – С. 75-76.
4. Варламова, Н.В. Западная правовая культура: уникальность или универсальность? / Н.В. Варламова // Общественные науки и современность. – 2011. – № 5. – С. 93-104.
5. Васильев, А.А. Концепция правового воспитания в контексте консервативной правовой доктрины России / А.А. Васильев // Юридическое образование и наука. – 2012. – № 3. – С. 11-14.
6. Гасанов, Н.Н. О нравственном и правовом воспитании / Н.Н. Гасанов, Ю.Х. Даибов, М.Д. Магаррамов // Социально-гуманитарные знания. – 2013. – № 3. – С. 188-204.
7. Гришина, А. В. Эхо греческой демократии / А. В. Гришина, И. П. Косцова, М. В. Косцова // Севастополь-Сталинград: одна война, одна история. Посвящается Великой Победе : Материалы и доклады

Всероссийской научно-практической конференции школьников, студентов, аспирантов и молодых учёных, Севастополь, 27–28 апреля 2017 года. – Севастополь: ООО "Рибест", 2017. – С. 150-154. – EDN ZGPKHL.

8. Демин, А.В. Правовая культура и правосознание / А.В. Демин // Демин, А.В. Теория государства и права / А.В. Демин. – М., 2002. – С. 154-157.

9. Косцова, И. П. Воспитание патриотизма на уроках истории и севастополеведения (Результаты анкетирования старшеклассников г. Севастополя) / И. П. Косцова, М. В. Косцова // Пришла Победа в каждый дом : Материалы международной научно-практической конференции, посвященной 71-й годовщине в Великой Отечественной войне, Волгоград, 19 ноября 2015 года / Под редакцией А.Л. Клейтмана, С.В. Прокопова. – Волгоград: Общество с ограниченной ответственностью "Сфера", 2016. – С. 16-25. – EDN XBPDOD.

Научное издание

**СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ**  
материалы I Всероссийской студенческой  
научно-практической конференции