

ISSN 2072-0297

МОЛОДОЙ УЧЁНЫЙ

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ



51 2023
ЧАСТЬ VII

16+

Молодой ученый

Международный научный журнал

№ 51 (498) / 2023

Издается с декабря 2008 г.

Выходит еженедельно

Главный редактор: Ахметов Ильдар Геннадьевич, кандидат технических наук

Редакционная коллегия:

Жураев Хусниддин Олгинбоевич, доктор педагогических наук (Узбекистан)
Иванова Юлия Валентиновна, доктор философских наук
Каленский Александр Васильевич, доктор физико-математических наук
Кошербаева Айгерим Нуралиевна, доктор педагогических наук, профессор (Казахстан)
Куташов Вячеслав Анатольевич, доктор медицинских наук
Лактионов Константин Станиславович, доктор биологических наук
Сараева Надежда Михайловна, доктор психологических наук
Абдрасилов Турганбай Курманбаевич, доктор философии (PhD) по философским наукам (Казахстан)
Авдеюк Оксана Алексеевна, кандидат технических наук
Айдаров Оразхан Турсункожаевич, кандидат географических наук (Казахстан)
Алиева Тарана Ибрагим кызы, кандидат химических наук (Азербайджан)
Ахметова Валерия Валерьевна, кандидат медицинских наук
Бердиев Эргаш Абдуллаевич, кандидат медицинских наук (Узбекистан)
Брезгин Вячеслав Сергеевич, кандидат экономических наук
Данилов Олег Евгеньевич, кандидат педагогических наук
Дёмин Александр Викторович, кандидат биологических наук
Дядюн Кристина Владимировна, кандидат юридических наук
Желнова Кристина Владимировна, кандидат экономических наук
Жуйкова Тамара Павловна, кандидат педагогических наук
Игнатова Мария Александровна, кандидат искусствоведения
Искаков Руслан Маратбекович, кандидат технических наук (Казахстан)
Калдыбай Кайнар Калдыбайулы, доктор философии (PhD) по философским наукам (Казахстан)
Кенесов Асхат Алмасович, кандидат политических наук
Коварда Владимир Васильевич, кандидат физико-математических наук
Комогорцев Максим Геннадьевич, кандидат технических наук
Котляров Алексей Васильевич, кандидат геолого-минералогических наук
Кузьмина Виолетта Михайловна, кандидат исторических наук, кандидат психологических наук
Курпаяниди Константин Иванович, доктор философии (PhD) по экономическим наукам (Узбекистан)
Кучерявенко Светлана Алексеевна, кандидат экономических наук
Лескова Екатерина Викторовна, кандидат физико-математических наук
Макеева Ирина Александровна, кандидат педагогических наук
Матвиенко Евгений Владимирович, кандидат биологических наук
Матроскина Татьяна Викторовна, кандидат экономических наук
Матусевич Марина Степановна, кандидат педагогических наук
Мусаева Ума Алиевна, кандидат технических наук
Насимов Мурат Орленбаевич, кандидат политических наук (Казахстан)
Паридинова Ботагоз Жаппаровна, магистр философии (Казахстан)
Прончев Геннадий Борисович, кандидат физико-математических наук
Рахонов Азизхон Боситхонович, доктор педагогических наук (Узбекистан)
Семахин Андрей Михайлович, кандидат технических наук
Сенцов Аркадий Эдуардович, кандидат политических наук
Сенюшкин Николай Сергеевич, кандидат технических наук
Султанова Дилшода Намозовна, доктор архитектурных наук (Узбекистан)
Титова Елена Ивановна, кандидат педагогических наук
Ткаченко Ирина Георгиевна, кандидат филологических наук
Федорова Мария Сергеевна, кандидат архитектуры
Фозилов Садриддин Файзуллаевич, кандидат химических наук (Узбекистан)
Яхина Асия Сергеевна, кандидат технических наук
Ячинова Светлана Николаевна, кандидат педагогических наук

Международный редакционный совет:

Айрян Заруи Геворковна, кандидат филологических наук, доцент (Армения)
Арошидзе Паата Леонидович, доктор экономических наук, ассоциированный профессор (Грузия)
Атаев Загир Вагитович, кандидат географических наук, профессор (Россия)
Ахмеденов Кажмурат Максutowич, кандидат географических наук, ассоциированный профессор (Казахстан)
Бидова Бэла Бертовна, доктор юридических наук, доцент (Россия)
Борисов Вячеслав Викторович, доктор педагогических наук, профессор (Украина)
Буриев Хасан Чутбаевич, доктор биологических наук, профессор (Узбекистан)
Велковска Гена Цветкова, доктор экономических наук, доцент (Болгария)
Гайич Тамара, доктор экономических наук (Сербия)
Данатаров Агахан, кандидат технических наук (Туркменистан)
Данилов Александр Максимович, доктор технических наук, профессор (Россия)
Демидов Алексей Александрович, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Досманбетов Динар Бакбергенович, доктор философии (PhD), проректор по развитию и экономическим вопросам (Казахстан)
Ешиев Абдыракман Молдоалиевич, доктор медицинских наук, доцент, зав. отделением (Кыргызстан)
Жолдошев Сапарбай Тезекбаевич, доктор медицинских наук, профессор (Кыргызстан)
Игисинов Нурбек Сагинбекович, доктор медицинских наук, профессор (Казахстан)
Кадыров Култур-Бек Бекмурадович, доктор педагогических наук, и.о. профессора, декан (Узбекистан)
Каленский Александр Васильевич, доктор физико-математических наук, профессор (Россия)
Козырева Ольга Анатольевна, кандидат педагогических наук, доцент (Россия)
Колпак Евгений Петрович, доктор физико-математических наук, профессор (Россия)
Кошербаева Айгерим Нуралиевна, доктор педагогических наук, профессор (Казахстан)
Курпаяниди Константин Иванович, доктор философии (PhD) по экономическим наукам (Узбекистан)
Куташов Вячеслав Анатольевич, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Кыят Эмине Лейла, доктор экономических наук (Турция)
Лю Цзюань, доктор филологических наук, профессор (Китай)
Малес Людмила Владимировна, доктор социологических наук, доцент (Украина)
Нагервадзе Марина Алиевна, доктор биологических наук, профессор (Грузия)
Нурмамедли Фазиль Алигусейн оглы, кандидат геолого-минералогических наук (Азербайджан)
Прокопьев Николай Яковлевич, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Прокофьева Марина Анатольевна, кандидат педагогических наук, доцент (Казахстан)
Рахматуллин Рафаэль Юсупович, доктор философских наук, профессор (Россия)
Ребезов Максим Борисович, доктор сельскохозяйственных наук, профессор (Россия)
Сорока Юлия Георгиевна, доктор социологических наук, доцент (Украина)
Султанова Дилшода Намозовна, доктор архитектурных наук (Узбекистан)
Узаков Гулом Норбоевич, доктор технических наук, доцент (Узбекистан)
Федорова Мария Сергеевна, кандидат архитектуры (Россия)
Хоналиев Назарали Хоналиевич, доктор экономических наук, старший научный сотрудник (Таджикистан)
Хоссейни Амир, доктор филологических наук (Иран)
Шарипов Аскар Калиевич, доктор экономических наук, доцент (Казахстан)
Шуклина Зинаида Николаевна, доктор экономических наук (Россия)

На обложке изображена Ада Йонат (1939), израильский учёный-кристаллограф, лауреат Нобелевской премии по химии за 2009 год совместно с Венкатраманом Рамакришнаном и Томасом Стейцем с формулировкой «за исследования структуры и функций рибосомы». Иностраный член Лондонского королевского общества (2020). Йонат является первой женщиной-израильтянкой, которая получила Нобелевскую премию.

Ада родилась в Иерусалиме в бедной семье зеленщика из недавних репатриантов из Польши. Её родители, Гиллель и Эстер Лившиц, поселились в Иерусалиме в 1933 году, и, хотя отец происходил из потомственной раввинской семьи и сам был раввином, плохое здоровье не позволило ему устроиться по специальности. Отец владел продуктовым магазином, но семья Ады еле сводила концы с концами. Жили в тесноте, по соседству с несколькими другими семьями. Ада вспоминает, что книги были единственным, чем она могла занять себя. Несмотря на бедность, родители отправили девочку в школу в престижном районе Бейт-ха-Керем, чтобы дать дочери достойное образование. После преждевременной кончины отца в 1949 году, когда Ада была ещё ребёнком, они с матерью и двухлетней сестрой Нурит переехали в Тель-Авив.

В среднюю школу Йонат пошла в Тихон Хадаш. В детстве для Ады Йонат кумирами были Мария Кюри. Однако в зрелом возрасте Ада подчеркнула, что Кюри уже не является для нее «образцом для подражания». После школы Ада вернулась в Иерусалим, чтобы получать высшее образование, обучаться в колледже.

В 1962 году получила степень бакалавра, а в 1964 году степень магистра наук в Еврейском университете в Иерусалиме. В 1968 году за рентгеноструктурные исследования получила докторскую степень в Институте Вейцмана в Реховоте. В 1969-1970 годах работала в США, в том числе в Массачусетском технологическом институте. С 1988 года преподаёт на отделении структурной биологии Института Вейцмана.

Будучи постдоком в Массачусетском технологическом институте, Ада провела некоторое время в лаборатории Уильяма Н. Липскомба-младшего, лауреата Нобелевской премии по химии 1976 года из Гарвардского университета. В лаборатории она была вдохновлена исследованием химии крупных биологических структур.

В 1970 году Йонат основала лабораторию кристаллографии белков, которая почти десять лет была единственной в Израиле. Затем, с 1979 по 1984 год, руководила группой с Хайнцем-Гюнтером Виттманном в Институте молекулярной генетики Макса Планка в Берлине. Была приглашенным профессором на бывшем факультете биохимии и теоретической биологии в Калифорнийском университете в Чикаго в 1977 и 1978 годах. В 1986-2004 гг. она возглавляла исследовательский отдел Института Макса Планка в DESY в Гамбурге, параллельно занимаясь исследовательской деятельностью в Институте Вейцмана.

Исследования механизмов, лежащих в основе биосинтеза белков с помощью рибосомной кристаллографии были начаты более двадцати лет назад. В 2000-2001 гг.

Йонат объяснила способы действия более двадцати различных антибиотиков, нацеленных на рибосомы, осветила механизмы лекарственной устойчивости и синергизма, расшифровала структурную основу селективности антибиотиков и показала, каким образом она играет ключевую роль в клинической полезности и терапевтической эффективности, тем самым проложив путь способ создания лекарств на основе структуры. Чтобы сделать возможным рибосомную кристаллографию, Йонат представила новую технику, криобиокристаллографию. Так как кристаллы почти сразу разрушались, она с группой учёных решила эту проблему путём охлаждения кристаллов до -185°C . Криобиокристаллография стала обычным делом в структурной биологии и позволила реализовать сложные проекты, которые до этого считались трудоёмкими.

Исследования воздействия антибиотиков на рибосому, а также механизмов сопротивления организма антибиотикам стали важным шагом в процессе изучения клинической эффективности лекарственной терапии.

В 2016 году вместе с сотней других Нобелевских лауреатов подписала письмо с призывом к Greenpeace, Организации Объединенных Наций и правительствам всего мира прекратить борьбу с генетически модифицированными организмами (ГМО).

В настоящий момент Ада Йонат возглавляет Центр биомолекулярной структуры имени Элен и Милтона Киммельман при Институте Вейцмана в Реховоте.

*Информацию собрала ответственный редактор
Екатерина Осянина*

СОДЕРЖАНИЕ

СОЦИОЛОГИЯ

- Кильпа Е. И., Студеникина Е. С.**
Теории изучения профессий и профессиональных траекторий в социологии.....421
- Куртанова А. Б.**
Социальная работа в сфере организации досуговой деятельности детей 423
- Chilingaryan V. V.**
Journalism and Ethics..... 424

ПСИХОЛОГИЯ

- Беликова Я. С.**
Психологическое время личности..... 427
- Волкова Е. А., Сухарева Е. Д.**
Психиатрическая помощь больным на разных стадиях рака 430
- Воронцова В. В.**
Основы психического здоровья и психосоматическая физическая тренировка 432
- Заворуева Э. Р.**
Отношение к семье и браку у современной молодежи 434
- Зайцева О. М.**
Особенности совладающего поведения у сотрудников правоохранительных органов с разным стажем профессиональной деятельности.....437
- Логинова Ю. А.**
Исследование психологических особенностей мужчин и женщин в период возрастных кризисов взрослости 439
- Павлютин М. А.**
Возможности коррекции агрессии у подростков с компьютерной игровой зависимостью 444

- Плоткина Ю. С.**
Организационно-психологические аспекты наставничества и его внедрения в подразделениях МЧС России 446

- Половинкин В. В.**
Отношение студентов младших курсов спортивного вуза к своему телу..... 448

- Салахян А. К.**
Ценности и ценностные ориентации супругов 449

- Фролова Л. А., Кладова О. Н., Михайлова Ю. С., Севрюкова Е. С., Самоделко А. С., Алиштраф Е. А., Дунаева А. Л., Плохотник Т. А.**
Роль семейных стилей в формировании аддиктивного и аутоагрессивного поведения ..451

- Чекунова А. Е., Бурец Ю. М.**
Влияние эмоционального состояния человека на внешнюю жестикуляцию и мимику 455

- Чумакова И. В.**
Снижение тревожности младших подростков посредством арт-терапии461

- Шелепина Е. С.**
Особенности развития самосознания детей родителей с разным уровнем жизнестойкости 463

- Шелепина Е. С.**
Влияние жизнестойкости родителей на самосознание детей 466

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

- Коберник П. С.**
Популяризация спорта среди детей младшего школьного возраста через мультфильмы и книги 470

- Романова Е. О.**
История волейбола: от скромного начала к международному признанию.....472

Семёнова Е. А.

Анализ физической подготовки сотрудников пенитенциарных систем в зарубежных странах и в РФ474

Трофимова Д. И., Бобровская В. В.

Значение различных видов спорта в деятельности сотрудников уголовно-исполнительной системы 475

КУЛЬТУРОЛОГИЯ**Котиев В. И.**

Национальный костюм как элемент традиционной культуры народов Северного Кавказа..... 478

Олешкевич К. И., Гракова С. С.

Влияние креативных кластеров на инновационное развитие современных городов 482

ФИЛОЛОГИЯ, ЛИНГВИСТИКА**Бражникова Д. Ю.**

Трудности перевода научно-популярной литературы в сфере искусственного интеллекта 485

Горюнов Н. С., Кокора Ю. В.

Терминология в юридическом английском языке: синонимы и сложности их перевода 487

Кумпан В. С., Кокора Ю. В.

Юридический английский в деловой документации 488

Хасанова Д. Д.

К вопросу о теоретических основах вариативности орфоэпической нормы русского языка 490

ПРОЧЕЕ**Демченко А. А., Алиева С. А.**

Массовое сознание как объект манипуляции в условиях информационной войны..... 492

Масляков В. В., Михневич А. В., Зубрийчук А. С., Лозовская В. В.

Особенности пожарной безопасности в общественных местах 493

Поспелова В. С.

Этические аспекты журналистского расследования: проблемы и решения 495

СОЦИОЛОГИЯ

Теории изучения профессий и профессиональных траекторий в социологии

Кильпа Елена Игоревна, студент магистратуры;
Студеникина Елена Станиславовна, кандидат социологических наук, доцент
Кубанский государственный университет (г. Краснодар)

В статье рассматриваются различные теории, с позиции которых исследуются профессии и профессиональные траектории: даётся анализ идеям таких социологов, как М. Сакс, Э. Дюркгейм, А. Флексиер, Т. Парсонс, М. Р. Смит, Р. Дингуэлл, М. Вебер. Представлены признаки профессии в позиции разных подходов, определены особенности исследования профессиональных траекторий на современном этапе.

Ключевые слова: профессия, профессиональная траектория, разделение труда, социальное неравенство, структурно-функциональная теория, стратификационная теория, макро- и микроуровни.

На протяжении продолжительного времени исследование профессий и профессиональных траекторий в социологии носило точечный характер. Как правило, фрагменты подобных исследований входили в состав общесоциологических теорий, а также в отдельные разделы социологии (например, в раздел «Экономическая социология»).

Со временем начали своё формирование самостоятельные социологические подходы к изучению профессий и профессиональных траекторий.

М. Сакс выделил ряд подходов к изучению профессий с позиции социологии: функционалистский, интернационалистский, неомарксистский, структуралистский и монополистический [4].

К настоящему времени сформированы отдельные социологические концепции профессий и профессиональных траекторий. Они разделены по определённым уровням социологического анализа.

Первая группа социологических концепций и теорий исследует профессии и профессиональные траектории на макроуровне в качестве соответствующих структурных образований. Данная теория берёт своё начало в трудах К. Маркса, Г. Спенсера, Э. Дюркгейма. Так, Г. Спенсер писал о том, что отдельные профессиональные группы возникли в ходе разделения труда. И в связи с тем, что в человеческом обществе продолжается социальная эволюция, со временем возникают всё новые и новые профессии, которые впоследствии также образуют целые группы. Функция образующихся профессиональных групп состоит в объединении и сплочении людей одной профессиональной принадлежности, защите их интересов, дальнейшем профессиональном росте в данном направлении.

В основе данной теории лежат позитивные убеждения о профессионалах как о людях, владеющих определёнными навыками, намеренными развивать их и приносить пользу обществу своими профессиональными качествами. Результатом при этом становится повышение уровня жизни.

Карл Маркс полагал, что возникновение профессий напрямую связано с развитием рыночных отношений. Первое профессиональное действие возникло в ходе появления обмена в человеческом обществе. Появление отдельных профессий произошло на основе разделения труда и возникновения понятия «товар» [3].

Э. Дюркгейм создал масштабный труд под названием «О разделении общественного труда. Метод социологии» в 1893 году. Здесь он рассматривает возникновение многообразия профессий как результат появления социального неравенства. При этом в профессиональных группах он видел инструмент, способствующий сглаживанию индивидуального эгоизма. Однако на это способна не любая профессиональная группа: она должна быть структурированной и организованной. В качестве образцовых профессиональных групп автор отмечал профессиональные объединения врачей, педагогов, судей, священников, полагая, что в данных специализациях присутствует глубокая профессиональная этика. Дюркгейм противопоставлял этим объединениям профессии «экономического» характера: предпринимателей и наёмных работников, которые считал распространителями индивидуального эгоизма и усиления конфликтов в профессиональной сфере [2].

А. Флексиер в своей работе «Является ли социальная работа профессией?» выделяет ряд определённых критериев профессиональной деятельности: интеллектуальный

характер труда, научная основа профессии, высокая степень личной ответственности профессионала, существование определённой системы профессионального обучения, общественная польза профессии. Данная работа стала базовой для изучения профессий и профессиональных траекторий в западной социологии [7].

В основе структурно-функциональной теории изучения профессий и профессиональных траекторий положено учение Т. Парсонса [8]. Этот социолог разделяет понятия «профессия» и «занятие». Он полагал, что занятия включают в себя большое многообразие форм деятельности (общественная работа, бизнес и т.п.). При этом профессиями могут быть только ограниченные формы интеллектуального труда, а именно деятельность врачей, юристов, преподавателей и священнослужителей. Развитие общества во многом связано с успешностью деятельности профессионалов. Отличие профессионалов от бизнесменов в первую очередь связано с бескорыстием первых и преобладанием альтруистического подхода в трудовой деятельности. Парсонс выделяет следующие черты, характерные для профессии: профессиональное образование, профессиональные компетенции, общественные условия, которые определяют эффективность и полезность образования и умений профессионала.

Стратификационная теория изучения профессий и профессиональных траекторий в социологии характерна для современных западных социологов. В соответствии с данной теорией профессии и профессиональные группы лежат в основе социального неравенства. Так, М. Р. Смит в 2002 году указывал, что существуют категории населения, которые имеют профессию значительно более низкого уровня по сравнению с остальными представителями населения. При этом основным критерием является уровень заработной платы. Это может быть обусловлено различными факторами: например, особенностями образования, гендерными факторами и др. При этом такая проблема, как низкий уровень оплаты труда профессионала, нередко связывают с принадлежностью к какой-либо социальной группе [5].

Р. Дингуэлл, также основываясь на стратификационной теории, отмечает, что сами профессии, а соответственно и профессиональные траектории, не являются константным понятием: в связи со сменой общественных условий, с повышением уровня развития общества происходит изменение особенностей профессиональной деятельности. Какие-то профессии становятся ненужными и постепенно исчезают, какие-то, напротив, приобретают особую актуальность, а ещё ряд профессий только появляется. При этом автор указывает, что существует преемственность между разными профессиональными группами [6].

С позиции микросоциологического анализа профессии и профессиональные траектории рассматриваются с позиции особенностей профессиональных коммуникаций, взаимосвязи, существующей между профессионалами. Основателем данного подхода является М. Вебер. Он полагает, что особенности профессиональной деятельности не стоит сводить только к экономическому и социальному устройству: важно принимать во внимание жизненный путь индивида, его способности, склонности, качества личности, интересы и многое другое. Во многом все эти особенности определяют тот профессиональный класс, в которых входит индивид: класс собственников, класс стяжателей, социальный класс. Те индивиды, которые имеют профессию, относятся к стяжательному классу. Данный автор рассматривает профессиональную деятельность как творческую и полагает, что к этому понятию применимо слово «призвание». Например, призвание для политика — это стремление сделать лучше жизнь народа, и только обладание данным качеством сделает из политика истинного профессионала [1].

На современном этапе развития социологии при изучении профессий и профессиональных траекторий, как правило, используется интегративный подход. Он предполагает изучение различных особенностей профессий профессиональных траекторий с использованием различных концепций. При этом оптимальный подход может быть обеспечен, если используются макро- и микроподходы.

Литература:

1. Вебер, М. Основные понятия стратификации // Социологические исследования. — 1994. — № 5. — с. 147–156
2. Дюркгейм, Э. О разделении общественного труда. Метод социологии. М.: Наука, 1991. — 575 с.
3. Маркс, К. Капитал // Маркс К., Энгельс Ф. Соч. 23 т. М.: Госполитиздат, 1960. — 907 с.
4. Сакс, М., Олсон Дж. Социология профессий: государство, медицина и рынок в Великобритании // Профессиональные группы интеллигенции / Отв. ред. В. А. Мансуров. М.: Изд-во Института социологии РАН, 2003. — с. 36–56
5. Смит, М. Р. Анализ рынков труда в канадской социологии // Экономическая Социология. — 2003. — Т. 4. — № 5. — с. 95–117.
6. Dingwall, R. Professions and social order in a global society // Revista Electrónica de Investigación Educativa. — 2004. — Vol.6 — №. 1.
7. Flexner, A. Is Social Work a Profession? // Research on Social Work Practice. — 2001. 11: 152
8. Parsons, T. Professions and social structure // Social Forces. — 1939. Vol. 17. — № 4. — P. 457–467

Социальная работа в сфере организации досуговой деятельности детей

Куртанова Алтынгугль Бауржановна, студент
Югорский государственный университет (г. Ханты-Мансийск)

Досуг традиционно представляет собой одну из важнейших сфер жизнедеятельности детей. Свободное время является одним из важных компонентов формирования индивидуальности молодого человека. В данной статье рассматривается теоретический анализ досуговой деятельности, включающий в себя определение, виды, причины возникновения отсутствия досуга у детей, а также знания по вопросам социальной работы в сфере организации досуговой деятельности детей. Разработать практические рекомендации по совершенствованию социальной работы в ней.

Ключевые слова: досуговая деятельность, социальная работа.

Social work in the field of organization of leisure activities of children

Kurtanova Altyngul Baurzhanovna, student
Ugra State University (Khanty-Mansiysk)

Leisure traditionally represents one of the most important spheres of children's life. Free time is one of the important components of the formation of a young person's personality. This article discusses the theoretical analysis of leisure activities, including the definition, types, causes of the lack of leisure for children, as well as knowledge on social work in the field of organization of leisure activities for children. Develop practical recommendations for improving social work in it.

Keywords: leisure activities, social work.

Досуговая деятельность — это активная деятельность человека, направленная на удовлетворение собственных потребностей в познании себя как личности. Традиционно является неотъемлемой частью жизни каждого человека, но, на сегодняшний день, больше всего в этом нуждается подрастающее поколение. Они представляют собой особую социальную группу, наиболее восприимчивую к социокультурным инновациям, которые по-разному влияют на формирование личности.

Основными ценностями досуга является отдых и движение, служащие для восстановления физического и духовного спокойствия. Эти ценности важны в жизни общества для снятия напряженности, стабилизации своего организма, саморазвития, предотвращения общественных конфликтов, коммуникации, развлечений и т. д. Прежде всего, к досуговой деятельности детей необходимо подходить как к средству воспитания и самовоспитания, формирования всесторонне развитой личности. При выборе и организации тех или иных занятий, форм досуговой деятельности необходимо учитывать их воспитательное значение, четко представлять, какие качества личности они помогут сформировать или закрепить в человеке.

Различают следующие виды досуговой деятельности:

1. восстановление различных сил личности. Представлена разнообразными играми, развлечениями и иными видами активной деятельности.
2. повышение образованности и приобщению к духовным ценностям. Представлена чтением книг, посещением театров, музеев и т. д.
3. развитие способностей человека, через его активную творческую деятельность. Представлена науч-

но-исследовательской, художественно-театральной, технической и спортивно-игровой деятельностью.

4. потребности человека в общении. Включает в себя культурные встречи, танцы, тематические вечера, кружки и т. д.

5. целенаправленная творческая деятельность Представлена смотрами, конкурсами, летними лагерями, туристическими походами, клубными объединениями и т. д.

Досуг делится на традиционный и современный. К первому типу относятся традиционные ремесла, цветоводство, рукоделие. Ко второму, в силу глобализации и развитию цифровизации, приобретаются новые возможности. Например, такие, как граффити, Интернет и компьютерные игры. Также важно отметить, что выбор типа досуга определяется определенными условиями и факторами. В целом это осуществляется под влиянием объективных и субъективных факторов. Во-первых, основой досуга являются потребности, от которых зависит выбор досуга. Во-вторых, та или иная сфера может потребовать определенных материальных и финансовых затрат. В-третьих, на выбор типа, разнообразия и формы досуга напрямую влияет социокультурная среда общества. [1]

Дети зачастую не понимают, как провести свой досуг. Причина, служащая этому, является недостаточное умение самостоятельно организовать свой досуг. У каждого ребенка есть свой интерес к тому или иному виду деятельности. Поэтому социальному работнику, родителям или законными представителями необходимо вовремя выявить этот интерес и помочь ребенку реализовать свои силы и возможности. Проводятся индивидуальные работы с детьми, организуют работу дневного пребывания

детей и матерей, семейные и детские праздники, соревнования и конкурсы, разнообразные мастер-классы, с целью заинтересовать ребенка к той досуговой деятельности, в которой он будет проявлять заинтересованность.

Подводя итог можно сформулировать ряд практических рекомендаций, направленных на совершенствование профессиональной подготовки социальных работников в сфере досуговой деятельности.

1. Обеспечить в структуре многоуровневого образования тесное единство довузовского, вузовского и послевузовского этапов подготовки специалистов. В системе до профессиональной подготовки и профориентационной работы поощрять создание спецклассов, факультативов, кружков социально-педагогической направленности, привлекать учащихся к благотворительной деятельности в службах социальной помощи и психологической поддержки. Расширить сеть высших учебных заведений (факультетов) для подготовки специалистов

в области социальной работы в сфере досуга. Осуществлять индивидуально-дифференцированный подход к повышению квалификации социальных работников — организаторов досуговой деятельности. Тщательно проводить диагностику профессиональной пригодности молодых специалистов, получающих ускоренную подготовку (переподготовку) по специальности «социальный работник».

2. Ускорить разработку средств дидактического и информационного обеспечения подготовки социальных работников, в том числе организаторов досуговой сферы.

3. Всемерно повышать общественный статус и престиж профессии социального работника, используя в этих целях разнообразные меры морального и материального поощрения.

Выполненное исследование, естественно, не исчерпывает рассматриваемой проблемы. Изыскания в этой области могут существовать.

Литература:

1. Ионова, О. В. Ценности досуговой сферы студенческой молодежи // Известия ВУЗов. Поволжский регион. Общественные науки. 2016. № 2 (38). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tsennosti-dosugovoy-sfery-studencheskoy-molodezhi>
2. Евтеева, Г. А. Психолого-педагогические основы использования свободного времени; Автореф. дас..д-ра пед. наук. Л., 1980 — 40 с.
3. Черкасова, Г. В. Теория и методика культурно-досуговой деятельности // Учебно-методическое пособие. URL: https://krasnokkult.krd.muzkult.ru/media/2021/01/14/1244621574/POSOBIE_KDD_2.pdf
4. Гуров, В. Н., Селюкова Л. Я. Социализация личности: социальный педагог, семья и школа: Учеб. пособие. Ставрополь, 1993. 181 с. — 138

Journalism and Ethics

Chilingaryan Vladimir Vyacheslavovich, graduate student
Russian-Armenian University (Yerevan, Armenia)

In this article, the author briefly highlights the problems and current challenges that are connected to ethics of the journalistic activity, specifically in the 21st century.

Keywords: *ethics, journalism, tenets, 21st century.*

It is quite understandable that any job or legal, at least within the governmental understanding of the word, activity has a set of standards that shape the way a product is made or an activity is conducted. It is quite imperative to keep true to such rules, or principles if you may, to adhere not only to rules but to the better side of the human nature as well. The same can be said about ethics.

According to Oxford Dictionary, ethics are moral principles that control or influence a person's behavior. While the definition is quite straightforward, the implications of the existence of such rules is that morality should be playing a big role in how people behave and hold themselves. However, the ethics and their priority may vary from one profession to the other.

Journalism is, in actuality, one of those professional fields, in which ethics not only is important but is pivotal to the idealistic concept of professional activity.

At its core — Journalism is creation and distributions of events, facts and other types of information that the public may encapsulate as news. As such, this would require a great deal of freedom of action to accomplish such an endeavor, which means that the limits of the journalistic grasp are quite lax. With that said, it is important to understand that those limitations are still installed by the government to protect its citizens from any malicious or unlawful actions. But those limitations are instilled by outside sources. The moral and ethical side of journalism is what keeps it honest to its true purpose.

For us to understand the reason why the ethics are so important to journalistic activity, we must first dig deeper into what its core principles actually are. According to the International Federation of Journalists there is a multitude of principles and requirements for journalistic activity. Since ethical principles are mostly considered to be those that are regulating the factors outside of legal rights, they may seem somewhat obvious in their phrasing, for example:

- People have the right to receive truthful and verified information.
- The journalist's loyalty should be to objective reality.
- A journalist is socially responsible for their informational material.
- A journalist should be honest and objective.
- A journalist must respect other people's dignity and right for privacy.

As can be seen from the examples, all of these tenets focus on pursuing the truth, standing by freedom and justice, all the while keeping the journalist's credibility intact by staying neutral and unbiased. Such a task is quite difficult to perform and is one of the major challenges of journalism.

The main problem of the ethics, however, is keeping by them at all times. And as time passes, it becomes more and more difficult to preserve the journalistic purity. The ethical challenge is not something that can be taken slightly. It is a multifaceted problem that requires analysis from multiple angles and points of views. The reason for that, would be in the underlying nature of ethics, as a whole. Since ethics is a conceptual set of field-specific rules, not everyone feels they apply to them. The human nature is intrinsically connected to the challenges ethics face and often is, as it turns out, becomes the main offender in ethical dilemmas. Out of more commonly spoken about ethical problems it is perhaps most useful to highlight:

- Biased review of events;
- Misinformation and propaganda fed by various parties controlling the journalistic source for reasons of information warfare, individual profit of any kind, etc;
- Unlawful ways of extracting information for the piece of news;
- And last but not least is the restriction of other people's freedom in order to get the required by the journalist material.

As already mentioned above, ethical dilemmas arise due to human nature first and foremost. With that in mind it is important to pay attention to what exactly pushes people to ignore the idealistic and pure nature of journalism. The answer to such a query was never easier to find. Such things as greed and simple laziness are so common in our world, however they become exceptionally malicious in the field of journalism. Be it for the sake of expanding their own influence or perhaps simply out of spite, a journalistic agency may publish a critical and negative review of a product or business, which may result in irreparable damage. Nevertheless, just as there are laws that protect a journalist's integrity and freedom of speech, there are also laws that protect people and their endeavors from journalistic malpractice. However, it is impossible to truly fix something in such a case, as the public, while being the direct target

audience for the journalism, is volatile and as a whole is prone to jump out of control.

There are heaps of stories of people ruined by journalistic maliciousness or simple mistakes. One such case is an especially grim one — the case of Gino Girolimoni or, as he is also known — the Monster of Rome. Gino was a simple photographer who got into a lot of trouble due to the wrongful accusation of being a child killer by the local police and journalistic organizations. Girolimoni was prematurely described in the news outlets as the killer, who was finally caught, all the while, the evidence was quite untrustworthy or even completely fabricated. After he was released, due to the discrepancies in evidence, his proof of innocence was of little interest to the news agencies looking for the next big story. He died of poverty with his reputation and integrity tarnished.

Another similar case tells us of a man, who is well known to the modern public — Johny Depp. Without going into the finer details of his cautionary tale, his story is of a high-profile case, in which he was accused of being «a wifebeater», as said by the Sun, one of the bigger UK newspapers. Domestic abuse allegations came from his now-divorced wife Amber Heard and were discussed by the whole world. The media lost no time jumping the wagon with the coverage and premature lynching, propagating that Depp was indeed the monster he was portrayed. This resulted in Depp losing a considerable amount of money. In addition, due to his newfound infamy he was rejected by the filmmaking industry, losing out even on filming jobs that he had already started. After a considerable amount of time spent proving his innocence Depp started to recover, however there are some things that one can't get back after such a downfall.

Most often than not, the public creates its own opinions based on the information presented in the media, however the public is not exclusive in its creation and use of bias. Another negative trait so often seen in modern journalistic articles, it is becoming ever more present due to the rise of citizen journalism and casual information sharing in social media that is passed as news among younger generations. Additionally, while it is understandably hard to be objective and impartial all the time, since that would require complete separation of personal beliefs and preferences from one's own life, some may also inquire that staying impartial in an attempt to be more objective can limit the view of the actual events, showing the wrong story and, as a result, still breaking the ethics a journalist should keep by.

Laziness and greed, strive for more dramatic and eye-catching content, lack of objectivity and simple carelessness and disinterest in real-life consequences among the others already mentioned — these are all symptoms of an unethical journalist or agency. Professionals — have standards. The journalistic ethical dilemmas are borne from lack of compassion and love to the fellow human and it is especially seen in the 21st century. In the digital age, humanity has learned quite a few new ways to distribute information, specifically through Internet platforms like social media and websites. With the new and improved outreach, the journalistic influence grows and

so should the responsibility for the journalist's actions. Nowadays the distrust of media and journalism specifically has never been higher. With the introduction of the digital information sources, the strive for better content has given its place up to dramatic, attention-grabbing style of texts and headlines since those collect online views much quicker. With that said, providing ethically content material is just not as profitable as the dramatic and most often overexaggerated news that sell much better.

The more pressing factors leading to such an outcome are closely connected to the age we live in than to anything else:

— The oversaturation of content desensitizes consumers, making them less interested in usual or more based content, making journalists compete for attention with wild stories and facts;

— The more — the merrier is a phrase that only works for parties. More and more journalism agencies are created every year, and with the increasing competition it is imperative to be ahead with the next big story that will shake the world;

— With the introduction of digital platforms and rising public distrust towards traditional mass media, people turn

their attention to influencers and citizen journalists, who are becoming detrimental to traditional journalists;

— The new breakthroughs in technology make it exceedingly difficult for a journalist to provide authentic information. The opportunities to fabricate text and now, with the introduction of neural networks and AI software, audio and video materials it has become exceptionally hard to distinguish truth from lie;

— All of this is exacerbated by the time crunches and the number of deadlines. The more negative changes in work standards and/or regulations may push some journalists to more efficient ways of being on schedule, which albeit sacrifice the ethical purity of their work.

All in all, the ethical problem is, at the core, not something that one must overcome, but — something that one must avoid. Being ethically responsible is time- and energy-consuming. Being true to yourself and to the people you enlighten, to find and check all the information used for the writing of an article piece, remain neutral and unbiased while highlighting events — all of this is hard work, and perhaps the most difficult part of the journalistic activity there is.

References:

1. Core principles of journalism; <https://www.ifj.org/who/rules-and-policy/global-charter-of-ethics-for-journalists>
2. Amend E., Kay L., Reilly R. C. Journalism on the spot: Ethical dilemmas when covering trauma and the implications for journalism education // *Journal of Mass Media Ethics*. — 2012. — Т. 27. — №. 4. — с. 235–247.
3. Eberholst M. K., Hartley J. M., Olsen M. B. Between ideals and practice: Journalism students facing ethical dilemmas in online newsroom teaching—Lessons from Denmark // *Journalism & mass communication educator*. — 2016. — Т. 71. — №. 2. — с. 189–202.
4. Izard R. S., Hesterman V. *Ethical Dilemmas and Modern Journalists*. — 1985.
5. Проскурякова А. В. *Международные принципы журналистской этики*.

ПСИХОЛОГИЯ

Психологическое время личности

Беликова Яна Сергеевна, студент магистратуры

Научный руководитель: Мосина Наталия Анатольевна, кандидат психологических наук, доцент
Красноярский государственный педагогический университет имени В. П. Астафьева

В статье автор исследует развитие психологического времени у учащихся 1-го, 4-го и 9-го классов.

Ключевые слова: психологическое время, временная ориентация, зоны прошлого, настоящего, будущего, взаимосвязь.

Исследование уровня психологического времени личности — актуальная тема для психологов и других специалистов. Овладение временем — одна из важнейших задач для развития личности в наше время, так как мы живем в век информационных технологий, которые способствуют быстрому протеканию социальных изменений, влияющих на психологическое состояние личности.

Базовые представления о временной перспективе были заложены такими зарубежными исследователями, как Ф. Зимбардо Ж., Нюттен Л., Франк. В отечественной психологии «психологическое время» исследовалось в рамках разных подходов: психофизиологический (С. Г. Геллерштейн, И. П. Павлов, И. М. Сеченов, А. А. Ухтомский, К. Д. Ушинский) и индивидуально-типологический (К. А. Абульханова-Славская, Б. Г. Ананьев, Е. И. Головаха, А. А. Кроник, С. Л. Рубинштейн) [3].

Проанализировав подходы к изучению психологического времени в трудах зарубежных и отечественных ученых, в нашей работе, вслед за Е. И. Головаха и А. А. Кроник, мы понимаем «психологическое время» как специфическую организацию временных переживаний и восприятия времени субъектом в процессе психической деятельности [1].

Нами было проведено исследование особенностей развития психологического времени личности на базе МБОУ Школа № 93, г. Железногорска. В исследовании приняли участие 60 человек. 20 учеников 1-го класса, 20 учеников 4-го класса и 20 учеников 9-го класса. Нами был подобран диагностический комплекс для исследования психологического времени личности: «Опросник временной перспективы Зимбардо» (ZPTI), графическая методика «Круги Коттла» и битовая методика «Got rhythm».

В ходе исследования нами были получены следующие результаты (рис. 1).

На рисунке 1 мы видим, что развитие психологического времени учащихся 1-го класса находится на низком

(50 %) и на среднем (50 %) уровнях. Это связано с тем, что дети только начинают осваивать понятия времени (день, ночь, времена года и т. д.) адаптируются к новому графику (раннее пробуждение, уроки, перемены, кружки, секции и т.п.).

У учащихся 4-го класса у 10 % респондентов — низкий уровень развития психологического времени, у 55 % — средний и у 35 % — высокий. Это говорит нам о том, что к концу начальной школы основные временные понятия уже все изучили, могут ими владеть, дифференцировать. Но многие из детей еще не осознали связь между временными зонами прошлого, настоящего и будущего и не осознали важность планирования и расставления приоритетов.

У учащихся 9-го класса развитие психологического времени на среднем (60 %) и высоком (40 %) уровне. В ходе исследования было выяснено, что большинство старшеклассников не проживают жизнь здесь и сейчас, они скорее «оторваны» от настоящего и устремлены только в будущее. Это связано с этапом взросления, где им нужно принять непростой выбор и ответить себе на вопрос «кем мне быть?» и «куда пойти?».

Нами была разработана программа и реализована на группе учащихся 4-го класса. Цель программы группового консультирования: повышение уровня развития психологического времени; развитие умения эффективно управлять своим психологическим временем, умения эффективно планировать, организовывать и контролировать свои занятия и задачи.

Задачи программы:

1. Повышение осознанности. Разработка навыков осознания текущего состояния времени и распределения его на различные задачи и планы.

2. Улучшение планирования. Развитие способностей к составлению реалистичных и достижимых планов действий на день, неделю, месяц и год.

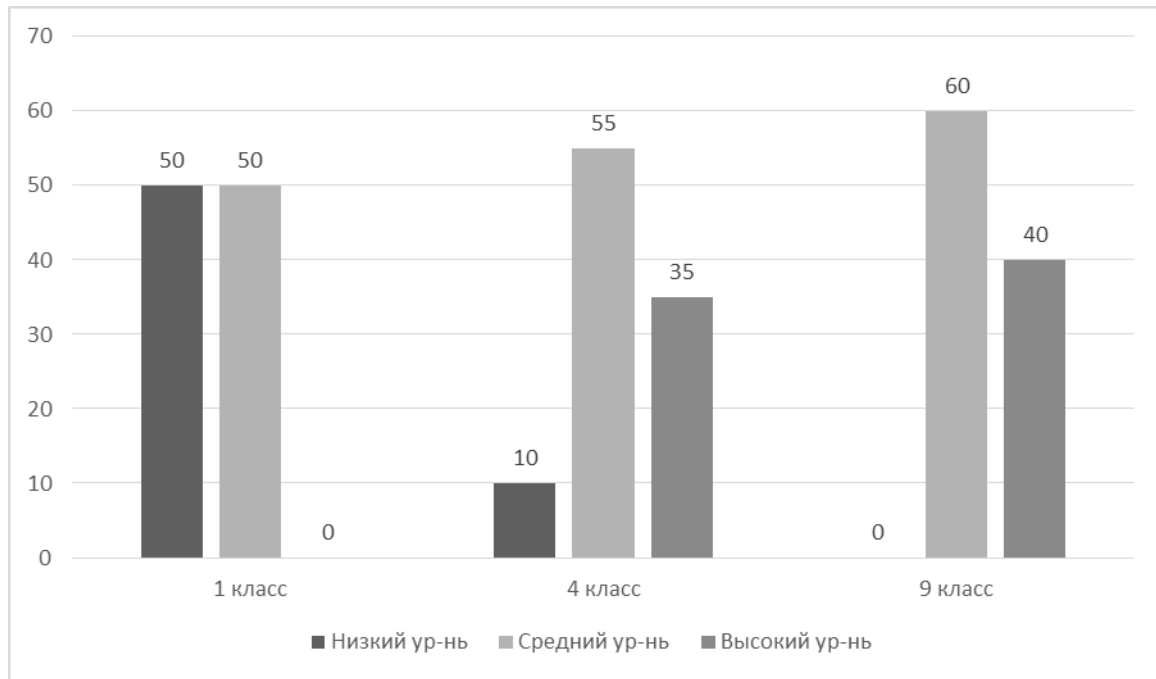


Рис. 1. Развитие психологического времени личности у респондентов 1, 4, 9 классов в %

3. Определение приоритетов. Помощь в осознании и установлении приоритетов в задачах и планах, чтобы использовать время эффективнее.

4. Развитие навыков организации работы. Усовершенствование методов организации работы, включая правильное распределение времени, оптимальное распределение ресурсов и использование эффективных инструментов.

5. Развитие навыков контроля. Развитие навыков контроля за своим временем, оценки результата и коррекции планов при необходимости.

6. Закрепить положительные изменения клиентов.

Мы создали экспериментальную группу учащихся 4-го класса из 8 человек.

Программа состоит из 3-х этапов:

- 1) Вводный (2 встречи)
- 2) Основной (7 встреч)
- 3) Закрепляющий (1 встреча)

1 этап. Вводный этап направлен на установление контакта между участниками группы, знакомство, установление доверительных отношений и определение целей посещения данных встреч. Включает в себя 2 консультативные встречи.

В ходе первой встречи происходит взаимопрезентация участников (техника «Взаимные презентации»), далее установление доверительной атмосферы (упражнение «Рукопожатия»), знакомство с понятием психологического времени (Сказкотерапия с использованием кукол «Сказка о потерянном времени»), творческая работа (Придумать конец сказки). Рефлексия. Домашнее задание на 1-й встрече не предусмотрено.

Вторая встреча направлена на осознание проблемы психологического времени каждого. Беседа на тему «Как время успеть?», техника «Знаю — не знаю — хочу узнать».

2 этап. Основной этап направлен на развитие психологического времени личности, успешной организации собственной деятельности, развитие навыков планирования. Разделен на 2 смысловых блока:

1) Временные представления. Включает в себя техники и упражнения: упражнение «Пульс» и «От сердца к сердцу», упражнение «Ориентировка во времени» упражнение «Прошлое-настоящее-будущее», техника «Здесь и сейчас», Упражнение «Присоединение к будущему», Методика рисуночных метафор «Жизненный путь», техника «Мой идеальный день», упражнение «Путешествие в прошлое и будущее», упражнение «Время дыхания», «Часы-циферблат», «Построение временной шкалы», «Временная линия жизни» и т. д.

2) Управление временем. Включает в себя техники и упражнения: упражнение «Распределение времени», «Матрица Эйзенхауэра», «Что в твоём сундучке?», «Найди ошибку», «Мост в будущее» и т. д.

3 этап. Заключительный Этап направлен на рефлексия изменения каждого из участников, закрепление положительного опыта, формирование нового способа действия и его закрепление, обратная связь от участников, выполнение техники «Знаю — не знаю — хочу узнать», анализ и рефлексия, творческая работа.

После прохождения респондентами развивающей программы нами был проведен формирующий эксперимент. Диагностический комплекс для исследования психологического времени личности остался неизменным, мы использовали: «Опросник временной перспективы Зимбардо» (ZPTI), графическая методика «Круги Коттла» и битовая методика «Got rhythm». В ходе проведения формирующего эксперимента нами были проанализированы и описаны результаты исследования. Иллюстрируем их на рис. 2.

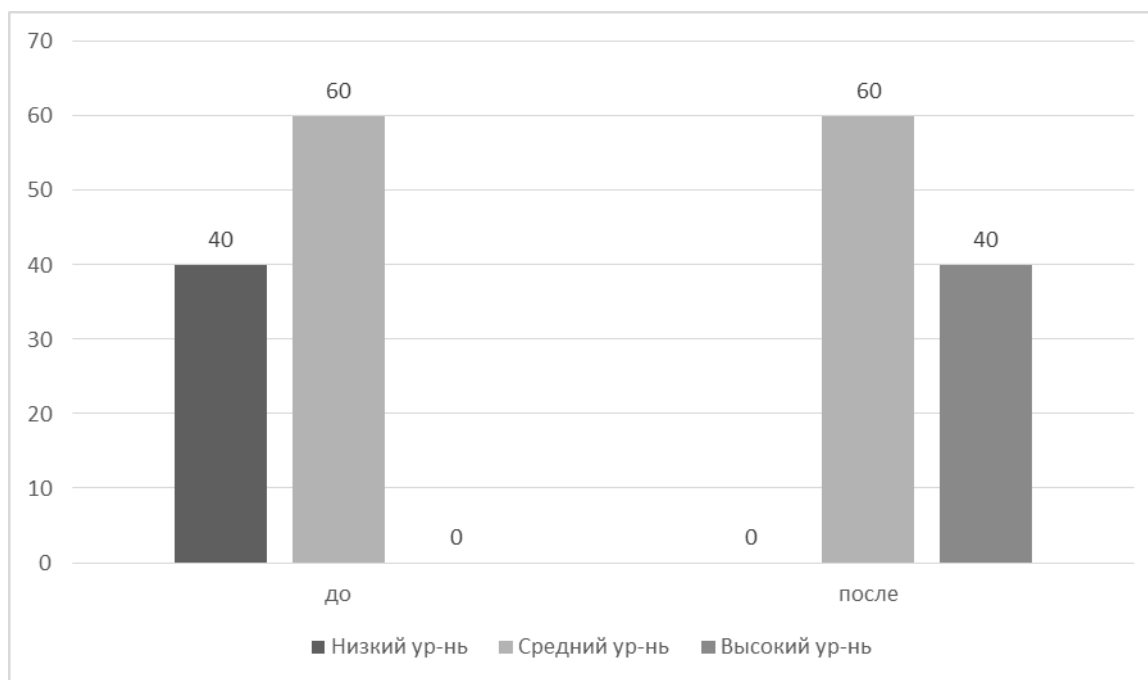


Рис. 2. Сравнение развития психологического времени личности у респондентов 4 класса до и после прохождения программ

Из рисунка 2 мы видим, что до прохождения программы уровень развития психологического времени респондентов на низком (40 %) и среднем (60 %) уровнях. В ходе реализации групповых занятий с детьми мы познакомились с понятием «психологического времени личности», осознали его актуальность. Мы работали над связанностью временных зон детей, над положи-

тельным восприятием прошлого, осознанием себя в настоящем, планировании будущего. В конце групповых сессий нами был проведен формирующий эксперимент, где у 60 % респондентов — средний уровень психологического времени, а у 40 % — высокий (рис. 2). Это говорит нам об эффективности созданной нами рабочей программы.

Литература:

1. Головаха, Е. И., Кроник А. А. Понятие психологического времени//Категории материалистической диалектики в психологии. М.: Наука. 1988. — с. 199–215.
2. Головаха, А. А. Кроник //Категории материалистической диалектики в психологии. — М.: Наука,1988. — 243 с. 6.
3. Головаха, Е. И. Жизненные перспективы и ценностные ориентации личности / Е. И. Головаха //Психология личности в трудах отечественных психологов.-СПб.: Питер,2000.-142 с. 7.

Психиатрическая помощь больным на разных стадиях рака

Волкова Екатерина Александровна, студент;

Сухарева Елизавета Дмитриевна, студент

Научный руководитель: Сединина Наталья Степановна, доктор медицинских наук, доцент, зав. кафедрой
Пермский государственный медицинский университет имени академика Е. А. Вагнера

Данная научная работа посвящена изучению психиатрической помощи пациентам, страдающим раком, на различных стадиях заболевания. Исследование охватывает анализ психологических и эмоциональных состояний пациентов, а также оценку эффективности психиатрической поддержки в различных фазах лечения рака. Работа также рассматривает влияние психических расстройств на прогноз заболевания и качество жизни пациентов. В ходе исследования использовались методы анкетирования, клинические наблюдения и анализ медицинской документации.

Ключевые слова: рак, онкология, гематология, психическое здоровье, психиатрия, психология.

Актуальность: Психические расстройства, такие как депрессия, тревожность и страх, часто возникают у пациентов на различных стадиях рака, от диагностики до лечения и реабилитации. Эти состояния могут существенно ухудшить прогноз заболевания, снизить эффективность лечения и ухудшить качество жизни пациентов. Более того, психиатрическая помощь может оказать положительное влияние на эмоциональное и психологическое состояние пациентов, улучшить их адаптацию к болезни и повысить соблюдение медикаментозного лечения. Таким образом, изучение эффективности психиатрической помощи больным на различных стадиях рака является важной задачей, направленной на оптимизацию онкологической практики и повышение качества жизни пациентов.

Данные показывают, что распространенность депрессии и тревоги среди онкологических больных достигает 20 % и 10 % соответственно, независимо от фазы лечения или этапа развития заболевания [6]. Недавний комплексный анализ 183 исследований за последние 20 лет также дает тревожную глобальную картину: распространенность депрессии среди онкологических больных пациентов, по оценкам, было 27 %. Это заметное увеличение по сравнению с предыдущими отчетами [4] наряду с усиливающейся тенденцией на протяжении многих лет требует срочной комплексной помощи, охватывающей как онкологию, так и психическое здоровье.

Многочисленные факторы могут быть причиной проблем с психическим здоровьем у пациентов с онкологическими заболеваниями. Эти факторы включают стресс, нейрокогнитивные нарушения, адаптационные расстройства, соматические симптомы, а также психические проявления, такие как психоз и психиатрические симптомы, связанные с применением лекарств. Каждое из этих состояний представляет серьезный риск для общего хода лечения рака и может оказывать влияние на психическое и физическое здоровье пациентов.

Этот потенциальный риск становится очевидным в исследованиях, показывающих, что распространенность самоубийств у онкологических больных на 20 % выше, чем у лиц без рака, особенно в течение решающих месяцев

после постановки диагноза [8]. Диагноз рака, независимо от его типа, часто ведет к интенсивному лечению и периодам неопределенности в прогнозе и качестве жизни. Это значительно увеличивает уязвимость пациентов к психологическому стрессу и кризису психического здоровья. Однако уровень этого риска различен и зависит от типа опухоли, проявления боли и способности выполнять основные функции, такие как питание и дыхание.

Различные факторы, включая демографическую информацию, такую как местоположение и пол, также влияют на увеличение риска психических расстройств в 2–3 раза по сравнению с населением в целом. Например, некоторые исследования показали, что женщины, больные раком, могут быть более восприимчивы к тревоге и депрессии [3] во время своего онкологического путешествия и что у лиц, проживающих в сельской местности, психическое здоровье может быть хуже, чем у тех, кто живет в городских районах [7].

Лечение рака может оказывать негативное воздействие на психическое здоровье пациентов и лиц, заботящихся о них, исследования этого вопроса часто недостаточны. С учетом быстрого развития методов лечения рака, важно изучать их влияние на качество жизни пациентов, особенно в плане психического здоровья. Например, высокие дозы стероидов могут вызвать маниакальные, психотические или гипоманиакальные симптомы, что увеличивает риск нанесения вреда пациентам.

Проблема недооцененности и недостаточного лечения депрессии у онкологических больных остается одной из основных проблем, связанных с онкологией и влияющей на пациентов и их семьи. Исследования показывают, что 73 % онкологических больных с депрессией не получают должного лечения. Недавние исследования [9] также подтверждают, что пациенты с онкологическими заболеваниями и проблемами психического здоровья неохотно обращаются за профессиональной поддержкой в этой области из-за различных факторов. Клиницисты и пациенты должны вместе разработать эффективные стратегии для решения этой проблемы.

Пациенты с гематологическими формами рака сталкиваются с серьезными проблемами психического здоровья

из-за лекарственной нейротоксичности и интенсивности химиотерапии, особенно при острых лейкозах, агрессивных лимфомах и множественной миеломе. Высокий уровень психологического стресса и плохое психическое здоровье связаны с низким качеством жизни у пациентов с хроническими гематологическими заболеваниями, в основном у пожилых пациентов.

Длительное и интенсивное лечение химио-иммунотерапией для молодых пациентов с агрессивными гематологическими злокачественными новообразованиями часто включает аутологичную или аллогенную трансплантацию стволовых клеток. Это может привести к серьезным психическим проблемам у пациентов из-за длительного пребывания в стационаре и увеличения интенсивности лечения. В рамках 3-летнего стационарного исследования [2], в котором участвовали 27 пациентов, прошедших трансплантацию гемопоэтических стволовых клеток, было обнаружено, что 44,1 % пациентов имели психические расстройства, включая расстройство адаптации у 22,7 %, расстройство настроения у 14,1 %, тревожное расстройство у 8,2 % и бред у 7,3 %.

Пациенты, получившие трансплантацию гемопоэтических стволовых клеток, сталкиваются с широким спектром психологических проблем на всех этапах процесса трансплантации, начиная от поиска подходящего донора до долгосрочного наблюдения. Назначение аллогенной трансплантации вызывает беспокойство и неуверенность, а госпитализация и ожидание успешного приживления клеток создают психологическое напряжение. Возможность отторжения трансплантата после первоначального приживления сохраняется даже через 3 месяца после операции, а восстановление иммунной системы в течение года влечет за собой ограничения в повседневной жизни пациента. Ранние и поздние осложнения, связанные с трансплантацией, могут создавать значительную психологическую нагрузку и требовать пожизненного наблюдения и мониторинга. Эти проблемы могут вызвать диагностику психических заболеваний и ухудшить результаты для здоровья, такие как повышенная смертность и риск развития хронической болезни «трансплантат против хозяина».

Все чаще признается необходимость в проведении формальной психологической оценки пациентов, готовящихся к /трансплантации. Это может стать обязательной частью предварительного обследования для оценки их готовности. Раннее обнаружение уязвимости пациентов к сопутствующим психиатрическим заболеваниям также может способствовать своевременной диагностике и лечению. Дополнительно, после трансплантации часто требуется междисциплинарный подход к лечению, а посто-

янный доступ к профессиональной психологической поддержке также имеет критическое значение для полноценного ухода за пациентами.

В целом, значительная часть онкологических больных сообщает о несоответствии между вниманием, уделяемым их физическим потребностям, и их потребностями в области психического здоровья. Исследования показывают, что 58 % онкологических больных считают, что их эмоциональные потребности признаются в меньшей степени, чем физические [5]. Более того, психологическая тень лечения рака продолжает нависать над выжившими; даже десятилетие спустя до 54 % выживших после рака все еще сталкиваются по крайней мере с одной психологической проблемой. Рак оказывает огромное воздействие на пациентов, и их близких, а также на финансы, работу, отношения и другие аспекты жизни. Недостаток психологической поддержки в лечении рака следует признать и устранить, поскольку психическое здоровье играет важную роль в улучшении опыта пациентов, качества жизни и результатов выживания. Несмотря на достижения в медицине онкологии, существует неравенство в предоставлении психиатрической помощи онкологическим больным. Высокая распространенность психических проблем среди пациентов с раком требует более целостного подхода, и появление убедительных доказательств необходимости интегрированных психоневрологических служб должно привести к изменениям в медицинской парадигме в сторону учета и решения проблем психического здоровья.

Выводы: в статье представлены аргументы в пользу улучшения координации медицинских услуг для удовлетворения потребностей онкологических пациентов в консультировании и специализированной психологической помощи. Мы призываем медицинский персонал, политиков и заинтересованных сторон признать распространенность и влияние сопутствующей психиатрической патологии среди онкологических больных. С учетом расширения нашего понимания биомедицинских аспектов рака необходимо совершенствовать подход к комплексному лечению. Улучшение качества жизни онкологических пациентов требует доступности комплексных услуг, а также внесения изменений в медицинское образование. Поэтому необходимо не только улучшение клинической интеграции, но и ее расширение за пределы клинической практики на уровень образования, исследований и повышения качества. Это имеет критическое значение для обеспечения одновременной заботы о физическом и психологическом здоровье онкологических пациентов через максимально эффективное, сострадательное и информированное оказание помощи.

Литература:

1. Amonoo HL, Massey CN, Freedman ME, et al. Psychological considerations in hematopoietic stem cell transplantation. *Psychosomatics* 2019, — 60:331–42.

2. Prieto JM, Blanch J, Atala J, et al.. Psychiatric morbidity and impact on hospital length of stay among hematologic cancer patients receiving stem-cell transplantation. *J Clin Oncol* 2002, — 20:1907–17.
3. Арваниту, Э., Мария Н., Николаос Т., Эфи., Кириаки М. Факторы, связанные с тревогой и депрессией у онкологических больных: демографические факторы и роль деморализации и удовлетворенности лечением. *Психоонкология* 2023, — 32:712–20.
4. Митчелл А.Дж., Чан М., Бхатти Х., и др. Распространенность депрессии, тревоги и расстройства адаптации в онкологических, гематологических и паллиативных учреждениях: мета-анализ 94 исследований, основанных на интервью. *Ланцет Онкол* 2011, — 12:160–74.
5. Партнерство «Здоровый Лондон». Руководство по заказу психосоциальной поддержки при раке: Руководство по улучшению психологически обоснованной помощи и клинических результатов для взрослых, страдающих раком в Лондоне. Партнерство «Здоровый Лондон», 2020 г.
6. Питман, А., Сулеман С., Хайд Н., Ходжкисс А. Депрессия и тревога у больных раком. *BMJ* 2018, — 361:K1415.
7. Уивер, К. Е., Гейгер А. М., Лу Л., Дуглас Кейс Л. Различия в состоянии здоровья среди людей, перенесших рак в США. *Рак* 2013, — 119:1050–57.
8. Хенсон, К. Э., Брок Р., Чарнок Дж., и др. Риск суицида после диагностирования рака в Англии. *JAMA Психиатрия* 2019, — 76:51–60.
9. Чанг, В. Х., Лай А. Г. Кумулятивное бремя психических расстройств и самоповреждений по 26 взрослым онкологическим заболеваниям. *Nature Med* 2022, — 28:860–70.

Основы психического здоровья и психосоматическая физическая тренировка

Воронцова Валентина Владимировна, курсант

Научный руководитель: Гаджиев Исмаил Азимович, преподаватель

Кузбасский институт Федеральной службы исполнения наказаний России (г. Новокузнецк, Кемеровская обл.)

В статье освещаются основы психологического здоровья личности. Рассматривается генезис психологического здоровья человека в процессе онтогенеза.

Ключевые слова: здоровье, психическое здоровье, психология, личность, индивид, психическое расстройство.

В современное время все больше внимания уделяют не только в целом здоровью, но и психическому его аспекту. Так, сначала стоит сказать, что под психическим здоровьем понимается состояние полного удовлетворения в физическом, душевном и социальном плане. Также важно сказать, что нельзя считать психическое здоровье удовлетворительным, если при этом только отсутствуют болезни и иные дефекты. Отсюда следует, что психическое здоровье является частью психологического здоровья.

Следует понимать различия между психическим здоровьем, то есть состоянием душевного благополучия, отсутствия болезненных психических проявлений, и психологическим здоровьем, заключающимся в отсутствии психических расстройств [1].

Необходимо представить и тот факт, что именно чувство благополучия, при котором каждый индивид может реализовывать свой потенциал, справляться с ситуациями стресса, качественно и успешно выполнять трудовую деятельность, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества. Таким образом, психическое здоровье является истоком эффективного функционирования человека в процессе онтогенеза. Из данного определения следует одна важная мысль о том, что если физическое состояние

здоровья — это здоровье чего-либо вещественного, то психическое здоровье — это нормальное функционирование фактически психических процессов в человеке.

Рассмотрим критерии психического здоровья:

1. Самостоятельно принимать решения;
2. Принимать и переживать неудачи;
3. Адаптироваться в соответствии с жизненными обстоятельствами;
4. Способность прогнозировать планы на будущее и реализовывать их;
5. Способность справляться с самообладанием в соответствии с социальными нормами, правилами;
6. Осознание и чувство непрерывности, постоянства и идентичности своего физического и психического «Я».

Теперь рассмотрим факторы, влияющие на психическое здоровье человека. Сначала стоит сказать, что шкала психического здоровья зависит от взаимодействия факторов, которые подразделяются на три группы: предрасполагающие, провоцирующие и поддерживающие.

— Предрасполагающие факторы повышают уязвимость индивида к возникновению психических расстройств и увеличивают вероятность развития этих расстройств при воздействии провоцирующих факторов. Предрасполагающие факторы могут быть ге-

нетически обусловленными, биологическими, психологическими и социальными. Если говорить о генетической предрасположенности, обусловленной генетическими дефектами, то велика роль возникновения шизофрении, некоторых форм слабоумия (болезни Пика и Альцгеймера), психопатий, эпилепсии. Определенное предрасполагающее значение для развития психического заболевания имеют личностные особенности. Так, у людей с высокой личностной тревожностью, склонных к сомнениям, с высоким уровнем нейротизма (обидчивостью, раздражительностью, быстрой сменой настроения), повышенной чувствительностью и склонных переживать неприятные события, отсутствием уверенности в себе и низкой самооценкой, невроз навязчивых состояний и депрессия формируются гораздо быстрее.

— Провоцирующие факторы вызывают развитие заболевания. Обычно провоцирующие факторы действуют неспецифично. От них зависит время начала заболевания, но не сам характер болезни. Провоцирующие факторы могут быть физическими, психологическими или социальными. Так, физические факторы включают в себя различные соматические заболевания и травмы, такие как опухоль головного мозга, черепно-мозговая травма или потеря конечности. Они могут стать причиной возникновения психического заболевания. Жизненные события могут играть роль как психологического, так и социального фактора (увольнение, развод, потеря близкого человека, переезд на новое место жительства и так далее).

— От поддерживающих факторов зависит длительность заболевания после его начала (плохие жилищные условия, плохое питание, одежда не по сезону, отсутствие медикаментозной помощи).

Текущее психическое состояние может повлиять на то, насколько будет прогрессировать или регрессировать физическая болезнь в любой момент времени. Как повлияло психическое состояние в значительной мере может

влиять и на то, будет ли прогрессировать физическая болезнь дальше или нет. Рассмотрим вариант психосоматической тренировки.

Аутогенная тренировка — это метод самовнушения, предложенный немецким ученым И. Г. Шульцем. Данный метод предполагает, что нужно путем самовнушения ослабить тонусы мускулатуры человека, то есть принять состояние релаксации, затем проводятся самовнушения, направленные на те или иные функции организма.

Метод аутогенной тренировки представляет собой комплекс упражнений, целью которых является повышение способности самоконтроля произвольных функций организма. Этот подход отличается простотой и доступен большинству людей. Применение данного метода способствует нормализации высшей нервной деятельности, эмоциональной сферы и усилению волевых возможностей. Умение проводить аутогенную тренировку развивается постепенно в процессе регулярных упражнений, что придает ей характер тренировки. Учитывая, что данная тренировка укрепляет силу воли, она также способствует активизации личности. Важным аспектом аутогенной тренировки является умение достичь мышечного расслабления (релаксации).

Таким образом, можно сделать вывод о том, что психологическое здоровье является необходимым условием полноценного функционирования и развития человека в процессе жизни. Исследования И. В. Дубровниной, В. Э. Пахальян, О. В. Хухлаевой, показывают, что, с одной стороны, психологическое здоровье является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей, с другой стороны, обеспечивает человеку возможность непрерывного развития в течение всей его жизни. Непрерывность развития является важным свойством психологического здоровья и условием адекватного выполнения профессиональной роли [2; 3; 4].

Литература:

1. Основы психологии здоровья. Кн. 1. Концептуальные основы психологии здоровья / В. А. Ана-нев. — СПб.: Речь, 2006. — 384 с.
2. Психология. 2-с изд., стер. / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан. — М.: Академия, 2003. — 464 с.
3. Пахальян, В. Э. Развитие и психологическое здоровье. Дошкольный и школьный возраст / В. Э. Пахальян — СПб.: Питер, 2006. — 240 с.
4. Хухлаева, О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / О. В. Хухлаева. — М.: Академия, 2001. — 208 с.

Отношение к семье и браку у современной молодежи

Заворуева Эльвира Рамильевна, студент

Ярославский государственный педагогический университет имени К. Д. Ушинского

В данной статье теоретически раскрыто содержание такого понятия, как установка на брачно-семейные отношения. Так же в работе конкретизировано представление о ней, как о разновидности одной из социальных установок. Изучение отношения молодежи к законному браку представляет важную академическую тему, особенно в контексте изменяющихся социальных и культурных норм. Актуальность этого исследования обусловлена тем, что молодежь играет ключевую роль в формировании будущих тенденций в обществе, включая тенденции в отношении семейных ценностей и института брака.

Ключевые слова: молодежь, семья, брак, развод, любовь, отношения, семейные ценности.

В современном обществе, где стандарты и представления о семейных ролях постоянно меняются, пристальное внимание обращается на готовность молодежи к их выполнению в браке. Семейные роли выполняют важную функцию в формировании семейных отношений и формировании взаимопонимания между партнерами.

Первым и одним из самых существенных аспектов готовности молодежи к выполнению семейных ролей является понимание и принятие значимости этих ролей. Молодежь стремится к пониманию того, что семья — это не просто объединение двух индивидуальностей, но и более глубокий социальный институт, в котором каждый партнер обладает определенными обязанностями и ответственностями. Готовность к принятию этих ролей требует умения вести себя как надлежит, уделять внимание и заботу своему партнеру и семье в целом.

Вторым аспектом готовности молодежи к выполнению семейных ролей является наличие навыков коммуникации и умения разрешения конфликтов. Успешные семейные отношения невозможны без открытой и эффективной коммуникации между партнерами.

Третьим аспектом готовности молодежи к выполнению семейных ролей является умение решения бытовых и финансовых вопросов. Семейная жизнь требует совместных усилий в области финансового планирования, умения расчета семейного бюджета и принятия ответственных решений. Молодежь проявляет готовность к ответственности за мир в семье и внесению вклада в ее благополучие.

Понимание значимости семейных ролей, умение эффективно коммуницировать и разрешать конфликты, а также готовность брать на себя бытовые и финансовые обязательства — ключевые компоненты успешных семейных отношений. Все эти аспекты будут способствовать созданию крепкой и гармоничной семьи, где каждый партнер сможет полноценно исполнять свою роль и достигать счастья и благополучия.

Проблема готовности к семье и браку является очень актуальной в современном российском обществе, так как институт брака претерпел значительные изменения. Это связано с политическими и социальными изменениями, переоценкой ценностей и формированием новых стереотипов у людей. Главной причиной изменения отношения

к браку считается психологическая незрелость или неготовность личности к созданию семьи. Для понимания психологической готовности к браку нужно рассмотреть общее понятие психологической готовности.

Понятие психологической готовности означает зрелость личности, ее способность к определенному виду поведения. Многочисленные ученые, такие как М. И. Дьяченко, Ф. И. Иващенко и Л. А. Кандыбович, внесли значительный вклад в изучение готовности личности к определенной деятельности. Термин «готовность» был рассмотрен различными психологами и связывался с различными психологическими особенностями человека. Но самыми известными исследованиями в этой области являются работы Я. Л. Коломенского, которые указывают, что готовность к определенной деятельности напрямую зависит от уровня развития личности. Чем выше развитие личности, тем выше степень ее готовности к данной деятельности. Понимание термина «готовность» было развито в работах профессора Г. Краги, который рассматривал готовность как момент в жизни человека, когда достигнутый уровень зрелости отражает на практике пользу из конкретного опыта. Психологи М. И. Дьяченко и Л. А. Кандыбович видели в готовности определенный настрой личности на выполнение определенной деятельности. Их теория основывается на предположении, что внутренний настрой изменяет целенаправленность, активность и поведение личности.

Методы исследования:

Для решения поставленных в исследовании задач использовались методы теоретического, сравнительного, структурного анализа.

Для исследования отношения к семье и браку у современной молодежи использовались методики:

— Опросник на выявление отношения молодежи к семье и браку (Примакова Д. А.);

— Методика «Рольевые ожидания и притязания в браке (РОП)» (А. Н. Волкова).

— Методика «FACES-3», (Д. Х. Олсон).

Характеристика выборки исследования:

Выборка была разделена на 2 группы:

— 1 группа — молодые люди 18–25 лет (без детей, не состоящие в официальном браке);

— 2 группа — молодые люди 26–35 лет (без детей, не состоящие в официальном браке);

В исследовании принимали участие 100 респондентов — 50 мужчин и 50 женщин.

По результатам опроса (Методика Д. А. Примаковой), отметим, что более половины респондентов (52 %) выразили положительное отношение к институту брака, в то время как 11 % респондентов отнеслись к нему негативно. Более 80 % участников опроса считают, что оптимальный возраст для брака находится в диапазоне от 20 до 30 лет, а лишь 9 % предпочли бы вступать в брак после 30 лет. Не

смотря на это, лишь 2 % респондентов поддерживают брак в возрасте от 16 до 18 лет, что свидетельствует о том, что большинство респондентов не одобряют ранние браки.

Большинство опрошенных вспоминают свои школьные романы, однако 30 % участников еще не встретили свою первую любовь. Процент людей, встретивших любовь в техникуме или вузе, составляет 14 %. Такие результаты говорят о том, что социализация подростков соответствует общепринятым стандартам и нормам.

Рассмотрим анализ данных методики «Рольевые ожидания и притязания в браке» А. Н. Волковой (рис. 1).

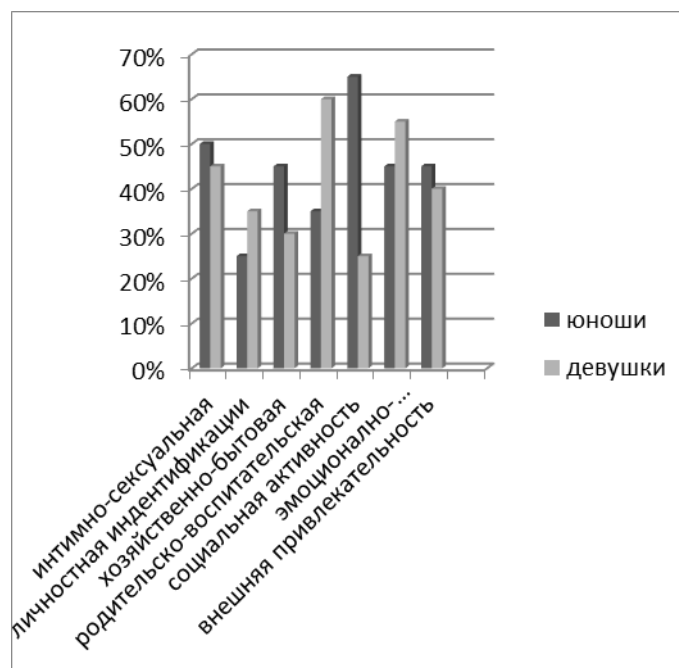


Рис. 1.

Интимно-сексуальная шкала показала более высокие баллы у юношей — 50 %. У девушек — 45 %. Оценки по шкале «Сексуальная гармония» свидетельствуют о важности этого аспекта для супружеского счастья. Они указывают на то, что отношение к супругу или супруге существенно зависит от его или её роли как сексуального партнера.

Высокие показатели на шкале «Личностная идентификация с супругом» у девушек (35 %) и у юношей (25 %) свидетельствуют о стремлении испытуемых к общности интересов, потребностей, ценностных ориентаций и способов проведения времени с брачным партнером.

На шкале «Хозяйственно-бытовая функция» у юношей наблюдаются более высокие баллы (45 %), что означает их положительную установку на реализацию хозяйственно-бытовых функций в семье. В то время как у девушек этот показатель составляет 30 %, что также свидетельствует о значимости бытовой организации семьи в данной группе.

У женщин наблюдаются более высокие показатели в категории «Отношение к родительству», что указывает на то, что в данной группе родительство не является ос-

новной ценностью, вокруг которой центрируется жизнь семьи. У молодых людей данной выборки этот показатель составляет 35 %.

По шкале «Социальная активность» у мужчин наблюдаются более высокие показатели (65 %), что свидетельствует о высокой значимости внешней социальной активности (профессиональной, общественной) для стабильности брачно-семейных отношений. У женщин этот показатель ниже — 25 %.

Это исследование показало, что у девушек наблюдается более высокий уровень эмоционально-психотерапевтической ориентации, что говорит об их важности взаимной моральной и эмоциональной поддержки в семье и ориентации на брак как средство психологической разрядки и стабилизации. У юношей этот показатель составляет 45 %.

Также выявлено, что внешний облик и его соответствие современным модным стандартам имеют высокую значимость для мужчин и женщин. У юношей этот показатель составляет 45 %, в то время как у девушек данной выборки — 40 %.

Таким образом, когнитивный компонент психологической готовности у юношей и девушек различен.

Результаты анализа показывают, что уровень взаимопонимания составляет 21 % у юношей и 20 % у девушек, что свидетельствует об их способности к адекватной оценке личностных особенностей партнеров по взаимодействию. Оценка уровня взаимопонимания указывает на конфликтность в группе, а также на способность понимания точек зрения других людей, что характерно для 17 % юношей и 16 % девушек. Уровень взаимовлияния, который выражает степень важности мнения и поступков других членов группы, наблюдается у 16 % юношей и 16 % девушек.

Доля юношей, уделяющих значительное внимание личной позиции в совместных действиях и участвующих в совместной деятельности, составляет 21 %, а среди девушек этот показатель равен 20 %. Кроме того, 16 % юношей и 15 % девушек проявляют благополучные взаимоотношения, удовлетворены своим положением в группе и гибки в поведении, что свидетельствует о их социальной адаптивности. Социальная активность, выраженная в направленности социальной ориентации и основных мотивах взаимодействия с окружающими, характерна для 15 % юношей и 15 % девушек.

Таким образом, операциональный компонент психологической готовности к браку различен у парней и девушек.

Для анализа удовлетворенности супругов в браке мы также исследовали уровень семейной гармонии и адаптации с использованием методики «FACES-3», созданной Д. Х. Олсоном.

Максимальная выраженность показателей семейной сплоченности у молодых людей 18–25 лет средний балл 26,5 «семейные границы», средний балл 23,8 «эмоциональная связь», и средний балл 23,8 % «общие друзья»; наименее выраженные показатели по шкале «совместное время», и средний балл. 22,2 «принятие решений». Так же у большинства молодых людей 2 группы максимальный показатель средний балл 26 «семейные границы», средний балл. 24,5 «общие друзья», и средний балл 24,2 «эмоциональная связь», наименее выраженные показа-

тели по шкале «совместное время» средний балл 23,8 %, и средний балл 22,7 «принятие решений». Высокие показатели у 1 группы молодых семей 18–23 лет (средний балл 26,5), и высокие показатели (средний балл = 26), говорят нам о том, что наиболее выраженный показатель семейной сплоченности, является семейные границы. Так же мы можем сказать, что важным связующим показателем семейной сплоченности 1 группы является «эмоциональная связь» средний балл 23,8, и «общие друзья» средний балл 23,8, 2 группа семей в свою очередь выделили те же связующие показатели семейной сплоченности, что и 1 группа, но при этом средний балл 24,5 «общие друзья», и средний балл 24,2 «эмоциональная связь».

Таким образом, группа 2 проявляет более сильные признаки семейной сплоченности в аспектах «общие друзья» и «эмоциональная связь», чем группа 1. В то время как у группы 1 более выраженным является аспект «семейные границы», по сравнению с группой 2, и «эмоциональная связь» в данной группе является более значимым фактором, чем «общие друзья», на разницу с группой 2.

Далее заметно, что средний балл для группы 1 и группы 2 одинаковый равняется 23,8 по показателю «совместное время», что указывает на низкую выраженность этого аспекта семейной сплоченности. Кроме того, показатель «принятие решений» имеет средний балл 22,2 для группы 1 и 22,7 для группы 2, что свидетельствует о том, что это также не является ключевым аспектом для обеих групп, но в группе 2 этот показатель немного более выражен, чем в группе 1.

Семейная сплоченность находится в умеренном состоянии, с некоторой раздельностью в эмоциональных отношениях, но без крайней разобщенности. Время, проведенное отдельно, высоко ценится, но семья также способна собираться, обсуждать проблемы, оказывать поддержку и принимать совместные решения. Интересы и круг общения членов семьи часто различны, но есть и общие точки соприкосновения.

Литература:

1. Андреева, Г. М. Социальная психология. Учебник для высших учебных заведений / Г. М. Андреева. — Аспект Пресс, 2021. — с. 114. — Текст: непосредственный.
2. Ачгильдеева, Е. Ф. Методические проблемы изучения стабильности брака / Е. Ф. Ачгильдеева; Автореф. дисс. канд. психол. Наук. М: 2015. — 118 с. — Текст: непосредственный.
3. Белобрыкина, О. А. Психологические условия и факторы развития самооценки личности / О. А. Белобрыкина. — Автореф. канд. психол. наук — Н., 2020.-С. 127. — Текст: непосредственный.
4. Берне, Р. Развитие Я — концепции и воспитание / Р. Берне. — М.: Прогресс, 2016. — с. 422. — Текст: непосредственный.

Особенности совладающего поведения у сотрудников правоохранительных органов с разным стажем профессиональной деятельности

Зайцева Ольга Михайловна, студент магистратуры

Научный руководитель: Родионова Ольга Геннадьевна, кандидат психологических наук, доцент
Московский городской педагогический университет, Самарский филиал

Данная статья посвящена исследованию особенностей совладающего поведения сотрудников правоохранительных органов с различным стажем профессиональной деятельности. Полученные экспериментальным путем данные могут быть использованы для организации профилактической и коррекционной работы с сотрудниками в целях оптимизации их служебной деятельности.

Ключевые слова: сотрудники правоохранительных органов, стаж профессиональной деятельности, совладающее поведение, копинг-стратегия, стратегия совладания.

Работа в правоохранительных органах во все времена и во всех странах мира относилась и относится к виду деятельности, связанной с высоким уровнем стрессовых нагрузок. При исследовании психологии сотрудников правоохранительных органов на сегодняшний день одним из самых актуальных направлений является изучение используемых сотрудниками стратегий совладающего поведения. Проведенными исследованиями были выявлены связи копинг-стратегий, используемых сотрудниками правоохранительных органов с профессиональной успешностью [6, с. 59], удовлетворенностью службой [3, с. 115], специализацией [4, с. 75], мотивацией, эмоциональным интеллектом и стажем службы [5, с. 31].

Нам наиболее интересным представляется исследование особенностей совладающего поведения сотрудников правоохранительных органов с разным стажем профессиональной деятельности. Стаж службы можно с уверенностью отнести к факторам, которые определяют качество выполнения сотрудником своих задач. С учетом профессионального опыта и приобретенных навыков выполнение служебных обязанностей становится более эффективным. Сотрудник приобретает возможность прогнозировать возникающие стрессовые ситуации и реагировать на них наиболее оптимальным способом.

Принимая во внимание результаты исследований В. А. Бодрова, который пришел к выводу, что «профессиональный опыт может влиять на систему оценки человеком стресса и стратегию его преодоления» [1, с. 114], можно предположить, что совладающее поведение у сотрудников правоохранительных органов с разным стажем профессиональной деятельности имеет определенные различия.

Целью нашего эксперимента было: изучить и проанализировать особенности совладающего поведения сотрудников правоохранительных органов с разным стажем профессиональной деятельности. Для достижения поставленной цели были определены следующие задачи: изучить восприимчивость к организационному стрессу сотрудников правоохранительных органов на различных этапах профессионализации; определить стиль преодоле-

вающего поведения в стрессовой ситуации у сотрудников с разным стажем профессиональной деятельности; оценить показатели проактивного совладающего поведения у сотрудников правоохранительных органов с разным стажем профессиональной деятельности.

Исследование проводилось среди сотрудников правоохранительных органов Самарской области. В эксперименте приняли участие 80 сотрудников следственного управления Следственного комитета Российской Федерации по Самарской области и 30 сотрудников Главного управления Министерства внутренних дел Российской Федерации по Самарской области в возрасте от 23 до 56 лет, с различным профессиональным стажем (от нескольких месяцев до 27 лет). Все участники эксперимента имеют высшее образование и занимают аттестованные должности. Должностные обязанности всех испытуемых включают в себя ненормированный рабочий день, выезды на осмотры мест происшествий, служебные командировки, принятие решений в строго установленные сроки.

Для проведения эксперимента были использованы следующие методики:

- методика «Шкала организационного стресса» А. Маклина в адаптации Н. Е. Водопьяновой;
- методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д. Эндлер, Д. Джеймс, М. Паркер в адаптации Т. А. Крюковой;
- методика «Опросник проактивного совладающего поведения» Э. Грингласс, С. Тауберг, Р. Шварцер в адаптации Е. С. Старченковой.

Из участников эксперимента были сформированы три группы в соответствии со стажем профессиональной деятельности. Первую группу составили сотрудники со стажем до 3-х лет, средний возраст в данной группе — 25 лет. Во вторую группу вошли сотрудники со стажем от 5 до 10 лет, средний возраст в данной группе составил 31 год. Третья группа была сформирована сотрудниками со стажем от 15 лет, средний возраст в данной группе составил 43 года. В каждой из сформированных групп процентное соотношение мужчин и женщин составило 70 % и 30 % соответственно.

В результате проведенного эксперимента было установлено следующее.

У сотрудников правоохранительных органов на различных этапах профессионализации восприимчивость к организационному стрессу не имеет статистически значимых различий. Однако, если проанализировать в процентном соотношении в каждой группе количество участников, имеющих повышенную восприимчивость к стрессу, то можно заметить, что самый низкий процент сотрудников, склонных к поведению типа «А» (по Фридману) [2, с. 63] наблюдается в группе № 1 (стаж до 3-х лет), а самый высокий — в группе № 2 (стаж от 5 до 10 лет).

По результатам исследования стиля преодолевающего поведения в стрессовой ситуации у сотрудников с разным стажем профессиональной деятельности выявлено, что во всех группах преобладающей является стратегия, ориентированная «на решение проблемы» и статистически значимых различий при ее использовании не выявлено. Также не было выявлено различий при использовании стратегии «на эмоции», которая оказалась в числе наименее используемых. При этом, были выявлены статистически значимые различия по использованию таких стратегий как «избегание», «отвлечение» и «социальная поддержка». Установлено следующее:

— сотрудники со стажем от 15 лет реже используют стратегию «избегание» по сравнению с сотрудниками со стажем до 3-х лет;

— сотрудники со стажем от 15 лет реже используют стратегию «избегание» по сравнению с сотрудниками со стажем от 5 до 10 лет;

— сотрудники со стажем от 15 лет реже используют стратегию «отвлечение» по сравнению с сотрудниками со стажем до 3-х лет;

— сотрудники со стажем от 15 лет реже используют стратегию «социальная поддержка» по сравнению с сотрудниками со стажем от 5 до 10 лет.

По результатам исследования показателей проактивного совладающего поведения у сотрудников правоохранительных органов с различным стажем профессиональной деятельности не было выявлено статистически значимых различий по таким показателям как проактивное совладание, рефлексивное совладание, стратегическое планирование, превентивное преодоление. При этом, выявлены статистически значимые различия по таким показателям, как инструментальная поддержка и эмоциональная поддержка. Установлено следующее:

— сотрудники со стажем от 15 лет реже используют стратегию «инструментальная поддержка» по сравнению с сотрудниками со стажем до 3х лет;

— сотрудники со стажем от 15 лет реже используют стратегию «эмоциональная поддержка» по сравнению с сотрудниками со стажем до 3х лет.

Таким образом, у сотрудников правоохранительных органов с различным стажем профессиональной деятельности существуют различия в использовании стратегий совладающего поведения. Выявленные факты могут быть полезны психологам и работникам кадровых подразделений при организации оказания психологической помощи сотрудникам, выполняющим свои обязанности в условиях стресса, а также в целях оптимизации служебной деятельности.

Литература:

1. Бодров, В. А., Психологический стресс: развитие и преодоление. М., 2006.
2. Водопьянова, Н. Е., Психодиагностика стресса. СПб, 2009.
3. Куцев, П. М., Психологические особенности совладающего поведения сотрудников МВД России // Проблемы современного педагогического образования. Ялта, 2017. № 54.
4. Молчанова, Е. Ю. Стратегии совладающего поведения и критерии психического здоровья сотрудников органов внутренних дел // Вестник Краснодарского университета МВД России. Краснодар, 2016. № 2.
5. Рогачёв, В. А., И. Н. Коноплева. Взаимосвязь копинг-стратегий и личностных ресурсов стресс-преодолевающего поведения сотрудников правоохранительных органов // Электронный научный журнал «Медицинская психология в России». 2015. № 2.
6. Рябченко, И. В. Психология совладающего поведения сотрудников ОВД // Психопедагогика в правоохранительных органах. Омск, 2007. № 2.

Исследование психологических особенностей мужчин и женщин в период возрастных кризисов взрослости

Логинова Юлия Алексеевна, студент магистратуры

Научный руководитель: Ледовская Татьяна Витальевна, кандидат психологических наук, доцент
Ярославский государственный педагогический университет имени К. Д. Ушинского

В данном исследовании рассматривается проблема психологических особенностей мужчин и женщин в период возрастных кризисов взрослости. Определяется исследуемый возраст и выделяются психологические особенности в период проживания кризиса. Подобраны методики для исследования психологических особенностей в период проживания кризиса, на основе результатов которых строится эмпирическое исследование. Описаны полученные результаты и сформулированы выводы исследования.

Ключевые слова: психологический кризис, кризис взрослости, кризис тридцати лет, кризис середины жизни, психологические особенности.

The study of psychological features of men and women during the age crises of adulthood depending on the presence/absence of family relations

Loginova Yuliya Alekseevna, student master's degree

Scientific advisor: Ledovskaya Tatyana Vitalyevna, candidate of psychological sciences, associate professor
Yaroslavl State Pedagogical University named after K. D. Ushinsky

This study examines the problem of psychological features of men and women in the period of «age crises of adulthood depending on the presence/absence of family relations. The age under study is defined and psychological features during the period of crisis living are emphasized. The methods for research of psychological features during the crisis living period are selected, on the basis of the results of which the empirical research is built. The obtained results are described and conclusions of the research are formulated.

Keywords: psychological crisis, crisis of adulthood, crisis of thirty years, mid-life crisis, psychological features, family relations.

В современном мире, в эпоху постоянных культурных и социально-экономических перемен проблема личностных кризисов становится все более актуальной. Это можно заметить по тому, как возросла потребность в психологических услугах со стороны взрослых, определившихся и во многом состоявшихся людей.

Как в зарубежной, так и в отечественной психологии существует огромное множество исследований возрастных кризисов у детей и гораздо меньшее количество исследований, в которых бы шла речь о психологических особенностях личности, проживающей кризис взрослости. Зарубежные ученые, которые исследовали личность в период взрослости — это К. Г. Юнг, Дж. Левинсон, Э. Эриксон и др. В отечественной психологии это — А. Н. Леонтьев, Л. С. Выготский, И. С. Кон и др.

Некоторые исследователи, в свою очередь, полагают, что кризисы взрослости имеют гендерный аспект. Например, Л. С. Выготский, Д. Левинсон и К. Юнг считали, что кризис, возникающий во взрослом возрасте — это больше мужская особенность, и именно мужчины склонны анализировать свою жизнь сквозь призму профессиональных и личностных успехов, достигнутых на данном этапе жизни. Но в современном мире, когда женская роль меняется очень активно, и женщины так же ак-

тивно, как и мужчины, занимаются своей карьерой и самореализацией, данный факт теряет свою актуальность. Что указывает на необходимость исследования психологических особенностей кризисного состояния во взрослом возрасте, как у мужчин, так и у женщин.

Из-за недостатка исследований, специалистов и конкретных методов работы, психологи сталкиваются с трудностями при запросе от клиентов, которые испытывают трудности в проживании кризисов взрослости.

Для исследования нами были выбраны два нормативных возрастных кризиса взрослости: кризис 30-ти лет и кризис 40-а лет. В исследовании приняли участие мужчины и женщины в возрасте 30–35 лет и мужчины и женщины в возрасте 40–45 лет.

В нашем исследовании мы выделили несколько психологических характеристик для изучения особенностей личности во время проживания кризиса взрослости:

1. Уровень жизнестойкости — способность личности справляться со стрессами, не теряя при этом внутреннего баланса и продуктивности. Для исследования этой психологической характеристики была выбрана методика «Тест жизнестойкости» Мадди в адаптации Леонтьева, Рассказовой [3, с. 59–62].

2. Уровень субъективного контроля — степень готовности человека брать на себя ответственность за то, что происходит с ним и вокруг него. Для исследования этой психологической характеристики была выбрана методика «Уровень субъективного контроля» Дж. Роттера [6, с. 9–13].

3. Уровень тревожности — возникающее по незначительным поводам чувство волнения, переживания, беспокойства. Для исследования этой психологической характеристики была выбрана методика «Шкала самооценки уровня тревожности Спилберга-Ханина» [1, с. 39].

4. Уровень самооценки — значимость, которой человек наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения. Для исследования этой психологической характеристики была выбрана

«Методика диагностики самооценки» Дембо-Рубинштейн в модификации Прихожан [4, с. 110–118].

Цель исследования: выявить особенности психологического состояния мужчин и женщин в период возрастных кризисов взрослости.

Гипотеза: у мужчин, проживающих кризисы взрослости, уровень самооценки выше, уровень тревожности ниже, чем у женщин, уровень субъективного контроля и уровень жизнестойкости не отличаются.

Сравнительный анализ результатов исследования уровня самооценки у мужчин и женщин в период кризисов взрослости.

На основании полученных результатов была составлена диаграмма, отражающая соотношение показателей уровня самооценки у мужчин и женщин, проживающих кризис, в возрасте 30–35 и 40–45 лет.

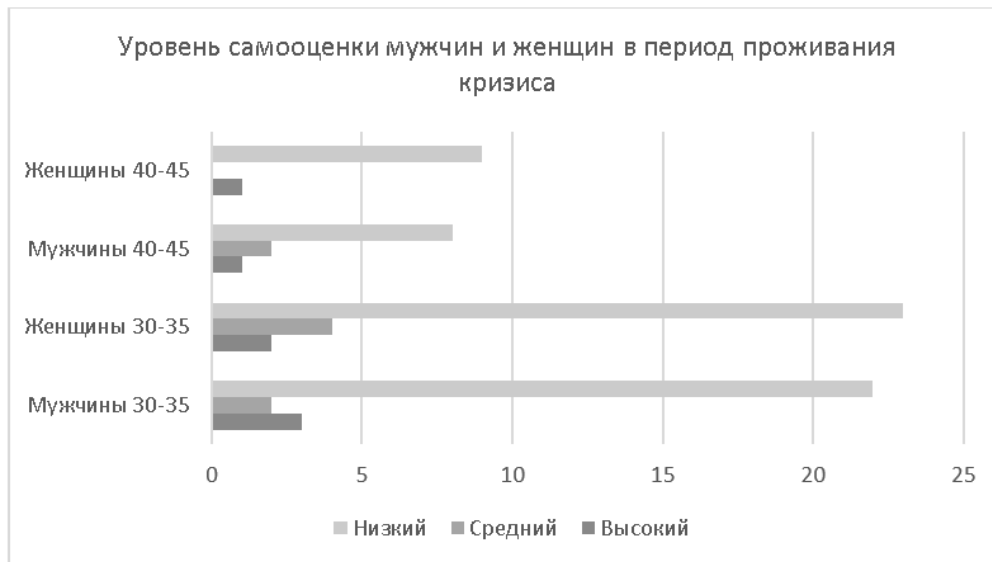


Рис. 1. Соотношение уровня самооценки у мужчин и женщин, проживающих кризисное состояние, в возрасте 30–35 и 40–45 лет

Сравнительный анализ результатов исследования уровня тревожности у мужчин и женщин в период кризисов взрослости.

На основании полученных результатов была составлена диаграмма, отражающая соотношение показателей уровня тревожности у мужчин и женщин, проживающих кризис, в возрасте 30–35 и 40–45 лет.

Сравнительный анализ результатов исследования уровня субъективного контроля у мужчин и женщин в период кризисов взрослости.

На основании полученных результатов была составлена диаграмма, отражающая соотношение показателей уровня субъективного контроля у мужчин и женщин, проживающих кризис, в возрасте 30–35 и 40–45 лет.

Сравнительный анализ результатов исследования уровня жизнестойкости у мужчин и женщин в период кризисов взрослости.

На основании полученных результатов была составлена диаграмма, отражающая соотношение показателей уровня жизнестойкости у мужчин и женщин, проживающих кризис, в возрасте 30–35 и 40–45 лет.

Сравнительный анализ уровней психологических характеристик (самооценка, тревожность, уровень субъективного контроля, жизнестойкость) личности у мужчин и женщин в период проживания кризисов взрослости.

На основании полученных в ходе исследования результатов были составлены таблицы, отражающие процентное соотношение уровней психологических характеристик мужчин и женщин в период проживания кризисов взрослости.

Основные результаты:

— При сравнении уровня самооценки у мужчин и женщин, проживающих кризис, как для мужчин, так и для женщин характерен низкий уровень самооценки

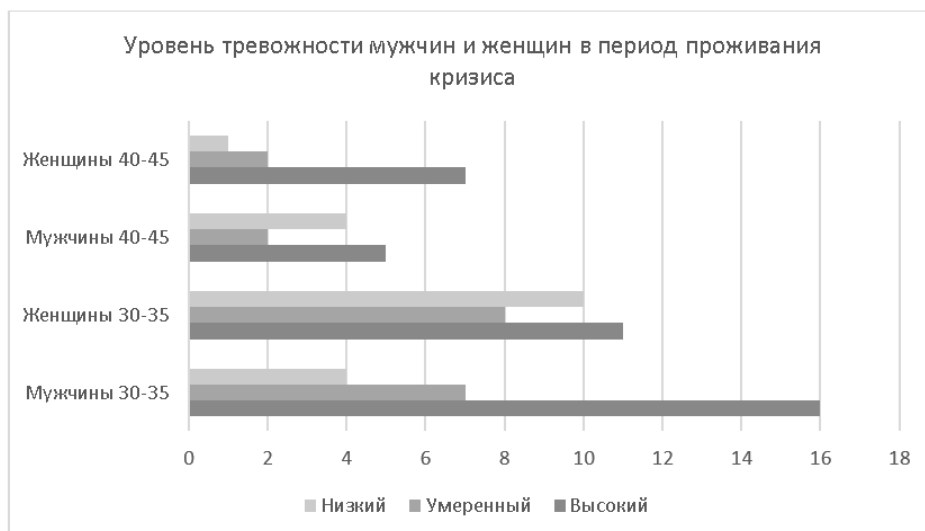


Рис. 2. Соотношение уровня тревожности у мужчин и женщин, проживающих кризисное состояние, в возрасте 30–35 и 40–45 лет

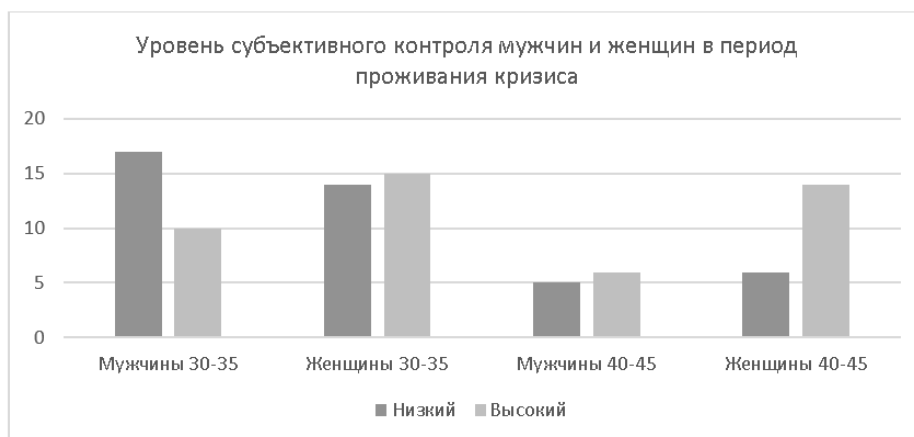


Рис. 3. Соотношение уровня субъективного контроля у мужчин и женщин, проживающих кризисное состояние, в возрасте 30–35 и 40–45 лет

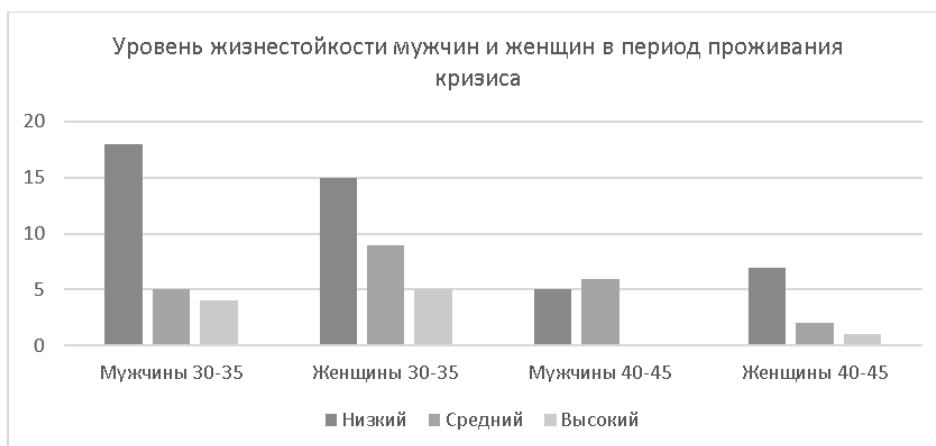


Рис. 4. Соотношение уровня жизнестойкости у мужчин и женщин, проживающих кризисное состояние, в возрасте 30–35 и 40–45 лет

Таблица 1

Результаты эмпирического исследования уровня самооценки у мужчин, проживающих кризис			
	Высокий	Средний	Низкий
Количество испытуемых	4	4	30
Процент испытуемых	10,5 %	10,5 %	79 %
Результаты эмпирического исследования уровня самооценки у женщин, проживающих кризис			
	Высокий	Средний	Низкий
Количество испытуемых	3	3	30
Процент испытуемых	8 %	8 %	84 %

Таблица 2

Результаты эмпирического исследования уровня тревожности у мужчин, проживающих кризис			
	Высокий	Умеренный	Низкий
Количество испытуемых	21	9	8
Процент испытуемых	55 %	24 %	21 %
Результаты эмпирического исследования уровня тревожности у женщин, проживающих кризис			
	Высокий	Умеренный	Низкий
Количество испытуемых	18	9	9
Процент испытуемых	50 %	25 %	25 %

Таблица 3

Результаты эмпирического исследования уровня субъективного контроля у мужчин, проживающих кризис		
	Высокий	Низкий
Количество испытуемых	16	22
Процент испытуемых	42 %	58 %
Результаты эмпирического исследования уровня субъективного контроля у женщин, проживающих кризис		
	Высокий	Низкий
Количество испытуемых	16	20
Процент испытуемых	44,5 %	55,5 %

Таблица 4

Результаты эмпирического исследования уровня жизнестойкости у мужчин, проживающих кризис			
	Высокий	Средний	Низкий
Количество испытуемых	4	11	23
Процент испытуемых	10,5 %	29 %	60,5 %
Результаты эмпирического исследования уровня жизнестойкости у женщин, проживающих кризис			
	Высокий	Средний	Низкий
Количество испытуемых	5	9	22
Процент испытуемых	14 %	25 %	61 %

в кризисном состоянии. Так же уровень самооценки ниже у мужчин и женщин, проживающих кризис 30 лет, чем у мужчин и женщин, проживающих кризис 40 лет.

— При сравнении уровня тревожности у мужчин и женщин, проживающих кризис, высокий уровень тревожности в большинстве случаев характерен для мужчин. Особенно высокий уровень тревожности отмечается у мужчин, находящихся в кризисе 30 лет.

— При сравнении уровня субъективного контроля у мужчин и женщин, проживающих кризис, как для мужчин, так и для женщин характерен низкий уровень субъективного контроля. Наибольший процент испытуемых с низким уровнем субъективного контроля наблюдается в выборке мужчин, проживающих кризис 30 лет.

— При сравнении уровня жизнестойкости у мужчин и женщин, проживающих кризис, как для мужчин, так и для женщин характерен низкий уровень жизнестойкости.

Результаты исследования:

— Для мужчин, проживающих возрастные кризисы взрослости (в возрасте 30–35 лет и 40–45 лет), характерен низкий уровень самооценки, высокий уровень тревожности, особенно в период проживания кризиса 30-ти лет. Так же низкий уровень способности брать на себя ответственность за то, что происходит вокруг и собственное состояние, и сниженная жизнестойкость.

— Для женщин, проживающих возрастные кризисы взрослости (в возрасте 30–35 лет и 40–45 лет), характерен низкий уровень самооценки, повышенный уровень тревожности, низкая способность брать ответственность и низкий уровень жизнестойкости.

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

1. Уровень самооценки во время проживания возрастного кризиса взрослости находится на низком уровне вне зависимости от пола. Самооценка ниже у мужчин и женщин во время проживания кризиса 30 лет.

2. Уровень тревожности во время проживания возрастного кризиса взрослости повышается сильнее у мужчин, чем у женщин. Особенно уровень тревожности возрастает у мужчин в период проживания кризиса 30 лет.

3. Уровень субъективного контроля во время проживания возрастного кризиса взрослости находится на низком уровне вне зависимости от пола, но наиболее ярко снижение этого параметра наблюдается у мужчин, проживающих кризис 30 лет.

4. Уровень жизнестойкости во время проживания возрастного кризиса взрослости находится на низком уровне вне зависимости от пола.

5. У мужчин, проживающих возрастной кризис взрослости, уровень тревожности выше, чем у женщин, проживающих возрастной кризис взрослости, уровень самооценки, уровень субъективного контроля и уровень жизнестойкости имеют низкие показатели.

Литература:

1. Ежова, Н. Н. Рабочая книга практического психолога: Пособие / Ежова Н. Н., — 10-е изд. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2017. — 324 с.
2. Леонтьев, А. Н. Проблемы развития психики. — М.: Изд-во АПН РСФСР, 1959. — 345 с.
3. Леонтьев, Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. — М.: Смысл, 2006. — 63 с.
4. Прихожан, А. М. Применение методов прямого оценивания в работе школьного психолога. В сб.: Научно-методические основы использования в школьной психологической службе конкретных психологических методик. — М, 1988. — с. 110–118
5. Скрыль, В. Н. Особенности проявления нормативного кризиса развития женщин в период поздней взрослости: диссертация... кандидата психологических наук: 19.00.13 / Скрыль Варвара Николаевна; [Место защиты: С.-Петербург. гос. ун-т].-Санкт-Петербург, 2009. — 187 с.: ил. РГБ ОД, 61 09–19/10
6. Фетискин, Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. — М., Издательство Института Психотерапии, 2005. — 490 с.
7. Юнг, К. Г. Проблемы души нашего времени. — М., 1994. — 336 с.
8. Jaques, E. Death and the Mid-Life Crisis // International Journal of Psychoanalysis. — 1965. — 46. — P. 502–514.

Возможности коррекции агрессии у подростков с компьютерной игровой зависимостью

Павлютин Михаил Александрович, студент магистратуры
Тольяттинский государственный университет

Рассмотрено теоретическое представление формирования агрессии у подростков с компьютерной игровой зависимостью. Приведены примеры компьютерных игр, где демонстрируются сцены насилия. Описаны последствия формирования компьютерной игровой зависимости, а также причины агрессии, как последствия данной аддикции. Рассмотрены возможности коррекции агрессии у подростков с компьютерной игровой зависимостью.

Ключевые слова: компьютерные игры, зависимость, агрессия, подростки.

Проблема компьютерной игровой зависимости в современном мире с каждым годом набирает процент популярности. С психологической точки зрения основная проблема, с которой могут столкнуться зависимые от игр люди — это сложности адаптации. В целом этот вопрос довольно широко можно рассмотреть. Адаптация в целом требует мобилизации всех ресурсов организма. В любых условиях, особенно в неблагоприятных, наше тело и психика начинают работать в поддержку организма [2]. Зависимость от компьютерных игр влечет за собой подмену реальности, а следствием этого будут являться сложности в межличностных контактах, конфликты с близкими, финансовые сложности, сложности в выражении собственных чувств, а также серьезные поломки психики в виде дереализации и деперсонализации. В плане физиологических изменений, люди, зависимые от компьютерных игр, часто имеют проблемы со сном: сбивается режим, ухудшается качество сна. Помощь в этих случаях, к сожалению, оказывается уже в острый период или не оказывается вовсе. Причиной такой запоздалой реакции может стать агрессивное поведение зависимого от игр. На сегодняшний день существуют программы по работе с зависимыми, но в своем большинстве они направлены на работу со взрослыми. Большая же часть зависимых именно от компьютерных игр являются подростки. Чтобы понять какие требования к разработке психокоррекционной программы такого плана должны быть выдвинуты, необходимо разобраться в вопросе особенностей самих компьютерных игр, а также в особенностях подросткового возраста.

Про физиологические особенности подросткового возраста писал Яйленко А. А.: «В этом возрасте происходят созревание морфологических и функциональных структур организма, становление репродуктивной системы, бурный ростовой скачок с нейроэндокринной перестройкой, интенсификация всех функциональных систем, что является функциональной нагрузочной пробой для организма» [4]. Кроме этого, биологический скачок сопровождается изменениями в психике и как следствие: агрессивное поведение, желание отстоять собственные границы, стремление к самовыражению. Растерянный подросток, сталкиваясь с изменениями внутри себя, начи-

нает испытывать сложности во взаимодействии со средой, также частой проблемой является формирование групп общения по интересам, по финансовым возможностям. В силу того, что подростки довольно резко реагируют на различия между друг другом, довольно часто возникают ситуации травли, самоутверждения за счет другого и другие негативные последствия.

Для тех, кто столкнулся с травлей или опасается вступить в личные отношения с одноклассниками, наиболее актуален уход от реальности, и самый доступный из всех — это компьютерные игры. Основная масса компьютерных игр имеет сцены насилия. Зачастую даже самые обыкновенные игры сопровождаются смертельными сюжетами, например, игра The Sims (игра симулятор жизни) предлагает игроку несколько способов убийства героя (сжечь, утопить, заморить голодом, замуровать). Но подавляющее большинство игр напрямую транслируют идею насилия, например: сери игр GTA, World of Warcraft, Lineage II, Watch Dogs и многие другие.

Как следствие, часто кибераддикции влекут за собой проявление прямой агрессии. Причинами могут выступать: подавленная злость, интерес к сценам насилия, способ самовыражения, который транслирует любимая игра. Интерес к феномену появления агрессии у подростков с компьютерной игровой зависимостью проявлен в работах В. И. Долговой, В. Э. Паханьян, Д. Я. Райгородского и других. Психологические компоненты формирования компьютерной игровой зависимости у подростков изучались В. М. Москаленко, Н. А. Сирота, В. И. Полтавец, В. М. Ялтонским, виды и стадии рассмотрены в работах А. Е. Войкунского, Н. И. Алтуховой, К. Ю. Галкиной, А. В. Котляровой, поведение пользователей игр в сети до сих пор изучается А. Е. Эичкиной, Е. П. Белинской.

Аддикция (зависимость) начинает формироваться от момента получения удовольствия от компьютерной игры, О.В. Каминская выделяет следующие детерминанты развития аддикции: дисгармоничные личностные свойства, дисгармоничное взаимодействие с социумом, наличие стрессогенных факторов, неадекватное семейное воспитание, свойства интернет-среды [1]. Такое патологическое увлечение компьютерными играми формирует

подмену реальности, что влечет за собой сложность в выстраивании отношений с реальными людьми. В реальности подросток сталкивается с непониманием со стороны сверстников и взрослых, с навязчивой регулировкой его режима, с провалами в этапах самореализации, конфликтами. Именно поэтому подростку начинает казаться, что пребывание в виртуальной реальности его ограждает от настоящих проблем. Основными критериями начала игровой аддикции можно считать: неадекватную реакцию на критику, обособление от близких, эмоциональную холодность, ухудшение когнитивных функций, перепады настроения, отказ от участия в ранее интересующих делах, склонность к кражам, скачки настроения, приступы тревоги и страха, а также неаккуратность и неопрятность. Компьютерные игры могут быть неопасными, безобидными, но имеют шанс вызвать зависимость схожую с наркотической. Соответственно коррекционное вмешательство будет таким же сложным, длительным и разнообразным.

Восстановительные мероприятия для подростков с компьютерной игровой зависимостью должны быть разнообразными. Если рассматривать конкретный термин «психологическая коррекция» как форму комплексной психолого-педагогической работы, направленную на исправление тех психических проявлений, которые мешают адаптации, то можно сделать следующие выводы о форматах коррекционных мероприятиях: комплексный подход должен включать в себя работу нескольких специалистов, которые будут корректировать поведение и взгляды не только самого подростка, но и родителей. Основными задачами такой работы могут являться:

- осознание собственной зависимости;
- подбор замещающих форм проявления интереса;
- поиск замещающего интереса;
- работа с причиной формирования зависимости (детско-родительские отношения, отношения со сверстниками, личностные особенности);

Литература:

1. Каминская, О. В. Характеристика зависимости от компьютерных онлайн-игр // Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири. 2013. № 1–2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/harakteristika-zavisimosti-ot-kompyuternyh-onlayn-igr> (дата обращения: 10.12.2023)
2. Лопатина, А. Б. Адаптация, дезадаптация, срыв адаптации / А. Б. Лопатина // Успехи современной науки. — 2016. — Т. 9, № 12. — с. 121–123.
3. Магомедтагирова, М. А., Халилова А. А. Групповые и индивидуальные формы психотерапии // Форум молодых ученых. 2020. № 4 (44). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/grupповые-i-individualnye-formy-psihoterapii> (дата обращения: 10.12.2023).
4. Яйленко, А. А. Проблемы подросткового возраста // Смоленский медицинский альманах. 2016. № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problemny-podrostkovogo-vozrasta> (дата обращения: 10.12.2023)

- развитие эмпатии;
- выработка уместного и легального способа выражения агрессии;
- формирование образа конструктивного разрешения конфликтов;
- повышение уровня самоконтроля и саморегуляции.

Для реализации вышеизложенных задач наиболее эффективной может быть групповая форма работы. Групповая работа (имеется ввиду психотерапия) — это форма работы с психологом в группе людей преимущественно с одинаковой проблемой для разрешения эмоционального дискомфорта, прямой проработки конфликта как межличностного, так и внутриличностного, а также опознавания собственных проблем [3]. Наиболее актуальными направлениями в данном случае будут: гештальт подход, бихевиоральный подход, психодраматический подход, а также методы ролевой игры и расстановок.

Таким образом, длительная групповая психотерапевтическая работа позволит легально и безопасно подростком с компьютерной игровой зависимостью выразить агрессию, обучиться приемам саморегуляции, наладить общение со сверстниками, выразить негативные эмоции. Для большего эффекта необходимо параллельно работать с родителями проблемного подростка. Наиболее целесообразным было бы параллельно сформировать группу для родителей с такими же методами, которые помогут сформировать продуктивные формы воспитательного воздействия. Но кроме психотерапевтической работы будет актуальна и просветительская, в силу того что многие родители попросту не знают, как реагировать на асоциальное поведение ребенка, а также сами имеют сложности в выражении собственных чувств. Формирование нового опыта будет полезным в вопросе коррекции агрессивного поведения подростков с компьютерной игровой зависимостью как для самих подростков, так и для их родителей. А наиболее продуктивным методом будет являться групповая психотерапия.

Организационно-психологические аспекты наставничества и его внедрения в подразделениях МЧС России

Плоткина Юлия Сергеевна, студент магистратуры

Научный руководитель: Родионов Михаил Алексеевич, доктор педагогических наук, профессор

Пензенский государственный университет

В статье автор анализирует возможности реализации системы наставничества в подразделениях МЧС России.

Ключевые слова: наставничество, сотрудник, рекомендации.

В современных условиях вопрос об обеспечении эффективности профессиональной деятельности сотрудников является актуальным для любого предприятия и его развития. Повышение квалификации на предприятии — практически непрерывный процесс, который может заключаться как в наставнической помощи, так и в стандартных подходах, как например, различные семинары, обучение в институтах повышения квалификации высшего персонала или переподготовки рабочих.

Молодым кадрам в связи с психологическим стрессом трудно, придя в новый коллектив, влиться в него и с интересом приступить к работе. Наставничество, ставя в центр интересов человека, способствует его адаптации к труду и коллективу. Все вышесказанное определяет актуальность исследования.

По проблемам психологии профессионального становления и качественной профессиональной подготовки в силу очевидной значимости собран обширный материал. Изучаются общие закономерности становления субъекта труда (Е. А. Климов, В. Д. Шадриков), нормативная и «маргинальная» формы профессионального становления (Ю. А. Афонькина, Г. Г. Горелова, Е. П. Ермолаева и другие, этапы этого процесса (И. С. Гичан, Э. Ф. Зеер и другие), факторы профессионализации (И. А. Базанов, Е. А. Климов и другие). Содержание профессионализации не сводится к приобретению умений и навыков, а рассматривается как становление ценностно-смысловых структур личности специалиста (Е. М. Борисова, Л. И. Захарова, А. К. Маркова, Н. С. Пряжников и другие).

В настоящее время ряд предприятий вновь возвращаются к наставничеству как форме работы с молодыми специалистами. В ряде работ (Г. Ю. Мошкова, В. А. Горнов, З. В. Фелелова) исследуются наставнические отношения в отдельных видах деятельности и «суррогатные» формы наставничества, которые существуют (и существовали) без формальной фиксации отношений этого вида.

Целью данного исследования является изучение организационно-психологических аспектов наставнической деятельности в системе МЧС России для последующей разработки практических рекомендаций для наставников.

Что такое наставничество и в чем его польза? Первое, что необходимо отметить, что понятие наставничества отнюдь не ново, наставничество или отношения «воспитатель-ученик» всегда естественно развивались во многих

отраслях человеческой деятельности, будь то ремесленное дело или сложное машинное производство.

Наставничество — это процесс передачи опыта и знаний от старших к младшим членам общества; форма взаимоотношений между учителем и учеником. Наставничество существовало уже в первобытном обществе в виде обряда инициации — имя наречения. Для подготовки к этому обряду выделялись специальные наставники, которые обучали молодых людей определённым ритуальным правилам и умениям [2, с. 116].

Какой же должна быть эффективная система наставничества? Опыт внедрения подобных проектов показывает, что успех приходит, когда наставничество становится технологией.

Наставничество в подразделениях Главного управления МЧС России по Пензенской области является важной формой повышения профессионализма, трудового и нравственного воспитания личного состава, осуществляемого на личном примере наставника, лучших работников и сотрудников подразделения и занимает первостепенное значение в адаптации молодого сотрудника к профессиональной деятельности [1, с. 12].

Наставничество — один из важных разделов работы руководящего состава подразделений по укреплению служебной дисциплины среди личного состава. Обучая молодого сотрудника навыкам профессионального мастерства, наставник проводит целенаправленную воспитательную работу со своим подшефным.

Целью наставничества является: оказание помощи сотрудникам (стажерам) в их профессиональном становлении, а также формирование в подразделениях Главного управления МЧС России по Пензенской области кадрового ядра; адаптация к службе в МЧС России и закрепление сотрудников (стажеров) в соответствующих подразделениях, ускорение процесса профессионального становления сотрудника и развитие способности самостоятельно и качественно выполнять возложенные на него оперативно-служебные задачи по занимаемой должности; привитие сотрудникам (стажерам) интереса к деятельности пожарной охраны и порученному делу, верности Присяге, усвоение лучших традиций служебных коллективов, воспитание у них уважения к правам и достоинству человека и гражданина, добросовестности, дисциплинированности, законопослушности, бдительности,

мужества, гражданской и правовой активности, сознательного и творческого отношения к выполнению служебного долга.

Обучая молодого сотрудника навыкам профессионального мастерства, наставник проводит целенаправленную воспитательную работу со своим подшефным. Организация наставничества предполагает планомерное воздействие на сознание и поведение сотрудника.

Наставничество устанавливается над следующими категориями сотрудников: лицами, впервые принятыми на службу в МЧС России на должности рядового, младшего и среднего начальствующего состава; сотрудниками-выпускниками очных профессиональных образовательных учреждений системы ГПС МЧС России, а также завершившими заочное, вечернее обучение, в случаях назначения их с повышением в должности; сотрудниками, перемещенными по службе на вышестоящую, либо равнозначную должность в другую службу, если выполнение ими функциональных обязанностей требует расширения и углубления профессиональных знаний и новых практических навыков.

Наставничество устанавливается сроком на один год без учета времени пребывания на курсах специального первоначального обучения. Начальник структурного подразделения при необходимости или по ходатайству наставника может ходатайствовать перед начальником Главного управления МЧС России по Пензенской области о продлении срока наставничества (но не более чем на 6 месяцев) с закреплением за подшефным прежнего или нового наставника. Обучение по месту службы (индивидуальное обучение) осуществляется со дня назначения сотрудника на должность и до его направления на курсовое обучение.

По завершении курсового обучения в учебных заведениях МЧС России организуется стажировка в занимаемой должности по месту службы. Она проводится по

индивидуальному плану с помощью наставника и под руководством непосредственного начальника. Начальник управления кадров, воспитательной работы, профессиональной подготовки и психологического обеспечения Главного управления обязан разъяснить сотруднику и наставнику условия и порядок прохождения стажировки, их права и обязанности в этот период.

С опорой на результаты, полученные в ходе работы, были разработаны практические рекомендации для наставников в плане организационно-психологической составляющей их деятельности с целью повышения её эффективности.

1. Важнейшее качество хорошего наставника — умение пользоваться таким важным инструментом, как обратная связь, то есть информирование подопечного о том, как он продвигается в обучении. Она должна быть своевременной и конструктивной. Говорить о том, что полгода тому назад сотрудник опоздал на встречу на полчаса, бессмысленно.

2. Необходимо избегать излишней эмоциональности и придерживаться правила «хвали при всех, ругай наедине». При этом у подчиненного должна быть возможность высказаться — вдруг ситуация совсем не такая, какой видится со стороны. Может оказаться, что он понимает все свои ошибки, но просто растерялся. Или что он всем доволен и никаких ошибок не заметил. В каждом из этих случаев обратная связь будет строиться по-разному.

3. Некоторые наставники считают, что их функция — только указывать на недостатки, отмечать хорошее они не считают нужным. И это серьезная ошибка, так как у подчиненного возникает ощущение собственной неуспешности, и он не может понять, что все-таки не смог сделать правильно. Поэтому в общем виде формула обратной связи должна выглядеть так: отметить хорошее, указать на ошибки и сформулировать ожидания на будущее.

Литература:

1. Базанов, И. А. Личностно-профессиональное становление государственных служащих в системе органов прокуратуры. Автореферат дисс. На соискание ученой степени канд. психол. наук. — М.: 2015.
2. Зеер, Э. Ф. Психология профессий. — М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2014.
3. Зотова, О. И., Кряжева И. К. Содержание и показатели адаптации личности. // Организационная психология. Сост. и общая редакция Л. В. Винокурова, И. И. Скрипюка. — СПб.: Питер, 2013.

Отношение студентов младших курсов спортивного вуза к своему телу

Половинкин Валерий Валерьевич, студент

Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта (г. Санкт-Петербург)

В статье рассматриваются представления поколения Z о теле, его функциях и практиках преобразования. На материалах анкетного опроса со студенческой молодежью (n = 293), проведенного в апреле 2023 года в г. Санкт-Петербург, определено эмоционально-чувственное отношение молодежи к телу как индивидуальному проекту, позволяющему комфортно себя чувствовать. Тело должно быть здоровым: ценность его как инструмента самовыражения, его статусные и идентификационные характеристики в современности уступают место функциональности.

Ключевые слова: тело, отношение к телу, забота о теле; студенты младших курсов спортивного вуза.

Общество все более заинтересовано здоровым образом жизни и правильным питанием. Спортсмены — пример в этом отношении, они постоянно работают над своим телом и заботятся о нем, что подчеркивает важность психологической готовности спортсменов к достижению успеха.

Материалы и методы исследования включали в себя анализ литературных источников и данные опроса, проведенного в январе-апреле 2023 года (n = 293) студентов первого-второго курса спортивного вуза (девушек 37,8 %, юношей 62,11 %). Средний возраст 20,6±0,6 лет. Анкетный опрос вызвал интерес у участников, продемонстрировавших высокую активность в открытых вопросах и добавлениях после них: опрос «заставляет задуматься», позволяет «увидеть себя с иной стороны». Он осуществлялся в интернет сети с помощью Google Forms. Полученные данные сравнивались с результатами исследования 2015 года [4].

Результаты исследования и их обсуждение

Отношение представителей поколения Z к физической культуре и спорту характеризует сильную ориентацию на здоровый образ жизни и фитнес-тренды [2].

Тело человека рассматривается как первичный, данный природой объект, который преобразуется в процессе принятия и освоения социокультурных норм [2]. Наши респонденты непосредственно вовлеченные в строительство тела, признают его социальность.

Телесный капитал наших респондентов составляет традиционно здоровье 61,53 % опрошенных vs 42,5 % (2015 год), физическая сила 50,94 % vs 11,1 %, профессиональные навыки 49,05 % vs 40,7 %, умения и сноровка 47,91 % vs 38,8 %, внешность 47,72 % vs 25,9 %. Младшая выборка более заинтересована своей внешностью, манерами, стилем, чем старшая по возрасту, что в большей степени соответствует модели «удовольствия и участия». С суждением «мужчина должен всегда хорошо выглядеть» согласны 55,5 % опрошенных (2015 г.) vs 73,07 % (2022 г.). Молодые спортсмены больше заинтересованы в привлекательности, чем артисты балета. Проблемы с лишним весом в 2015 году испытывали 11,1 % мужчин, столько же не уверены в этом. В 2022 году 47,72 % респондентов признают наличие проблемы с лишним весом. Вероятно, возросло внимание к этому параметру, как и озабоченность им (девушки 45,45 %; иногда испытывают. — 34,09 % и 4 % юношей).

Отношения с собственным телом у опрошенных респондентов, по мнению их самих, противоречивы: доля «контролирующего» отношения в два раза превосходит долю «развивающего», в три раза превосходя «бережное» и «изучающее» (68,18 % vs 30 % и 20 %) отношения. Спорт — одна из немногих областей в средствах массовой информации, где «тело мужчин изображается чаще и в более широком спектре занятий, чем тело женщин» [цит. по 1]. Чувственное восприятие тела, так важное в тренировочном процессе при сверхнагрузках, заменяется оценивающим. Тело — рабочий инструмент для четверти опрошенных. «Тело может стать инструментом подтверждения положения индивида в общественной системе, его принадлежности определенной социальной группе, с одной стороны, и средством самовыражения, с другой [2]».

На вопрос, «что именно Вам нравится и не нравится в вашем теле, и что бы Вы хотели изменить в нем?», подавляющее большинство указывает на части тела, а не на качества и функции. Они смотрят на анатомию своего тела, руки, ноги, живот, форму лица и т. д. Единицы писали — не нравится старение, чувствительность к аллергенам, ограничения возможностей тела, его функций. Тело для студенческой молодежи — индивидуальный проект, который моделируется его собственником. Информанты актуализируют субъективные ощущения от собственного тела. Рассмотрим примеры.

Согласно данным, более половины студентов спортивного вуза не испытывают беспокойства по поводу своего внешнего вида (48,21 %). Они чувствуют себя сильными и способными продолжать физические тренировки дольше и усерднее. Большинство студентов спортивного вуза принимают свое тело таким, какое оно есть (61,31 %), как результат регулярных тренировок и занятий спортом, способствующие развитию этих качеств. Студенты спортивного вуза чувствуют себя более уверенно, благодаря спортивной активности. Доля студентов, заявивших, что испытывают радость и удовлетворение, когда смотрят на себя в зеркало 72,02 %. Уверенность в спортивных достижениях переносится на уверенность в себе в других аспектах жизни. Постоянная физическая нагрузка может привести к повышению уровня энергии. 72,02 % студентов спортивного вуза признались в том, что иногда бывают

недовольны своим телом. Большинство студентов принимают свое тело таким, какое оно есть (61,31 %).

Наиболее популярным средством для улучшения тела среди студентов является спорт (92,86 %). Связь между физической активностью и улучшением психического состояния известна: физические тренировки помогают младшекурсникам структурировать мысли, снять эмоциональное напряжение и стимулируют мобильность.

Литература:

1. McKay Jim et Laberge Suzanne, «Sport et masculinités», Clio [En ligne], 23 | 2006, mis en ligne le 01 juin 2008, consulté le 25 mars 2023. URL: <http://journals.openedition.org/clio/1908>; DOI: <https://doi.org/10.4000/clio.1908>
2. Антонова, Н. Л. Трансформация представлений молодежи о теле // Теория и практика общественного развития. 2022. № 9 (175). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/transformatsiya-predstavleniy-molodezhi-o-tele> (дата обращения: 13.05.2023).
3. Васильева, Н. В., Матвеева Н. А. Отношение представителей поколения z к физической культуре и спорту в вузе // Вестник ЧПУ им. И. Я. Яковлева. 2021. № 1 (110). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otnoshenie-predstaviteley-pokoleniya-z-k-fizicheskoy-kulture-i-sportu-v-vuze> (дата обращения: 12.05.2023).
4. Димура, И. Н. Мужская телесность глазами мужчин // Вестник Академии русского балета им. А. Я. Вагановой. 2015. № 4 (39). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/muzhskaya-telesnost-glazami-muzhchin> (дата обращения: 23.03.2023).

Заключение

Студенты спортивного вуза объективируют свое тело. Эта позиция противоречива. Юноши с затруднением говорят о своей телесности, воспринимая ее фрагментарно, избегая чувственных переживаний. Фрагментация восприятия тела до исполнения инструментальной роли снижает возможности реализации человека как личности.

Ценности и ценностные ориентации супругов

Салахян Армине Камоевна, студент магистратуры
Ярославский государственный педагогический университет имени К. Д. Ушинского

В статье представлен теоретический анализ ценностей и ценностных ориентаций супругов.

Ключевые слова: ценности, ценности семьи, ценностные ориентации супругов, ценностные ориентации личности, семейная жизнь, система ценностей.

Values and value orientations of spouses

The article presents a theoretical analysis of the values and value orientations of spouses.

Keywords: values, family values, value orientations of spouses, value orientations of the individual, family life, value system.

Общечеловеческие ценности определяют содержание направленности личности и составляют основу его отношения к окружающему миру, к другим людям, к самому себе, основу мировоззрения и стержень деятельности человеческой жизни.

Ценности личности человека, которые формируются в течение его жизни, оказывают влияние на всю его жизнь, в том числе и на отношения внутри собственной семьи.

Ценности супругов, как жизненные, так и семейные, приобретенные в процессе создания и функционирования семьи, играют определенную роль в семейных отношениях, особенностях детско-родительских взаимодействий и формировании типа семейной системы [5].

Система ценностей личности представляет собой сложное идеальное образование нашего сознания и самосознания.

Личностные ценности организованы в определенные системы (иерархии). Сложная иерархическая структура системы ценностей в целом определяется многообразием социальных условий развития и жизни личности. Критерии ранжирования индивидом ценностных ориентаций неоднозначны — их предпочтение может быть обусловлено как представлениями об их абсолютной значимости для общества, так и их субъективной актуальной значимостью для самого индивида [5].

Существуют разнообразные теории и подходы к рассмотрению иерархической структуры ценностей лич-

ности. Например, А. И. Донцов рассматривает систему ценностей, выраженную различными их формами:

- 1) система самых устойчивых и обобщенных («стерженевых») ценностных эталонов личности;
- 2) система частных эталонов по отношению к окружающей действительности и себе самому в отдельных сферах его социальной деятельности — это ценностные ориентации личности;
- 3) совокупность эталонов, реализующихся в строго однотипных условиях.

Одежда, жилище, домашний комфорт, карьера, успех, любимая работа, здоровье, семья, дети в нашем субъективном восприятии выступают как определенные ценности.

У каждой семьи есть свой набор ценностей, которые имеют для них значение. Ценности семьи — это традиционные или культурные ценности, связанные со структурой, функциями, ролями, убеждениями, взглядами и идеалами семьи [2, с. 96–99].

Многие семьи постоянно создают и развивают свои ценности. Они могут не до конца осознавать, как их ценности вписываются в современный мир. Однако выбранные семьей ценности влияют на то:

- Что они делают в свободное время.
- Как они тратят свои деньги.
- Что они носят и едят.
- Как они связаны друг с другом.

Ценности придают смысл и направление каждой части жизни семьи.

Анализируя данные, по которым люди составляют представление друг о друге (статусе, общности интересов и т. п.), можно составить следующий перечень основных сфер интересов-спутников обычного современного человека: профессия, семья, увлечения, уклад семьи, образование, отдых, общение с животными, жилище, гуманизм и стремление его проявлять, вера, здоровье, материальное благополучие. На их основе можно выделить основные ценности, которые могут характеризовать типичную семью: любовь как форма реализации своих духовных потребностей; забота о близких; возможность быть объектом заботы, поддержки; дети; продолжение рода; здоровье; интересное совместное времяпрепровождение; сексуальная удовлетворенность; совместное ведение хозяйства как вариант комфорта, обустройство жилища; отдых физический, психологический; финансовая поддержка и др. [3, с. 234–236].

Перечисленные ценности и стремление ориентироваться на них отражают образ жизни человека, представляющего различные сферы жизни: духовную, интеллектуальную, материальную, витальную. Семья в своем развитии проходит определенные этапы, которые в совокупности составляют жизненный цикл. В основе смены стадий лежат возрастные изменения (переживание возрастных кризисов), а также рождение детей, внуков

и сфера деятельности, связанная с их культурой и их первичной социализацией [6].

Иерархия ценностей у каждого человека может быть разной. Когда люди образуют семью, несовпадение ценностных иерархий каждого ее члена может вызвать конфликты в семье и даже ее распад. В то же время такой сдвиг может и сплотить ее членов, обогатить их, позволить семье наполниться, например, более духовно [5].

Взаимосвязь ценностей, их содержание и иерархия определяют динамику взаимоотношений членов семьи и семьи как группы в целом [4].

Многие исследователи относят супружеские отношения к одному из видов взаимодействия. Причиной этого взаимодействия является соответствие, согласованность и ценностно-смысловых координат жизненных миров [1, с. 13–24]. И. Ф. Дементьева отмечает, что объединение людей в браке связано с естественной перестройкой их ценностей и становлением системы общих ценностей семьи.

Таким образом, процессы персонализации и персонификации как механизмы трансформации ценностно-смысловых компонентов жизненных миров супругов, происходящие между супругами, обеспечивают расширение общего и объединенного пространства, создавая возможность укрепления общности супругов. Благодаря этому персонализация выступает показателем степени открытости супругов, в результате чего семья открыта не только миру социальному, но и миру культуры, открыта партнеру, что привносит в семью возможность саморазвития как самоорганизующейся системы.

По закону развития каждая система должна пройти свой жизненный цикл. Жизненный цикл семьи — это определенная последовательность событий и этапов, через которые проходит каждая семья.

Таким образом, можно определить, что:

— Система ценностей дает возможность личности решить, что для нее значимо и важно в брачной и семейной жизни.

— Система ценностей (ценностных ориентаций) семьи не является постоянной на протяжении всего ее жизненного цикла. Общесемейные ценности не всегда включают у себя ценностные ориентации каждого из супружества.

— Условием нормального развития и функционирования семьи является наличие у мужа и жены многообразных ценностных ориентаций. Многообразие систем ценностей служит естественной базой для индивидуализации личности, и потому система, обеспечивающая такое многообразие, обладает наибольшей устойчивостью.

— Процессы персонализации и персонификации как механизмы трансформации ценностно-смысловых составляющих жизненных миров супругов.

— Согласование ценностных ориентаций супругов проявляется в динамике общих ценностей семьи, которая может проявляться как в количественном, так и в качественном изменении данного образования.

Литература:

1. Антонов, А. И. Социология семьи / А. И. Антонов, В. М. Медков. — Москва: Изд-во МГУ: Изд-во Международного университета бизнеса и управления «Братья Карич», 1996. — Текст: непосредственный.
2. Дюльдина, Ж. Н. Категории «ценность» и «семейные ценности» в философских, психологических и социально-педагогических науках / Ж. Н. Дюльдина, Л. П. Шустова. — Современные наукоемкие технологии. — 2016. — № 11–1. — Текст: непосредственный.
3. Ключко, В. Е. Персонификация ценностей как механизм нравственного воспитания / В. Е. Ключко; Пути формирования нравственных основ личности школьника. Проблемы. Методика. Опыт: тезисы конференции. — Барнаул, 2007. — Текст: непосредственный.
4. Леонтьев, Д. А. Методика изучения ценностных ориентаций / Д. А. Леонтьев. — Москва, 1992. — Текст: непосредственный.
5. Электронный ресурс: «Система ценностей супружеской пары и ее изменение в браке» / Режим доступа: https://www.referatmix.ru/referats/76/referatmix_145015.htm Дата обращения: 15.12.2023 г.
6. Электронный ресурс: «Studizba» / Режим доступа: <https://studizba.com/files/show/doc/63677-2-131574.html> Дата обращения: 15.12.2023 г.

Роль семейных стилей в формировании аддиктивного и аутоагрессивного поведения

Фролова Любовь Александровна, учитель-логопед;
 Кладова Ольга Николаевна, директор;
 Михайлова Юлия Сергеевна, учитель английского языка;
 Севрюкова Екатерина Сергеевна, педагог-психолог;
 Самоделко Анастасия Сергеевна, учитель начальных классов;
 Алиштраф Елизавета Александровна, учитель начальных классов;
 Дунаева Анастасия Леонидовна, учитель начальных классов;
 Плехотник Татьяна Александровна, тьютор
 МОУ «Начальная школа п. Дубовое» (Белгородская обл.)

В данной статье исследуется роль семейных стилей в формировании аддиктивного и аутоагрессивного поведения. Авторы основываются на предположении, что семейные стили, такие как перфекционизм, контроль, строгие правила, насилие, недостаток поддержки и эмоциональной связи, могут способствовать возникновению и развитию аддиктивных и аутоагрессивных поведенческих проблем у детей и подростков.

Для проведения исследования авторы использовали методы сбора данных, такие как анкетирование, интервьюирование и анализ документов, чтобы получить информацию о семейном стиле их студентов. Затем они провели статистический анализ полученных данных, чтобы определить связь между семейными стилями и аддиктивным и аутоагрессивным поведением.

Результаты исследования показали, что определенные семейные стили, такие как контроль и насилие, были связаны с увеличением вероятности развития аддиктивного и аутоагрессивного поведения у детей и подростков. Более того, недостаток эмоциональной поддержки и связи в семье также имел отрицательное влияние на их поведение.

В заключение, данная статья подтверждает гипотезу о том, что семейные стили играют важную роль в формировании аддиктивного и аутоагрессивного поведения у детей и подростков. Основываясь на этих исследованиях, возможно разработать интервенции, направленные на помощь семьям в изменении своего стиля воспитания и создании благоприятных условий для развития позитивного и здорового поведения у детей и подростков.

Внаши дни возрастает частота проявлений аддиктивного и аутоагрессивного поведения. Эти явления могут возникать практически в любом возрасте, однако одно из самых ярких проявлений — детский и подростковый возраст.

Современные аддикции имеют тенденцию к усложнению, изменению и модернизации в связи с ускорением информационно-техническим прогрессом.

Молодое поколение все более втягивается в новые, интересные для себя виды деятельности (через развитие компьютерных, игровых технологий, социальных сетей, через появление планшетов, смартфонов). Прослеживается тенденция к коморбидности аддикций.

Называют различные причины данной тенденции. Наиболее частыми среди них является повышение

учебной нагрузки в данном возрасте, смена места жительства и круга общения, переосмысление жизненных ценностей и, конечно, внешние обстоятельства, вызывающие тревогу.

Внимание проблеме аддиктивного поведения уделяли такие ученые, как Т. В. Воробьева, А. В. Ялтонская, Я. И. Гилинский, Н. Н. Иванец, И. П. Анохина, М. А. Винникова, М. Е. Позднякова, С. А. Кулаков и др. [3; 4; 7; 8; 10].

Одним из основных источников аддиктивного и аутоагрессивного поведения является семья. Ведь именно семья — это первый институт социализации, с которым человек сталкивается в своей жизни. Ребенок является частью семьи, выполняет внутри нее различные функции, участвует в различных взаимоотношениях. Именно из семьи человек с самого рождения получает информацию об окружающем мире. Вероятность проявления аддиктивного и аутоагрессивного поведения людей во многом зависит от того, сталкивались ли они с данными проявлениями внутри своей семьи особенно в детском возрасте. В связи с этим для практической психологии и педагогики актуальна задача исследования влияния семейных стилей на развитие аддиктивного и аутоагрессивного поведения, решение которой позволит найти наиболее эффективные пути выявления, профилактики и преодоления этого негативного факта.

Основная часть

Проблема связи семейных стилей с формированием аддиктивного и аутоагрессивного поведения имеет давнюю историю. Многие исследователи в нашей стране и за рубежом рассматривали данную проблему с точки зрения различных аспектов. Однако общие взгляды так и не были сформированы, и проблема остается сложной и поэтому актуальной. Аутоагрессивное поведение включает в себя 2 понятия — суицидальное поведение и аутодеструктивное поведение.

Суицидальное поведение, состоящее в специально организованных действиях, направленных на лишение себя жизни.

Э. Дюркгейм выделяет 3 типа такого поведения:

— «аномическое» — поведение, которое возникает ввиду различных кризисных ситуаций и личных трагедий человека;

— «альтруистическое» — поведение, целью которого является создание блага другим людям нередко в ущерб самому человеку;

— «эгоистическое» — поведение, которое обусловлено конфликтом с окружающим миром. Нередко данный конфликт бывает связан с невозможностью или нежеланием выполнения требований и правил, предъявляемых социумом [5].

Аутодеструктивное поведение (или саморазрушающее поведение), которое состоит в целенаправленных действиях, результатом которых нередко становится физическое или психическое разрушение личности, однако нередко такие действия могут привести к суициду [12].

А. В. Ипатов выделяет два вида аутодеструктивного поведения:

— прямое, которое заключается в непосредственном причинении вреда самому себе в течение определенного времени;

— косвенное — отсроченное саморазрушение или самоповреждение. Оно часто не осознается индивидом и объясняется снятием стресса или релаксацией (например, прием алкоголя, табакокурение и т. д.) [15].

Часть лиц с аутоагрессивным поведением (чаще с психическими аномалиями) имеет тенденцию к испытанию боли и сопряженных с ней сильных эмоциональных переживаний, в то время как исход аутоагрессии для них не является значимым. Подобная специфика отмечается при аутоагрессивном поведении в рамках аддиктивного типа девиантного поведения.

Семья — это самый первый институт социализации ребенка. Функциональное назначение семьи складывается из важных составляющих. Чем больше функций у каждой отдельной семьи, тем богаче внутрисемейные отношения. Дисфункциональные семьи разрушают не только отношения, но и личностные свойства. Паттерны поведения, усвоенные в таких семьях, не могут способствовать укреплению целостности личности ребенка и адекватному восприятию себя и других людей. Для детей из дисфункциональных семей осложнены такие значимые для личности процессы, как принятие объективной сложности окружающего мира, полноценная адаптация к изменяющимся условиям, умение принимать на себя ответственность и делать выбор [2].

К основным функциям семьи относят следующие: воспитательную, хозяйственную, эмоциональную, функцию духовного общения, функцию первичного социального контроля, сексуально-эротическую функцию.

Однако важно отметить, что вместе с изменением социальных условий могут изменяться и функции семьи, их содержание и значимость. К таким изменениям могут вести следующие причины:

— личностные особенности членов семьи;

— низкий уровень доверия и взаимопонимания;

— изменение условий жизни семьи;

— неполный состав семьи;

— недостаточный уровень знаний и навыков в культуре взаимоотношений и воспитании детей [12].

Как специфические, так и неспецифические функции семьи находятся в тесной взаимосвязи друг с другом, поэтому нарушение любой из названных выше функций ведет к нарушению семейной системы и внутрисемейных отношений, что может иметь достаточно серьезные последствия.

О роли родительского программирования и так называемого сценария впервые заговорил Э. Берн. Он отмечал, что «Сценарий — это постоянно развертывающийся жизненный план, который формируется еще в раннем детстве в основном под влиянием родителей. Этот психологический импульс с большой силой толкает человека вперед, навстречу судьбе, и очень часто независимо от его сопротивления или свободного выбора» [5, с. 47].

В выборе аддитивных агентов ребенок может либо повторить родительский сценарий, либо может сработать антисценарий, и ребенок избежит участи родителей, выбрав собственные средства.

Важно отметить тот факт, что внутри каждой конкретной семьи существует свой собственный язык аддикции. Это означает, что члены данной семьи при образовании новых отношений ищут таких людей, которые говорят с ними на общем или схожем языке. Такой поиск производится на каком-то неосознаваемом эмоциональном уровне.

Аутоагрессивное, как и аддитивное, поведение формируется, как правило, в детском его возрасте. Причины его формирования можно заметить прежде всего внутри семьи. Основными причинами аутоагрессивного поведения (которое проявляется уже во взрослом возрасте) можно считать следующие:

Неадекватные и необъективные наказания. Очень часто взрослые выбирают наказание, неадекватное совершенному ребенком проступку. Часто в качестве наказания используются оскорбления или физическое наказание. При этом ребенок в силу возраста и иерархии, существующей в каждой семье, не может ответить взрослому и вынужден терпеть данную несправедливость. Важно отметить, что накопленные негативные эмоции ребенок может реализовывать на тех, кто слабее — младших сиблингах или животных. Однако часто эти эмоции выплескиваются на него самого в виде аутоагрессии;

— Конфликты в семье между взрослыми. Ссоры, происходящие на глазах у ребенка, вызывают в нем целую массу негативных эмоций, начиная страхом и заканчивая чувством вины. Эти эмоции находят выход в повреждении детьми собственного тела;

— Ощущение недостатка внимания. Если родители в силу различных обстоятельств заняты и не проявляют интереса и внимания в сторону ребенка, он пытается завладеть их временем различными способами, одним из которых, конечно, являются проявления аутоагрессии, выраженные абсолютно разными действиями;

— Завышенные требования к детям. Когда к ребенку предъявляются такие требования, которым он не способен соответствовать, может сформироваться заниженная самооценка. Кроме того, у детей, к которым предъявляются завышенные требования зачастую возникает страх перед возможными ошибками или неудачами и чувство вины, когда этот страх сбывается. Чтобы искупить вину, ребенок причиняет вред самому себе;

— Пример родителей. Если родители проявляют аутоагрессию, то и ребенок будет копировать их модель поведения [1]. Задачей нашего исследования нам было интересно выявить роль семейных стилей в формировании аддитивного и аутоагрессивного поведения у студентов. Для этого мы использовали корреляционный анализ с использованием коэффициента ранговой корреляции Ч. Спирмена. По итогу анализа была составлена корреляционная плеяда (рисунок 1.).

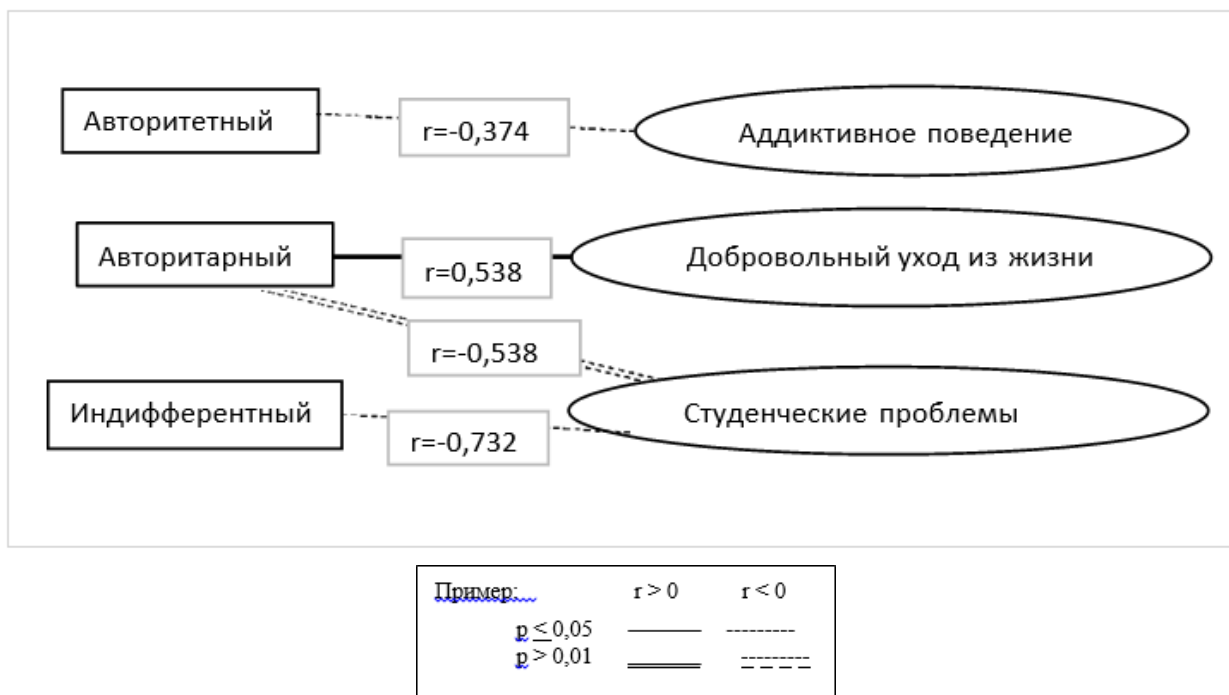


Рис. 1. Корреляционная плеяда связи стилей семейного воспитания и аддитивного и аутоагрессивного поведения у студентов

Из рисунка 1. видно, что существует положительная связь на уровне статистической значимости между такими показателями как «Авторитарный» и «Добро-

вольный уход из жизни» ($r = 0,538$ при $p \leq 0,05$). Такая связь указывает нам на то, чем сильнее проявляется авторитарный стиль воспитания в семье, тем сильнее про-

является аутоагрессивное поведение у респондентов, которая проявляется в суицидальных мыслях и желании покончить с собой.

При авторитарном стиле воспитания была обнаружена и отрицательная обратная связь на высоком уровне значимости между такими показателями как «Авторитарный» и «Студенческие проблемы» ($r=-0,538$ при $p\leq 0,01$). То есть, чем авторитарнее стиль воспитания был у студента, тем меньше проблем в студенческое время, так как такие люди в основном очень замкнуты, не готовы идти на конфликт и уходят от них.

Отрицательная связь была обнаружена на достоверном уровне значимости по показателям «Авторитетный» и «Аддиктивное поведение» ($r=-0,374$ при $p\leq 0,05$). То есть, чем открытее родители для общения со своими детьми на разные темы, готовы прийти на помощь, если это необходимо, верят в успех самостоятельной деятельности своего ребенка, тем меньше вероятность, что у респондентов будут проявляться склонности к аддиктивному поведению.

Таким образом, наша гипотеза о том, что существует связь семейных стилей и аддиктивного и аутоагрессивного поведения студентов, а именно: чем лучше родители общаются со своими детьми, имеют доверительные отношения, тем меньше вероятность проявления аддиктивного поведения. При этом, чем сильнее проявляется авторитарный стиль воспитания в семье, тем сильнее проявляется аутоагрессивное поведение у респондентов, которая проявляется в суицидальных мыслях, подтвердилась.

Заключение

В рамках данного исследования была изучена связь семейных стилей с формированием аддиктивного и аутоагрессивного поведения у студентов. Был проведен теоретический обзор и эмпирическое исследование по данному вопросу.

В теоретической части работы были изучены труды Т. В. Воробьевой, А. В. Ялтонской, Я. И. Гилинского, Н. Н. Иванец, И. П. Анохиной, М. А. Винниковой, М. Е. Поздняковой, С. А. Кулакова, А. Г. Амбрумовой, В. А. Тихоненко, В. В. Ковалева, Г. Я. Пилягиной, А. А. Реана в области изучения аддиктивного и аутоагрессивного поведения, а также работы Э. Гидденса, А. В. Черникова, А. В. Мудрика, А. Я. Варга, Т. С. Драбкиной, Л. Д. Шнейдер по проблеме семейных стилей [2; 5; 3; 4; 6; 7; 8; 9; 10; 11].

Аддиктивное и аутоагрессивное поведение — сложный психологический конструкт, который включает пове-

денческий, когнитивный и эмоциональный компоненты, и определяется, как тенденция к саморазрушающему (осознанно или неосознанно) поведению. На данном этапе исследования нет точных сведений, как закладывается этот психический феномен, но известно, что на него влияет. Различные семейные стили — вот что оказывает первоочередное влияние на формирование аддиктивного и аутоагрессивного поведения.

В наши дни возрастает частота проявлений аддиктивного и аутоагрессивного поведения. Эти явления могут возникать практически в любом возрасте, однако одно из самых ярких проявлений — студенческий возраст. Аддиктивное и агрессивное поведения может проявляться по-разному: первое, например, через наркотическую или алкогольную зависимости, табакокурение, токсиманию или нехимические формы (интернетзависимость, игровая зависимость (гэмблинг), анорексия, булимия и др.), вторая — чаще всего через самообвинение.

В ходе корреляционного анализа было выявлено, что существует положительная связь на уровне статистической значимости между такими показателями как «Авторитарный» и «Добровольный уход из жизни». Такая связь указывает нам на то, чем сильнее проявляется авторитарный стиль воспитания в семье, тем сильнее проявляется аутоагрессивное поведение у респондентов, которая проявляется в суицидальных мыслях и желании покончить с собой.

Полученные данные о корреляции свидетельствуют о том, что необходимо разработать рекомендации по работе с аддиктивным и аутоагрессивным поведением.

Современные аддикции имеют тенденцию к усложнению, изменению и модернизации в связи с ускоряющимся информационно-техническим прогрессом. Молодое поколение все более втягивается в новые, интересные для себя виды деятельности (через развитие компьютерных, игровых технологий, социальных сетей, через появление планшетов, смартфонов).

В связи с проблемой аддиктивного поведения особую значимость приобретает эмоциональная функция, которая реализуется в удовлетворении потребностей членов семьи в симпатии, уважении, признании, эмоциональной поддержке, психологической защите. С нарушением эмоциональной стабильности могут развиваться и укрепиться такие явления как повышенная тревожность, страх перед действительностью, потеря чувства безопасности и недоверие к окружающим.

Литература:

1. Арутюнян, М. Ю. О социальной обусловленности некоторых воспитательных проблем / М. Ю. Арутюнян. — М.: Просвещение, 1986. — 160 с.
2. Варга, А.Я., Драбкина, Т. С. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс / А. Я. Варга, Т. С. Драбкина — СПб.: Речь, 2013. — 144 с.
3. Воробьева, Т.В., Ялтонская, А. В. Профилактика зависимости от психоактивных веществ. Руководство по разработке и внедрению программ формирования жизненных навыков у подростков группы риска / Т. В. Воробьева, А. В. Ялтонская — М.: УНП ООН, 2008.

4. Гилинский, Я. Девиантология: социология преступности, наркотизма, проституции, самоубийств и других «отклонений» / Я. Гилинский СПб.: Юридический центр «Пресс», 2004. — 448 с.
5. Дюркгейм, Э. Социология. Ее предмет, метод, предназначение. / Пер. с фр. / Э. Дюркгейм — М.: Канон, 2012. — 352 с.
6. Ершова, Т. И. Микиртумов, Б. Е. Формирование биосоциальной системы «мать-дитя» и ее функционирование в раннем детстве // Обозрение психиатрии и мед. психологии — 1995. — № 1. — с. 55–63.
7. Иванец, Н.Н., Анохина, И.П., Винникова, М.А., редакторы. Наркология: национальное руководство. 2-е издание, переработанное и дополненное / Н. Н. Иванец, И. П. Анохина, М. А. Винникова — М.: ГЭОТАР-Медиа. 2016; 944 с.
8. Кулаков, С. А. Практикум по психотерапии психосоматических расстройств/ Кулаков С. А. — СПб.: Изд-во «Речь», 2007. 296 с.
9. Пилягина, Г. Я. Аутоагрессия: биологическая целесообразность или психологический выбор// Таврический журнал психиатрии. 1999.Т. 3, № 3.С.
10. Позднякова, М. Е. Социальные и психологические предпосылки наркотизации // Россия: трансформирующееся общество / Под ред. В. А. Ядова / М. Е. Позднякова — М.: КАНОН-Пресс-Ц, 2001.
11. Реан, А.А., Кудашев, А.Р., Баранов, А. А. Психология адаптации личности / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов — СПб.: Прайм Еврозонак, 2005.
12. Шнейдман, Э. Десять общих черт самоубийств / Суицидология: Прошлое и настоящее / Э. Шнейдман — М.: Когито-Центр 2001. — 354 с.

Влияние эмоционального состояния человека на внешнюю жестикуляцию и мимику

Чекунова Алексия Евгеньевна, учащаяся 11-го класса
ГУО «Средняя школа № 91 имени Хосе Марти г. Минска» (Беларусь)

Бурец Юлия Михайловна, преподаватель
Белорусский государственный педагогический университет имени М. Танка (г. Минск)

Любая деятельность человека связана с осуществлением потребностей. Эмоциональные переживания являются одним из способов выражения познавательной потребности.

Эмоции — это элементарные переживания, возникающие у человека под влиянием общего состояния организма и хода процесса удовлетворения актуальных потребностей. Такое определение эмоций дано в большом психологическом словаре.

Эмоциональные состояния являются одно из разновидностью эмоций, характеризуются большей длительностью, которая может измеряться часами и днями.

По своей модальности эмоциональные состояния могут представлять в форме раздражительности, тревоги, благодушия, различных оттенков настроения — от депрессивных состояний до состояния эйфории. Однако чаще всего они представляют собой смешанные состояния. Поскольку эмоциональные состояния — это тоже эмоции, в них также отражаются отношения между потребностями субъекта и объективными или субъективными возможностями их удовлетворения, коренящимися в ситуации.

Знание психологических основ и природы эмоциональных состояний помогает человеку контролировать свое эмоциональное состояние.

Цель работы: определить взаимосвязь между эмоциями и эмоциональными, а также физиологическими состояниями человека.

Задачи:

1. Определить сущность понятий эмоция и эмоциональное состояние.
2. Систематизировать научные теории об эмоциональном мире человека.
3. Провести и интерпретировать метод наблюдения.
4. Выявить эмоцию и сопровождающие ее жесты.

Гипотеза: предположить, что определённые эмоции влекут за собой сопровождение их жестами и изменения внутреннего физиологического состояния человека.

Актуальность: заключается в том, чтобы диалог был эффективным. Умение считывать эмоции через жесты.

1. Общая характеристика эмоций. Научные теории эмоций. Переход эмоций в эмоциональные состояния. Связанные с ними внешние проявления человека

1.1. Общая характеристика эмоций. Научные теории эмоций

«Эмоции — это элементарные переживания, возникающие у человека под влиянием общего состояния организма и хода процесса удовлетворения актуальных по-

требностей». Такое определение эмоций дано в большом психологическом словаре [22].

Иными словами, эмоции — это субъективные психологические состояния, отражающие в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного, отношение человека к миру и людям, к процессу и результату его практической деятельности.

Ряд авторов придерживается следующего определения. «Эмоции — это психическое отражение в форме непосредственного, пристрастного переживания, жизненного смысла явлений и ситуаций, обусловленного отношением их объективных свойств к потребностям субъекта». [23].

По мнению ученых, в этом определении содержится одна из основных особенностей эмоций, отличающая их, например, от познавательных процессов — непосредственная представленность в них субъекту отношения между потребностью и возможностью ее удовлетворения.

Алексей Львович Гройсман отмечает, что эмоции — это форма психического отражения, стоящая на грани (к содержанию познаваемого) с физиологическим отражением и представляющая собой своеобразное личностное отношение человека и к окружающей действительности, и к самому себе.

На простом языке, эмоции — более простое, непосредственное переживание в данный момент, это отчетливо выраженная реакция человека на определенную ситуацию, с которой он столкнулся в жизни, живая реакция на происходящее, такая, например, как удовлетворенность, разочарование и т. д.

В переводе с латинского слово «эмоция» означает «*по-трясаю*» или «*волную*», то есть это некий процесс, в котором человек не спокоен и оценивая нечто, он это как-то переживает.

Состояние переживания эмоции охватывает всего человека. Внутри запускаются различные органические реакции, снаружи меняется мимика, взгляд, голос, положение тела и поведение.

Если человек оценил произошедшее, как ущемляющее его личное достоинство, то в ответ может либо обидеться, либо впасть в раздражение, промолчать или пойти в словесную (а может и физическую) атаку на обидчика. Сколько людей — столько и реакций, которые зависят от характера каждого из них.

1.2. Переход эмоций в эмоциональные состояния. Связанные с ними внешние проявления человека

«Эмоциональные состояния — психические состояния, которые возникают в процессе жизнедеятельности субъекта и определяют не только уровень информационно-энергетического обмена, но и направленность поведения». [4]

Простыми словами, эмоциональное состояние — это понятие, объединяющее настроения, внутренние чувства, влечения, желания, и эмоции. Обида, раздражение, возбуждение, истерика, упадок сил, мечтательность, хочу или не хочу — все это эмоциональные состояния. Эмо-

циональные состояния могут длиться от нескольких секунд до нескольких часов и быть более или менее интенсивными [3]. В исключительных случаях интенсивное эмоциональное состояние может сохраняться дольше названных сроков, но в таком случае это может быть свидетельством психических нарушений. От эмоционального состояния человека зависит его жизнь, его здоровье, его семья, работа, все его окружение, а изменение эмоционального состояния человека приводит к коренным изменениям в его жизни.

В повседневной жизни люди расслаиваются по близким эмоциональным состояниям в группы. Разные группы плохо понимают друг друга, хуже происходит общение, внутри же группы дела обстоят несколько лучше. Как правило, цельная, сформировавшаяся группа принадлежит к одному эмоциональному состоянию. Каждый человек уникален и придерживается своего личного мнения о жизни, но его точка зрения обусловлена не рассуждениями или образованием, а его эмоциональным состоянием. Та или иная эмоция может вызывать эмоциональное состояние. К примеру, эмоция радости вызывает надолго хорошее настроение и некий эмоциональный подъем. И наоборот, эмоция грусти вызывает депрессивное состояние.

В своей жизни человек испытывает разнообразные эмоции, некоторые из которых даже с трудом поддаются описанию.

В то же время, различные исследователи попытались структурировать их. Единого подхода к этому вопросу до сих пор нет.

Если же рассматривать самую простую классификацию, то можно представить ее следующим образом [5]:

— **Положительные:** (Имеют приятный эмоциональный фон, выступают в качестве положительного подкрепления для человека.);

— **Отрицательные:** (Отличаются негативным эмоциональным фоном. Горе, страх, зависть, тревога, отчаянье, тоска, гнев, грусть и прочие);

— **Нейтральные:** (Не имеют эмоционального окраса, не влияют на настроение человека. Безразличие, удивление, любопытство и прочие).

Кроме этого списка, в психологии эмоции также подразделяют на следующие виды [9]:

— **Базовые.** Присущи всем людям, вне зависимости от пола, возраста, места проживания и социального статуса;

— **Вариативные.** Проявляются внешне разнообразно. Они как раз обусловлены культурными или личностными особенностями, определяются местом проживания;

— **Врожденные.** Под врожденными понимаются те, которыми обладает младенец с самого рождения;

— **Приобретенные.** Так называют эмоции, которые человек получает в процессе получения жизненного опыта и социализации, формируются в определенных ситуациях в течение жизни;

— **Элементарные.** Максимально простые, которые невозможно разложить на еще более мелкие;

— **Составные.** Представляют собой ту или иную комбинацию элементарных эмоций;

— **Культурные.** Они формируются в процессе обучения.

Делая упор на базовый вид эмоций человека, можно выявить 10 основных эмоций, которые присущи каждому человеку [7]:

— **Интерес.** Так как человек отличается социальным образом жизни, то интерес является для него одним из наиболее часто испытываемым чувством. Благодаря ему индивид приобретает новые навыки, умения, знания. Интерес помогает ему развиваться, причем как физически, так и интеллектуально. Он имеет особенное значение, так как влияет на развитие как самой личности, так и общества в целом;

— **Радость.** Характеризуется положительным фоном и возникает в результате возможности удовлетворить актуальную для индивида потребность или ее непосредственного удовлетворения;

— **Удивление.** Не имеет какого-либо окраса и проявляется в качестве реакции на внезапно произошедшее явление или действие. Основная задача удивления состоит в том, чтобы подготовить индивида к неожиданности, сосредоточить его внимание на этом событии;

— **Гнев.** Негативное состояние, которое в основном возникает из-за невозможности удовлетворения значимой для индивида потребности или неудачи на пути к ее удовлетворению. Может быть также вызвано обманом или оскорблением. У гнева существует неконтролируемая форма — ярость, которая возникает при максимальном недовольстве сложившимися обстоятельствами;

— **Отвращение.** Отрицательное состояние человека, которое появляется в результате взаимодействия с чем-то или кем-то неприятным. Отвращение характеризуется сильным желанием избавиться от факторов, которые непосредственно его же и провоцируют;

— **Презрение.** Появляется из-за разногласий имеющихся убеждений и действий одного индивида с убеждениями и действиями другого. Функция его заключается в том, чтобы человек мог почувствовать себя лучше, чем тот, на кого направлено его презрение;

— **Стыд.** Возникает в результате несоответствия внешности или поведения с собственными убеждениями и мнением общества;

— **Вина.** Возникает на основе осуждения индивидом собственных действий. Сопровождается неуверенностью в себе, а также чувствами стыда и раскаяния;

— **Страх.** Представляет собой негативное состояние. Оно появляется в результате получения сведения об угрозе для жизни человека, причем как реальной, так и мнимой. Имеет большое значение, так как влияет на внешний вид, поведение и мышление индивида;

— **Горе.** Является реакцией на возникшие в жизни негативные ситуации, которые могут быть постоянными или временными.

Эмоции и чувства человека могут быть разнообразными по силе, глубине, продолжительности и форме выражения. В зависимости от сочетания скорости, силы и продолжительности различают следующие виды эмоциональных состояний:

- 1) настроение;
- 2) страсть;
- 3) аффект;
- 4) воодушевление;
- 5) стресс;
- 6) фрустрация [2].

1) **Настроение** — эмоциональное состояние, которое отличается слабой или средней силой выражения, но при этом его значительной устойчивостью [2].

То или иное настроение может продолжаться целые дни, недели, месяцы. Это не специальное переживание по поводу какого-либо конкретного события, а общее состояние человека, на которое влияют различные факторы: социально-психологическая атмосфера в его ближнем и дальнем окружении, степень удовлетворения материальных и духовных потребностей, социальная защищенность и т. д. Причиной определенного настроения может быть также какое-либо значительное событие в личной или общественной жизни, состояние нервной системы человека и общее состояние его здоровья. Настроение отражается на активности, действиях и поведении человека. Обычно по преобладающему у данного человека настроению мы называем его веселым, жизнерадостным либо грустным, апатичным.

2) **Страсть** — это также длительное и устойчивое эмоциональное состояние, но в отличие от настроения оно характеризуется сильным эмоциональным наклоном [9]. Страсть представляет собой сплав эмоций, чувств и мотивов, сконцентрированных вокруг определенной деятельности или человека. Возникая при сильном стремлении к достижению общественно и лично значимой цели, страсть обогащает личность, служит стимулом к большой созидательной деятельности человека и ведет к выдающимся достижениям. Страсть, преследующая мелкую, корыстную цель, обедняет и искажает личность.

3) **Аффект** — это чрезвычайно сильное, быстро возникающее и бурно протекающее кратковременное эмоциональное состояние (отчаяние, ярость, ужас и т. д.) [3]. Действия человека при аффекте происходят в виде «взрыва». Аффект сопровождается видимыми изменениями в поведении человека и выражается в бурных движениях, беспорядочной речи. В таком состоянии у человека может наблюдаться временная потеря волевого контроля за своим поведением, он может совершить необдуманные поступки. Аффекты негативно сказываются на деятельности человека, они не только резко снижают уровень ее организованности, но и часто влекут за собой ощущение усталости, подавленности, депрессии. Любое чувство может переживаться в аффективной форме (не радость, а восторг, не горе, а отчаяние) [18]. Аффекты возникают при ослаблении воли и зачастую являются по-

казателем несдержанности, неспособности человека к самообладанию.

4) **Стресс** — это состояние чрезмерно сильного и длительного психологического напряжения, которое возникает у человека в процессе деятельности в трудных условиях как в повседневной жизни, так и при особых обстоятельствах. При стрессе нервная система человека получает эмоциональную перегрузку. Экстремальными для личности условиями, способными вызвать стресс, могут стать опасные условия для жизни и здоровья, большие физические и умственные перегрузки, необходимость принимать ответственные и быстрые решения. Однако стресс может оказывать как отрицательное, так и положительное влияние на деятельность. При слабом стрессе, так называемом оптимальном напряжении, появляются общая физическая собранность, ясность и четкость мысли, активность и сообразительность. При сильном стрессе возникает общая реакция возбуждения, может наблюдаться растерянность, трудности в переключении внимания, возможны ошибки восприятия, памяти, мышления. Сильный стресс дезорганизует деятельность человека, нарушает нормальный ход его поведения, может привести к полной дезорганизации его деятельности. Частые и длительные стрессы оказывают негативное воздействие на физическое и психическое здоровье человека.

5) **Фрустрация** — это эмоциональное состояние дезорганизации сознания и деятельности личности, вызванное объективно непреодолимыми (или субъективно так понимаемыми и переживаемыми) препятствиями на пути к очень желаемой цели [12]. Фрустрация проявляется тогда, когда степень неудовлетворения выше того, что человек может вынести. В таком состоянии человек испытывает особо сильное нервно-психическое напряжение. Оно может проявляться как озлобленность, агрессия, раздражение (активная форма) или подавленность, полное безразличие к окружению, апатия (пассивная форма). Фрустрации больше всего подвержены эмоциональные натуры, люди с повышенной возбудимостью, плохо подготовленные к невзгодам либо люди с недостаточно развитой волей [12].

2. Разоблачение эмоционального состояния собеседника через проявления у него жестикуляции. Классификация жестов. Использование языка тела в повседневной жизни. Метод наблюдения и его результаты

2.1. Разоблачение эмоционального состояния собеседника через проявления у него жестикуляции

Каждому из нас свойственно интуитивно «разоблачать» собеседников и оценивать незнакомцев. Однако специальные знания по психологии мимики и жестов помогают делать это более эффективно. Они предоставляют возможность не только добиваться успехов в межличностных коммуникациях, но и защитить себя от обмана и манипуляций.

Тело человека уникально не только само по себе, но и по-другому — его языку. Тело — инструмент в руках

знающего. Если изучить некоторые жесты, мимику и позы, можно всегда «раскусить» человека и понять, что он чувствует, пытается скрыть, хочет показать, как выражает радость... Очень важно знать язык тела и жестов в общении. Это может помочь во многих ситуациях. Уникальный язык тела довольно примитивен и одинаков для всех. Люди непроизвольно, «на уровне рефлекторного подсознания», принимают определённые позы, жестикулируют, выражают эмоции мимикой — это неосознанно [21]. Язык телодвижений обуславливается импульсивно самим подсознанием, ввиду чего отсутствует возможность их подделать. Поэтому языку телодвижения доверяют. Исходя из этих данных, мы можем вывести определение термина «язык тела».

Язык тела — знаковые элементы поз и движений различных частей тела, при помощи которых, осознанно или неосознанно передаются мысли, чувства и эмоции. К языку тела, в том числе, относят мимику, жесты, различные позы, походку и др.

Более научно определение звучит так:

Невербальное общение (язык тела) — это коммуникационное взаимодействие между индивидами без использования слов (передача информации или влияние друг на друга через образы, интонации, жесты, мимику), то есть без речевых и языковых средств, представленных в прямой или какой-либо знаковой форме [6].

Как было сказано ранее, язык тела строится из жестов и мимики.

Жест — некоторое действие или движение человеческого тела или его части, имеющее определённое значение или смысл, то есть являющееся знаком или символом [14]. Широко используемые жесты включают в себя такое действие, как указывание на что-либо или кого-либо (это один из немногих жестов, чей смысл мало различается в разных странах), а также использование рук и тела синхронно с ритмами речи, чтобы подчеркивать некоторые слова или фразы.

Многие внешне схожие жесты имеют разный смысл в разных странах; один и тот же жест может быть безобидным в одной стране и вульгарным в другой стране [15]. Кроме того, даже однотипные или аналогичные жесты могут слегка отличаться в разных странах.

Мимика — выразительные движения мышц лица, являющиеся одной из форм проявления тех или иных чувств человека или движения мускулатуры в координированных комплексах, отражающие разнообразные психические состояния человека [16].

2.2. Классификация жестов. Использование языка тела в повседневной жизни. Метод наблюдения и его результаты

Жесты — это движения различных частей тела (кистей рук, ног, головы), которые сопровождают речь человека [17]. Жесты можно классифицировать по разным принципам, но их смысл от этого не меняется. Они помогают сделать общение более живым и эмоциональным, дают дополнительную информацию собеседнику.

В зависимости от функции, жесты делятся на группы:

— **Жесты-иллюстраторы.** Это выразительные жесты, которые сопровождают повествовательную речь. Они помогают более полно передать описываемое событие, явление.

К ним относятся жесты сообщения:

- 1) указатели (жесты указательным пальцем);
- 2) пиктографы (жесты, которые помогают представить размер или форму описываемых предметов);
- 3) кинетографы (непроизвольные движения телом);
- 4) жесты-отмашки рукой, головой;
- 5) идеографы (движения рук, изображающие соединение различных предметов) [1];

— **Жесты-регуляторы.** Они отражают отношение собеседника к чему-либо [16]. Сюда относятся:

- 1) кивок;
- 2) улыбка;
- 3) направление взгляда;
- 4) осознанные движения руки;

— **Жесты-эмблемы.** Представляют собой жесты-заменители слов или целых фраз [15]: рука, сжатая в кулак, может означать «держись!». Тот самый жест с разворотом кулака в другой ракурс будет означать «Берегись!», Сжатые поднятые над головой руки в Европе могут означать «Прощай! Успехов тебе!», в Америке «Победа!». Так же «Победа» будут означать два пальца, разведенные в форме латинской буквы «V» (англ.: *victory*);

— **Жесты-адаптеры.** Эти жесты отражают индивидуальные привычки человека. Их производят руками. К ним относятся:

- 1) касание собеседника;
- 2) почесывание или подергивание определенных частей тела;
- 3) перебирание в руках мелких предметов (авторучка, пуговица на одежде и др.) [1];

Жесты-аффекторы. Эти жесты посредством движений различных частей тела, в первую очередь мышц лица (мимика), выражают определенные эмоции [1].

— В повседневной жизни наибольшее значение имеют жесты, которые отражают степень доверия к собеседнику, эмоциональный настрой общающихся. Они в наибольшей степени помогают понять другого человека, а также оформить сложные идеи и наглядно передать их собеседнику.

Эксперименты американских психологов Марты Алибали [8] и Сьюзен Голдин-Мидоу [10] показали, что дети объясняют новые понятия с помощью рук. Маленький ребенок не знает слова «объем», но может объяснить, почему в одном стакане песка больше, чем в другом, — покажет руками. Другой американский исследователь жестов Дэвид Макнилл [11] наблюдал за математиками. Когда им нужно проиллюстрировать абстрактное понятие, например график функции, они рисуют его руками в воздухе.

Жесты полезны на этапе, когда мысль уже сформирована и осталось выразить ее вслух. Когда человек не может подобрать нужное слово, жестикуляция уменьшает коли-

чество речевых сбоев: движения рук помогают вспомнить слово или выбрать похожее.

Также жестикуляция помогает тому, кто слушает говорящего.

Когда человек говорит: «Я сегодня поймал вот такую рыбу» — он активно показывает в нужных местах руками. Слушатель его понимает.

Один ученый наблюдал, как люди воспринимают жесты, когда они противоречат словам. Если сказать: «Кот погнался за птичкой», но показать руками, как птичка напала на кота, собеседник скорее воспримет то, что увидел, а не то, что услышал.

Лишь малая часть того, что мы понимаем из разговора, приходится на речь. Остальное передается тоном голоса, мимикой, движениями. Именно по ним можно понять, надо ли начинать разговор, кому сейчас говорить, не пора ли закончить.

Изучив психолого-педагогическую литературу по данному вопросу, я провела собственное исследование, которое было заключено в методе наблюдения. В данном исследовании приняло участие 86 респондентов. Они посещали среднюю государственную школу и являлись учащимися 9–10 классов. Моё наблюдение длилось 1 месяц. Проводила я его, не предупреждая респондентов и не обсуждая с ними цель своей практической работы.

В процессе наблюдения за респондентами, мной были сделаны следующие выводы, результаты которых совпали с таблицей Макса Эггерта [13], книгами: Андерсена Питера «Как читать язык тела и жестов» [20]; Пола Экмона «Психология эмоций» [18]; Аллана Пиза — «Язык жестов» [15]:

— При радости у респондентов губы искривлены и их уголки оттянуты назад; вокруг глаз образовались мелкие морщинки; можно заметить «блеск» глаз; брови приподняты вверх; активная жестикуляция и мимика;

— При удивлении — рот открыт; глаза широко раскрыты; брови приподняты вверх; застывшее лицо; быстрый или резкий вдох;

— При печали, грусти — брови сведены; глаза тусклые; уголки губ опущены; не наблюдается активной мимики; руки скрещены, одна держит другую; сутулая осанка.

— При гневе — мышцы лба сдвинуты во внутрь и вниз, формируя угрожающее или нахмуренное выражение глаз; ноздри расширены и крылья носа приподняты; губы либо плотно сжаты, либо оттянуты назад, принимая прямоугольную форму и обнажая стиснутые зубы; лицо часто краснеет; легкий отклон головы назад; сжатие кулаков; пощипывание ладони; прямая стойка; руки на пояс; резкие движения;

— При стыде, вине — голова опущена вниз или отвернута в сторону; лицо отвернуто; взгляд отведен; глаза устремлены вниз или «бегают» из стороны в сторону; веки прикрыты, а иногда и сомкнуты; лицо довольно покрасневшее; пульс учащенный; дыхание с перебоями; высоко поднятые или согнутые вперед плечи и слегка согнутая спина; втянутый в себя подбородок и подтянутые

к себе части тела; тесно стоящие ноги; лежащие рядом руки и верхняя часть тела подпирается руками, опирающимися на что-то внизу;

— При интересе — брови немного приподняты или опущены, тогда как веки слегка расширены или сужены; наклон вперед; движения вперед; голова наклонена набок; рука подпирает щеку;

— При неуверенности — взгляд разбегается; частые «смешки»; руки перед корпусом; прикосновения к одежде, аксессуарам, частям тела (к бровям, носу, подбородку, мочки уха и т. д.). Прикрывание рта пальцем или ладонью; скованность движений; перебирание в руках чего-то; постукивание пальцами; скрещивание рук и ног; покачивание ногой; прикусывание губ; привычка грызть или кусать ногти; сутулость; нахождение в одной позе.

— При страхе, тревоге — вытянутая вперед или втянутая в плечи голова; отклонение верхней части тела и головы назад; расширение зрачка; широко открытые глаза; резкое повторяющееся усиленное и неравномерное мигание; быстрые, торопливые движения глаз; палец касается края губ; кусание и облизывание губ; слишком быстрый, поспешный, торопливый и нервный темп движений, учащенное дыхание; частые прикосновения к себе.

— При лжи — неестественная улыбка; скрещенные ноги и руки; голова наклонена назад либо вниз; бегающий взгляд; касание руками лица; резкая смена движений;

прикрывание рта; прикосновение к носу, ушным мочкам, шее потирая и почесывая их; оттягивание воротника; несинхронные жесты; прищуривание или потирание глаз; спрятанные ладони при разговоре (за спину, в карманы); поджатая нижняя губа; жестикация перед лицом; внезапное замедление речи; ухмылка; частая смена эмоций;

— При уверенности — прямой зрительный контакт; руки за спиной; сцепленные руки; поза во весь рост; прямая осанка; касание кончиками пальцев (жест «Пирамида»); широкие шаги; твердая стойка на двух ногах, не переминаясь, не заваливаясь ни на одну ногу, ни на другую; демонстрация больших пальцев рук (пальцы могут выглядывать из карманов брюк, пиджака); руки на бедрах или открытые руки и ладони; руки за головой и сцеплены в замок; плечи расслаблены и разведены; подбородок высоко; четкие движения и мимика; легкая улыбка.

Изучив множество теорий по эмоциональным состояниям, мы пришли к выводу, что эмоции напрямую влияют на жизнь человека ежедневно. Это связано не только с настроением, но и со способностью работать, общаться, выполнять ежедневно свои непосредственные обязанности. Огромную роль играет гормональная система человека. Она, напрямую считывая эмоцию, вырабатывает тот или иной гормон, который непосредственно влияет на здоровье человека. Это отражается на всех процессах человеческой жизнедеятельности.

Литература:

1. <https://4brain.ru/blog/zhesty-adaptery-pomogajut-adaptirovatsja-ili-meshajut/>
2. <https://ht-lab.ru/obuchenie/slovari/gipertekstovyy/emotsionalnye-sostoyaniya/>
3. <https://psychologos.ru/articles/view/emocionalnoe-sostoyanie>
4. https://syntone.ru/psy_lib/emotsionalnye-sostoyaniya/
5. <https://damienmilay.com/basis/chto-takoe-emocii/>
6. <http://health-ua.com/article/5830-verbalnye-aspekty-vrabote-vracha-kak-chitat-zhesty-imimiku-patcientsa>
7. <https://peaasi.ee/ru/основные-эмоции/>
8. <https://alibalilab.wiscweb.wisc.edu/wp-content/uploads/sites/371/2018/02/AlibaliYoungCrooksYeoWolfgramLedesmaNathanChurchKnuth2013.pdf>
9. <https://vse-kursy.com/read/psychologies/865-chelovecheskie-emocii-vidy-funkcii-i-znachenie-dlya-cheloveka.html>
10. <https://www.aaas.org/susan-goldin-meadow-what-gesture-says-about-how-our-minds-work>
11. <https://mcneilllab.uchicago.edu/pdfs/gesture.thought.fundamentals.pdf>
12. <https://www.forbes.ru/forbeslife/461871-obmanyvat-sa-rad-cto-takoe-frustracia-i-kak-ee-preodolet>
13. <https://justcoolidea.ru/kak-ponyat-yazyk-zhestov-drugogo-cheloveka-ochen-interesnaya-tablitsa-maksa-eggerta/>
14. Биркенбил, В. «Язык интонации, мимики, жестов». — С.-П.: «Питер», 1997.
15. Аллан Пиз. «Язык жестов».
16. Николай Равенский. «Как читать человека. Черты лица, жесты, позы, мимика».
17. Пиз Аллан. «Язык телодвижений: как читать мысли людей по их жестам». — Новгород, 1992.
18. Пол Экман. «Психология эмоций. Я знаю, что ты чувствуешь».
19. Пол Экман. «Узнай лжеца по выражению лица».
20. Питер Андерсен. «Как читать язык тела и жестов».
21. Джо Наварро. «Словарь языка тела: Как правильно интерпретировать поведение людей».
22. Мещеряков, Б. Г. и Зинченко В. П. «Большой психологический словарь». — Прайм-Еврознак в 2007 г.
23. Психология эмоций и мотивации: учеб.-метод. Пособие, дополненное / сост. Митина Г. В., Нугаева А. Н., Шурухина Г. А. — Уфа: Изд-во БГПУ, 2020. — 110 с.

Снижение тревожности младших подростков посредством арт-терапии

Чумакова Ирина Владимировна, студент магистратуры
Удмуртский государственный университет (г. Ижевск)

Ключевые слова: ребенок, тревожность, дезадаптация, поведение, школа, арт-терапия.

После введения новых ФГОС существенно изменилась и образовательная ситуация в школе. Одно из важнейших мест в образовательном процессе стало занимать психическое здоровье учеников и индивидуализация образовательных маршрутов, что определяет возникновение новых функций педагога-психолога.

Задачи работы:

- 1) провести анализ проблемы школьной тревожности детей в современной психологической науке;
- 2) выявить особенности школьной тревожности обучающихся при переходе в среднее звено;
- 3) экспериментально определить уровень тревожности у детей при переходе в среднее звено.

По мнению Прихожан А. М., тревожность — это переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, с предчувствием грозящей опасности [1, с. 3].

Начало учебы у пятых классов — особый этап в школьной жизни ребенка. Перед каждым учеником стоит задача адаптации к непривычным условиям обучения: к множеству учебных предметов и новым учителям.

У пятиклассников наблюдаются относительно высокая тревожность, некоторое снижение успеваемости, проблемы в поведении. Подростковый возраст является «трудным», так как ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остается учеба.

Для подростков 12 лет важными являются динамические изменения статусов в группе сверстников; возникновение тенденции к экстремальному поведению, вызванному попыткой определить границы своего «Я», как физического, так и психического.

Но особенно трудно подростку, когда на его собственное кризисное состояние накладывается кризис общества в целом: экономический, ценностный. В современных реалиях большое влияние оказывают социальные условия. У многих родственники или отцы находятся в местах боевых действий, и матери, и жены испытывают трудности. В итоге это оказывает психологическое влияние на всех членов семьи. Поэтому важно, чтобы «у подростков была возможность поговорить о себе, исследовать себя, получить некоторые знания о себе [2, с. 3].

В основе лежит программа О. В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я», но в дополнении я использовала арт-терапевтические методы, такие как сказкотерапия, изотерапия, которые способствуют эмоциональному снятию напряжения. Предлагаю одно из занятий по вышенаписанной программе, которое называется «Я мечтаю»:

1. «Я невидимка». Учащимся предлагается пофантазировать на тему «Что бы я делал, если бы превратился в невидимку на 5 минут (на час, на сутки, на неделю)».

2. «Закончи предложение». Ребята заканчивают предложения «Пятиклассники обычно мечтают о...», «Учителя обычно мечтают о...», «Директор школы чаще всего мечтает о...».

3. «Зачем люди мечтают?» Ведущий рассказывает ребятам об одних родителях, которые «приходили к нему на консультацию». И вот они поспорили друг с другом. Отец сказал: «Зачем вы учите моего сына фантазировать. Зачем учите мечтать? Это совершенно бесполезное занятие, денег оно не приносит. Лучше развивайте его память». А мама возражала: «Разве может человек жить без мечты?»

4. Ведущий спрашивает ребят, с кем бы они согласились и почему. Далее следует работа со сказкой. Участники слушают, обсуждают и рисуют по сказке о мечте (В. Чуваков). Затем идут вопросы для обсуждения:

Как помогли мечты куску пенопласта? Что значит «очень сильно мечтать»? Всякая ли мечта приносит человеку пользу?

5. «Мои мечты». Ведущий просит учащихся нарисовать рисунок или написать маленькое сочинение на тему «Мои мечты» [2, с. 78–80].

В отечественной психологии известны работы по психологии по проблеме тревожности А. М. Прихожан, И. А. Мусиной и т. д.

Терапия средствами искусства — арт-терапия — это синтез нескольких областей научного знания (искусства, медицины и психологии) [3, с. 8].

Задания и упражнения в системе занятий способствуют развитию образного мышления, обучают диагностике и коррекции эмоционального состояния и рефлексии индивидуальных потребностей, а также культуре взаимоотношений с близкими людьми и окружающим миром.

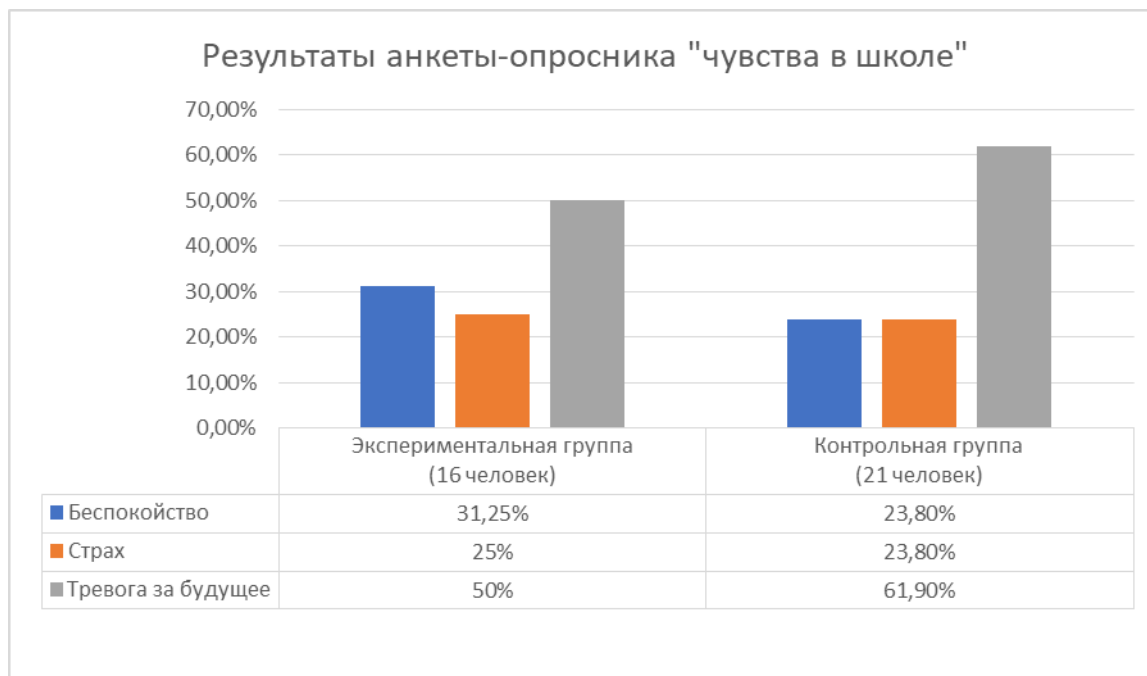
Как же проявляется школьная тревожность:

- пассивность на уроках, скованность при ответах, смущение при малейшем замечании со стороны учителя;
- на перемене не может найти себе занятие, любит находиться среди детей, но не вступает с ними в контакт;
- снижение сопротивляемости соматическим заболеваниям;
- рассеянность или снижение концентрации внимания.

Как исследовать причины дезадаптации пятиклассников?

Предлагаю анкету-опросник «чувства в школе», которая содержит перечисление 16 чувств, из которых предлагается выбрать только 8 и отметить значком «+» те, «которые ты наиболее часто испытываешь в школе». Ответы анонимны.

Мною опрошено 37 учащихся 5-х классов. Чтобы выявить тревожность подростков, я выбрала 3 показательных чувства. По диаграмме можем сделать вывод что 50 % детей испытывают беспокойство, страх и тревогу за будущее.



Способы преодоления тревожности:

- не сравнивайте ребенка с окружающими;
- доверяйте ребенку;
- чаще хвалите его, но так чтобы он знал за что;
- не предъявляйте ребенку завышенных требований;
- используйте наказания лишь в крайних случаях;
- не унижайте ребенка, наказывая его;
- не говорите плохое про учителей и школу дома, тем самым подрывается авторитет классного руководителя и учителя.

Рекомендации педагогам:

- на уроках стараться чередовать виды деятельности или вводить физкультминутки примерно в середине урока;
- ограничивать объем домашнего задания, по мере возможности согласовывать с другими преподавателями;

- согласовывать сроки контрольных работ;
- за успех хвалите самого ребенка;
- при неуспехе обсуждается ошибка, а не ученик.

Рекомендации для родителей тревожных детей:

- необходимо понять и принять тревогу ребенка — он имеет на нее полное право;
- помогайте ребенку преодолеть тревогу;
- создавайте условия, в которых ему будет менее страшно;
- приучайте ребенка к режиму дня, тем самым развивая его волю и собранность;
- помогайте ему стремиться совершенствовать свои способности не только в учебе, но и в других делах.

Помните: основными помощниками родителей в сложных ситуациях являются терпение, внимание, понимание.

Литература:

1. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. — М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. — 304 с. (Серия «Библиотека педагога-практика»).
2. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5–6 классы). — М.: Генезис, 2006. — 207 с.
3. Вальдес Одриосола М. С. Арт-терапия в работе с подростками. Психотерапевтические виды художественной деятельности: метод. пособие / М. С. Вальдес Одриосола. — М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2005. — 63 с., 16 с. ил.: ил. — (Развитие и коррекция)

Особенности развития самосознания детей родителей с разным уровнем жизнестойкости

Шелепина Екатерина Сергеевна, студент

Ярославский государственный педагогический университет имени К. Д. Ушинского

В данной статье теоретически раскрыта сущность понятий «жизнестойкость» и «самосознание», рассмотрены основные модели становления самосознания в онтогенезе. Представлены результаты практического исследования с целью определения самосознания у детей старшего и младшего школьного возраста, чьи родители обладают разным уровнем жизнестойкости.

Ключевые слова: жизнестойкость, жизнестойкость родителей, самосознание, самосознание детей, самооценка детей старшего дошкольного возраста, самооценка детей младшего школьного возраста, принятие себя у детей старшего дошкольного возраста, принятие себя у детей младшего школьного возраста.

Жизнестойкость представляет собой способность личности выдерживать стрессовые ситуации, сохраняя при этом внутреннюю сбалансированность без снижения успешности деятельности [1].

Сформированность жизнестойкости личности становится необходимым условием в периоды социальных перемен, экономических и иных кризисов. Условия современной жизни по праву называют экстремальными и стимулирующими развитие стресса. Поэтому современные психологи проявляют повышенный интерес к изучению жизнестойкости человека и ее роли в выборе стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях [2].

Передача новым поколениям жизнестойкости возможна через развитие самосознания детей, которое позволяет человеку адекватно оценивать и самих себя и окружающих людей.

Самосознание — это относительно устойчивая система представлений человека о самом себе, о своих телесных и психических состояниях. Самосознание вытекает из сознания и формируется в процессе взаимодействия человека с обществом [3].

В психологической литературе самосознание рассматривается как фундаментальная часть структуры личности.

В качестве критериев самосознания в психологи выделены следующие:

- обособленность личности от окружающей среды (материальной и социальной);
- понимание возможности управления самим собой — поступками и мыслями;
- примерка на себя видимых качеств других людей;
- способность видеть свои потребности и глубинные мотивы поступков;
- осознание собственных черт характера и признаков личности, как имеющихся, так и желаемых [4].

Д. Марсия выделяет 4 возможных варианта становления самосознания:

1. Предрешенность. Принятие индивидом обязанностей, соответствующих полу и возрасту, без прохож-

дения кризиса выбора, то есть принятие того, что за него решили родители или другие люди. Для такой личности свойственны низкая самооценка, низкий уровень самоуважения, конформность.

2. Диффузия. При данной форме самосознания личность отличается непостоянством, желанием пробовать все подряд, отсутствием жизненных планов, мотивов и целей. Как правило, это люди, которые избегают ответственности и при этом не хотят быть изгоем в обществе.

3. Мораторий. Это активные люди, находящиеся на стадии поиска себя, своего призвания и предназначения. Они всегда находятся перед необходимостью принятия решений и совершения выбора. Для них характерна повышенная эмоциональность и эмоциональная окрашенность всех их действий.

4. Сама идентичность. Это высшая ступень развития. Индивиды, находящийся на данной стадии, отличаются определенностью в жизни, высокой степенью ответственности за свою жизнь, стремлением жить в соответствии с собственными убеждениями [3].

В детском возрасте становление самосознания начинается с младенческого возраста и активно развивается до старшего дошкольного возраста. Важное значение для формирования самосознания в детском возрасте имеет окружение ребенка, отношение к нему со стороны значимых взрослых, семейная ситуация. Про влияние жизнестойкости родителей на формирование самосознания в детском возрасте в научной литературе недостаточно исследований, что обусловило необходимость проведения собственного исследования

Исследование проведено на базе СОШ № 11 им С. К. Костина (г. Рыбинск), Детский сад № 18 (г. Рыбинск).

Выборку исследования составили 70 детей в возрасте от 5 до 10 лет (мальчики и девочки) и их матери в количестве 70 человек (от 25 до 42 лет).

Для достижения цели исследования использованы методики «Лесенка» в модификации Н. В. Нижегородцевой, «Представление ребенка о себе» (в модификации Н. В. Нижегородцевой), «Тест жизнестойкости

(адаптация опросника HardnessSurvey) для родителей» (С. Мадди, в адаптации Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой). Для определения различий в уровне сформированности самосознания у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста, чьи родители обладают разным уровнем жизнестойкости, был применен t-критерий Стьюдента.

В результате количественного анализа получены данные о том, что у большинства старших дошкольников преобладает средний уровень сформированности самооценки (21 ребенок — 60 %). Представления о себе у старших дошкольников сформированы на уровне ниже среднего, т. к. у 18 старших дошкольников (51 %) набрали баллы ниже среднего.

В группе младших школьников преобладает средний уровень развития самооценки — у 23 респондентов (66 %) и средний уровень сформированности представлений о себе — у 18 респондентов (51 %).

Для определения наличия или отсутствия статистически значимых различий в самооценке и представлений о себе у детей старшего дошкольного возраста и детей младшего школьного возраста полученные данные были подвержены сравнительному анализу с применением t-критерия Стьюдента.

Сравнительный анализ показал, что $t_{эмп}=0,926$ при $p=0,05$ для самооценки и $t_{эмп}=0,793$ при $p=0,05$ для представлений о себе, что указывает на отсутствие значимых различий в сформированности самооценки и представлений о себе у детей в сравниваемых группах. То есть, у детей старшего дошкольного возраста и у младших школьников самооценка и представления о себе имеют приблизительно одинаковые качественные и количественные показатели.

На рисунке 1 графически отражены результаты оценки жизнестойкости родителей старших дошкольников и младших школьников.

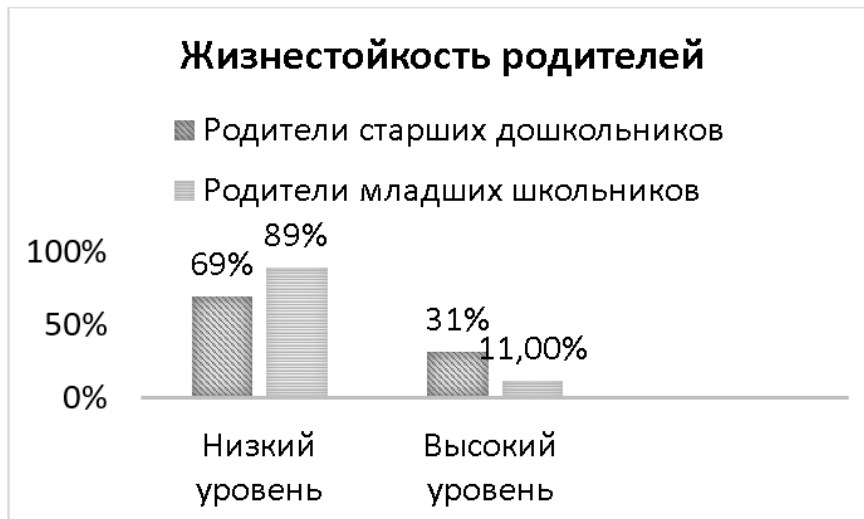


Рис. 1. Уровень выраженности жизнестойкости у родителей старших дошкольников и младших школьников

Количественный анализ показал, что у 4 родителей (11 %) младших школьников и у 11 родителей старших дошкольников (31 %) жизнестойкость выражена на высоком уровне.

Качественный анализ ответов данных родителей показывает, что они отличаются уверенностью в себе и собственных решениях, чувствуют свою значимость и нужность окружающим. Они энергичны, активны, постоянно заняты делами, инициативны, готовы к переменам. Легко адаптируемы. Не довольствуются меньшим, стремятся достичь большего в жизни. Они ставят перед собой достаточно сложные цели и прилагают все усилия для их достижения.

Для 31 родителя младших школьников (89 %) и 24 родителей старших дошкольников (69 %) характерен низкий показатель жизнестойкости. Качественная характеристика ответов данных родителей показывает, что они отличаются неуверенностью в себе, чувством неполноценности и ненужности. Интерес к жизни и деятельности

у них слабый, они все выполняют через усилие. Предпочитают «плыть по течению» и довольствоваться малым. Жизненные трудности их утомляют и выбивают из колеи. Для них характерна усталость, в результате чего интерес к жизни падает, снижается желание познавать новое, ставить сложные цели и проявлять инициативу для их достижения.

Полученные данные указывают на то, что в обеих группах родителей преобладает низкий уровень жизнестойкости.

В результате сравнительного анализа выраженности жизнестойкости в двух группах родителей (критерий t-Стьюдента) получены данные о том, что $t_{эмп}=0,025$ находится в зоне значимости при $p=0,01$, что указывает на наличие статистически значимых различий в сформированности жизнестойкости у родителей старших дошкольников и младших школьников: у родителей старших дошкольников уровень жизнестойкости статистически значимо выше, чем у родителей младших школьников.

Также в рамках данного исследования был произведен сравнительный анализ сформированности самооценки и представлений о себе у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста, чьи родители имеют разный уровень жизнестойкости. Был осуществлен сравнительный анализ самосознания следующих групп детей:

- самооценка у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста родителей с низким уровнем жизнестойкости;
- представления о себе у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста родителей с низким уровнем жизнестойкости;
- самооценка у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста родителей с высоким уровнем жизнестойкости;
- представления о себе у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста родителей с высоким уровнем жизнестойкости;
- самооценка у детей младшего школьного возраста родителей с низким и высоким уровнем жизнестойкости;
- представления о себе у детей младшего школьного возраста родителей с низким и высоким уровнем жизнестойкости;
- самооценка у детей старшего дошкольного возраста родителей с низким и высоким уровнем жизнестойкости;
- представления о себе у детей старшего дошкольного возраста родителей с низким и высоким уровнем жизнестойкости.

Литература:

1. Ашихмина, Ю. В. Жизнестойкость как ресурс совладения со стрессом / Ю. В. Ашихмина // Психология экстремальных ситуаций: человек в меняющемся мире материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. — 2014. — с. 12–19.
2. Брагина, Н. В. Жизнестойкость личности и типы индивидуального опыта / Н. В. Брагина. — Текст: непосредственный // Наука и мир. — 2014. — № 3. — с. 152.
3. Суворова, С. Д. Становление и развитие самосознания и самооценки человека / С. Д. Суворова // Профессиональная самореализация личности в современном социуме: сборник научных трудов по материалам III Международного форума, Екатеринбург, 20 марта 2014 года. — Екатеринбург: Уральский государственный педагогический университет, 2014. — с. 156–160.
4. Халиуллина, Г. Г. Развитие самосознания и становление самооценки у детей дошкольного возраста / Г. Г. Халиуллина, И. С. Солодкова // Общество, государство, личность: модернизация системы взаимоотношений в современных условиях: XVI Межвузовская научно-практическая конференция студентов, магистрантов, аспирантов и преподавателей (с международным участием): в 2 частях, Казань, 22 апреля 2016 года / Министерство образования и науки Республики Татарстан; Министерство труда, занятости и социальной защиты Республики Татарстан; УВО «Университет управления «ТИСБИ». Том Часть I. — Казань: Университет управления «ТИСБИ», 2016. — с. 422–425.

Сравнительный анализ показал, что существуют статистически значимые различия в самооценке старших дошкольников родителей с низкой и высокой жизнестойкостью ($t_{\text{эмп}}=0,009$ при $p=0,01$). То есть, у родителей с высоким уровнем жизнестойкости дети старшего дошкольного возраста имеют более высокий уровень самооценки, чем дети родителей с низким уровнем жизнестойкости.

В остальных группах детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста, чьи родители имеют разный уровень жизнестойкости, статистически значимых различий в уровне самооценки и формировании представлений о себе не выявлено.

Таким образом, в результате исследования с применением статистического метода получены следующие данные:

- самооценка и принятие себя у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста выражены преимущественно на среднем уровне и не имеют статистически значимых различий;
- у родителей старших дошкольников уровень жизнестойкости статистически значимо выше, чем у родителей младших школьников;
- у родителей с высоким уровнем жизнестойкости дети старшего дошкольного возраста имеют более высокий уровень самооценки, чем дети родителей с низким уровнем жизнестойкости.

Влияние жизнестойкости родителей на самосознание детей

Шелепина Екатерина Сергеевна, студент

Ярославский государственный педагогический университет имени К. Д. Ушинского

В статье описывается эмпирическое исследование показателей самосознания детей в возрасте от 5 до 10 лет и показателей жизнестойкости родителей детей в возрасте от 5 до 10 лет, представлен статистический анализ взаимосвязей показателей развития самосознания детей и уровня жизнестойкости их родителей с помощью критерия Колмогорова-Смирнова, критерия r -Пирсона, критерия Спирмена с использованием пакета статистического анализа SPSS 13 for Windows. В статье определяются возможные причины отличий показателей самосознания детей в возрасте от 5 до 10 лет и причины отличий показателей жизнестойкости родителей детей в возрасте от 5 до 10 лет.

Ключевые слова: самосознание, жизнестойкость, факторы развития жизнестойкости и самосознания личности, семейная ситуация.

Актуальность исследования. Жизнестойкость и самосознание личности становятся особенно важной в периоды социальных перемен, экономических и иных кризисов. Условия современной жизни по праву называют экстремальными и стимулирующими развитие стресса. Это связано со многими факторами и угрозами, в том числе политическими, информационными, социально-экономическими, экологическими. Поэтому современные психологи проявляют повышенный интерес к изучению жизнестойкости и самосознанию человека и ее роли в выборе стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях.

Степень разработанности проблемы. Ряд отечественных ученых посветил свои работы изучению развития самосознания детей. Значительный вклад в решение проблемы внесли Р. Бернс [1], Л. С. Выготский [3], Н. В. Нижегородцева [7] и другие. Проблемой жизнестойкости посвятили свои работы такие ученые, как С. Мадди [9], Д. А. Леонтьев [6] и другие. Изучением проблемы особенностей взаимосвязи развития самосознания детей и жизнестойкости родителей занимались М. Р. Хачатурова [8], Н. В. Брагина [2], В. В. Гаврилюк [4], Е. А. Евтушенко [5] и др.

Проблема исследования: как уровень жизнестойкости родителей влияет на показатели самосознания детей, и от чего зависят различия показателей самосознания детей в возрасте от 5 до 10 лет и отличия показателей жизнестойкости родителей детей в возрасте от 5 до 10 лет.

Цель исследования — изучить особенности развития самосознания детей родителей с разным уровнем жизнестойкости.

Гипотеза — количество родителей, обладающих низким уровнем жизнестойкости, превалирует над числом родителей с высоким уровнем жизнестойкости. Дети, чьи родители обладают высоким уровнем жизнестойкости, обладают высоким уровнем самосознания в сравнении с детьми родителей, обладающих низким уровнем жизнестойкости.

Задачи исследования:

— провести анализ взаимосвязей показателей развития самосознания детей и уровня жизнестойкости их родителей;

— провести анализ различий показателей самосознания детей в возрасте от 5 до 10 лет;

— провести анализ различий показателей жизнестойкости родителей детей в возрасте от 5 до 10 лет.

Методы исследования:

При проведении эмпирического исследования используются следующие методики:

— методика «Лесенка» в модификации Н. В. Нижегородцевой [7];

— «Представление ребенка о себе»;

— методика «кинетический рисунок семьи»;

— тест жизнестойкости (адаптация опросника Hardness Survey).

Методы статистического анализа

Для статистической обработки данных использовались методы: критерий Колмогорова-Смирнова, критерий r -Пирсона, критерий Спирмена с использованием пакета статистического анализа «SPSS 13 for Windows».

Выборка исследования обусловлена целью и задачами эмпирического исследования. Для проведения исследования и получения объективных данных необходимо исследование 140 респондентов, 70 из них — дети, другие 70 — родители этих детей.

Базовые понятия исследования:

1) Жизнестойкость — способность личности выдерживать стрессовые ситуации, сохраняя при этом внутреннюю сбалансированность без снижения успешности деятельности.

2) Самосознание — это некая установка человека на отношение к самому себе, осознание себя, своего места, интересов, переживаний, поведения и другого. Это не данность, а результат развития.

Основные результаты исследования

Исходя из данных таблицы мы можем наблюдать, что по обоим критериям исследования (лесенка, представление ребенка о себе) отсутствуют испытуемые, получившие оценку, соответствующую высокому уровню развития самосознания. Более наглядно результаты отражены графически на рисунках 1 и 2, расположенных на следующей странице.

Значение «выше среднего» получили лишь 10 из 70 испытуемых.

Таблица 1. Результаты исследования уровня самосознания детей

Уровень самосознания	Лесенка		Представление ребенка о себе	
	Чел.	Ср. знач.	Чел.	Ср. знач.
Высокий	0	0	0	0
Выше среднего	7	5	3	14.7
Средний	38	3.4	28	10.25
Ниже среднего	17	2	26	6.6
Низкий	8	0.875	13	2.5



Рис. 1. Уровень развития самосознания (лесенка)



Рис. 2. Уровень развития самосознания (представление ребенка от себе)

Также мы можем заключить, что подавляющее число испытуемых обладают средним уровнем самосознания, однако необходимо принимать во внимание, что в нашем исследовании выделяется 5 уровней самосознания: высокий, выше среднего, средний, ниже среднего и низкий. По двум критериям 38 и 28 человек из 70 обладают средним уровнем самосознания, что характеризует их как детей, которые имеют неполное представление о себе: у них в основном сформированы структурные звенья самосознания, однако им требуется помощь со стороны взрослого, чтобы актуализировать свои знания и представления.

В соответствии с результатами исследования довольно большое число испытуемых соотносят с уровнем «ниже среднего», эти данные доказывают необходимость проведения исследования и составления коррекционно-развивающей программы, направленной на развитие самосознания детей с низким уровнем самосознания.

Мы можем отметить, что в настоящее время в соответствии с результатами исследования родителей на уровень жизнестойкости, уровень компонента жизнестойкости — принятие риска — занимает третье место по количеству баллов.

Таблица 2. Средние показатели жизнестойкости

Жизнестойкость (общ. балл)	Вовлеченность	Контроль	Принятие риска
80.6	37.16	29.47	14.46

Мы можем заключить, что, согласно данным выборки, число родителей, обладающих низким уровнем жизнестойкости, превалирует над числом родителей с высоким уровнем жизнестойкости. Данные показатели отражают настоящую ситуацию, касающуюся жизнестойкости среднестатистического родителя из нашей выборки. Мы можем сделать вывод, что внешние обстоятельства влияют на испытуемых таким образом, что их вовлеченность в происходящее возрастает, но, однако, количество

стрессоров также возрастает, что приводит к ситуации нестабильности, в которой понижается уровень принятия риска. Соответственно, общая оценка жизнестойкости также остается ниже, что влияет на показатели самосознания и эмоционального благополучия детей.

Корреляционный анализ:

Был проведен анализ взаимосвязей показателей развития самосознания детей и уровня жизнестойкости их родителей.

Эмпирические значения корреляционного анализа Пирсона

	Благоприятная семейная ситуация	Тревожность ребенка	Конфликтность в семье	Чувство неполноценности в семье	Враждебность в семейной ситуации	Самосознание ребенка (лесенка)	Представление ребенка о себе
Жизнестойкость родителя	-0.117	-0.123	-0.141	-0.208	-0.181	0.297*	0.175
Благоприятная семейная ситуация		-0.006	0.163	-0.033	0.197	-0.202	0.031
Тревожность ребенка			0.617***	0.037	0.418***	-0.47***	-0.333**
Конфликтность в семье				-0.195	0.476***	-0.334**	-0.046
Чувство неполноценности в семье					-0.073	0.005	-0.16
Враждебность в семейной ситуации						-0.248*	-0.087
Самосознание ребенка (лесенка)							0.306*

Основные выводы по корреляционному анализу:

— Чем в большей степени выражены показатели по шкале «Жизнестойкость родителя», тем больше выражены показатели по шкале «Самосознание ребенка».

— Чем в большей степени выражены показатели по шкале «Тревожность ребенка», тем больше выражены показатели по шкале «Конфликтность в семье».

— С увеличением показателей по шкале «Тревожность ребенка» также увеличиваются показатели по шкале «Враждебность в семейной ситуации».

— Чем в большей степени выражены показатели по шкале «Тревожность ребенка», тем меньше выражены показатели по шкале «Самосознание ребенка».

— Чем в большей степени выражены показатели по шкале «Тревожность ребенка», тем меньше выражены показатели по шкале «Представление ребенка о себе».

— Чем в большей степени выражены показатели по шкале «Конфликтность в семье», тем больше выражены показатели по шкале «Враждебность в семейной ситуации».

— Чем в большей степени выражены показатели по шкале «Конфликтность в семье», тем меньше выражены показатели по шкале «Самосознание ребенка (лесенка)».

— С возрастанием показателей по шкале «Враждебность в семейной ситуации» снижаются показатели по шкале «Самосознание ребенка (лесенка)».

— С возрастанием показателей по шкале «Самосознание ребенка (лесенка)» также возрастают показатели по шкале «Представление ребенка о себе».

— С увеличением показателей по шкале «Чувство неполноценности в семье» уменьшаются показатели по шкале «Жизнестойкость родителей».

Отмечается, что первоисточником недостаточного уровня развития самосознания ребенка является уровень жизнестойкости родителя: — чем в большей степени выражены показатели по шкале «Жизнестойкость родителя», тем больше выражены показатели по шкале «Самосознание ребенка». В свою очередь повышение уровня самосознания ребенка влияет на такие факторы, как тревожность и чувство неполноценности: — с увеличением

показателей по шкале «Самосознание ребенка (лесенка)» уменьшаются показатели по шкале «Тревожность ребенка», — с увеличением показателей по шкале «Чувство неполноценности в семье» уменьшаются показатели по шкале «Жизнестойкость родителей». Жизнестойкость родителя определенно оказывает влияние не только на самосознание ребенка, но и на уровень эмоционального благополучия детей в семейной ситуации. В свою очередь уровень эмоционального благополучия ребенка и уровень его самосознания также тесно связаны и влияют друг на

друга. Так как существует 2 вектора проблемы — низкий уровень жизнестойкости родителя и низкий уровень самосознания ребенка, необходимо предложить коррекционно-развивающую программу, учитывая оба вектора.

Рекомендуется проводить «занятия» для родителей в качестве курса, который позволит им в дальнейшем помогать своим детям развивать самосознание и улучшить уровень эмоционального благополучия детей и самих родителей. Также видится необходимым проводить занятия для детей, способствующие развитию самосознания.

Литература:

1. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс. — Москва: Кауфман, 1986. — 430 с. — Текст: непосредственный.
2. Брагина, Н. В. Жизнестойкость личности и типы индивидуального опыта / Н. В. Брагина. — Текст: непосредственный // Наука и мир. — 2014. — № 3. — с. 152.
3. Выготский, Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л. С. Выготский. — Москва: Просвещение, 1991. — 96 с. — Текст: непосредственный.
4. Гаврилюк, В. В. Динамика ценностных ориентаций в период социальной трансформации / В. В. Гаврилюк, Н. А. Трикоз. — Текст: непосредственный // Социологические исследования. — 2012. — № 1. — с. 102.
5. Евтушенко, Е. А. Жизнестойкость личности как психологический феномен / Е. А. Евтушенко. — Текст: непосредственный // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. — 2016. — № 60. — с. 75.
6. Леонтьев, Д. А. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. — Москва: Смысл, 2006. — 63 с. — Текст: непосредственный.
7. Нижегородцева, Н. В. Развитие познавательных процессов и личности в старшем дошкольном возрасте / Н. В. Нижегородцева. — Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского, 1996, 99 с. — Текст: непосредственный.
8. Хачатурова, М. Р. Жизнестойкость и ее роль в совладающем поведении личности в ситуации межличностного конфликта / М. Р. Хачатурова. — Текст: непосредственный // Альманах современной науки и образования. — 2010. — № 12 (43). — С. 166–170.
9. Maddi, S. R. Vil-larreal B. White M. The Role of Hardiness and Grit in Predicting Performance and Retention of USMA Cadets / S. R. Maddi, M. D. Matthews, D. R. Kelly // Military Psychology. — 2012. — Vol. 24, no. 1. — P. 19–28.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Популяризация спорта среди детей младшего школьного возраста через мультфильмы и книги

Коберник Полина Сергеевна, студент

Научный руководитель: Шиняева Виктория Борисовна, старший преподаватель
Сибирский университет потребительской кооперации (г. Новосибирск)

В статье рассмотрены возможные варианты по распространению интереса к спорту у детей младшего школьного возраста. За основу взяты три психологических механизма: заражение, внушение, подражание. Предлагается популяризировать спорт среди детей с помощью мультфильмов и книг. Приведены два примера подходящих для этой цели проектов: анимационный и литературный.

Ключевые слова: дети, спорт, обучение, мультфильмы, книги.

Дети младшего школьного возраста познают этот мир прежде всего через учебную деятельность. В процессе они включаются в социальную группу и развивают интеллект. А к концу данного периода обладают уже сформированным словесно-логическим и рассуждающим мышлением, саморегуляцией, произвольностью поведения и волей.

Именно поэтому обучение чему-либо в данном возрасте имеет колоссальное значение для дальнейшей жизни и поведения человека. Наша задача — приобщить детей к занятиям физической культурой. Показать, что спорт — это полезно и интересно. Тем самым, в будущем мы получим общество, состоящее из физически здоровых людей, для которых спорт стал основой поведения, заложеной в детстве.

Формирование поведения осуществляется через три психологических механизма — заражение, внушение, подражание. Рассмотрим эти механизмы на примере мультимедиа.

Заражение — это процесс, при котором эмоциональное состояние одного индивида переходит к другому. При просмотре мультсериалов дети погружаются в события, происходящие на экране, вступают в особый контакт с героями, непроизвольно заражаясь чувствами, которые испытывают персонажи и их манерой поведения.

Внушение представляет собой процесс, в ходе которого идёт воздействие на психическую сферу человека, благодаря чему снижается сознательность и критичность восприятия для распознавания и сопротивление внушаемому содержанию. В мультфильмах этот процесс усилен яркостью и образностью, характерными для них. Внушение

не только демонстрирует эмоциональное состояние, которое переживают герои, но и формирует стереотипы поведения и разрешения ситуации.

Подражание может быть определено как следование какому-либо примеру, образцу. У школьников этот процесс чрезвычайно развит, поскольку в их возрасте через подражание развиваются важнейшие механизмы поведения. Дети копируют слова и действия, характерные любимым мультипликационным персонажам. На ряду с положительными свойствами данного процесса подражание является достаточно опасным в вопросах воспитания, так как младший школьник на примере может перенять не только хорошее, но и плохое.

В целом, идентификация зрителя с персонажами мультсериалов и книг является важнейшим моментом при восприятии художественного произведения. Сопереживание героям мультфильмов, фильмов, сказок и спектаклей является ярким феноменом детства [5, с. 34]. Для учеников младшей школы вымышленный персонаж предстает таким же живым, как и любой из окружающих людей. В связи с чем можно говорить о значительной роли героев в процессе воспитания и становления ребенка как личности.

В современном мире создано множество анимационных и литературных работ, ориентированных на детей младшего школьного возраста. В том числе есть ряд успешных проектов, связанных со спортом и физическим воспитанием. Остановимся на двух из них.

Первым мы рассмотрим мультсериал. «Команда Матч» — анимационная комедия, в которой юная команда зверей постигает различные виды спорта под руководством знаменитого тренера. Их наставник, в лице из-

вестного боксера Льва Борисовича, находит уникальные, не используемые никем ранее, способы вдохновить юных спортсменов на достижение высоких результатов. Собранная из любителей спортивная команда раз за разом побеждает в соревнованиях и ставит новые рекорды, тем самым обретая известность во всем спортивном сообществе.

По сюжету мультсериала в мире животных за каждым уже закреплён определённый вид спорта. Борзые играют в футбол, бизоны — в регби, гиены бегают, а бегемоты метают ядро... [3] Однако в команде «Матч» собрались те, кому интересны нетипичные для их вида направления.

За счёт этого мультфильм не только способствует распространению спорта среди детей. Но также показывает, что спорт может быть разным и здесь каждый найдёт себе занятия по душе в независимости от того, кто он и что умеет. Не важно узкое ли это спортивное направление, как художественная гимнастика, или же общая физическая подготовка, возможность заниматься тем, что нравится есть у каждого.

Мультфильм знакомит своих юных телезрителей с различными видами спорта, тем самым расширяя их кругозор. Не навязывает заниматься только одним из них, а, наоборот, призывает попробовать всё и решить, что ему больше нравится. Спорт объединяет, а не разделяет.

Каждый из героев мультсериала уникален по характеру, увлечениям, внешнему (и животному) виду, что способствует идентификации ребенка с одним из них. Младшеклассник выбирает любимого персонажа, в котором он, возможно, смог увидеть себя, и начинает понемногу перенимать характерное ему поведение.

Таким образом, после просмотра данного мультфильма дети не только получают знания о разных направлениях физической подготовки, но также на примере научатся принципам работы в команде и проявления силы воли, что также является важными аспектами в занятии спортом.

Второй проект, который хотелось бы упомянуть носит название «Братья по стилю». Это литературный сериал родом из города Новосибирск. Его действие разворачивается в сказочном мире, где героев поджидают захватывающие приключения и опасности, преодолеть которые им помогают занятия физической культурой.

Проект «Братья по стилю» создан, чтобы рассказать детям и взрослым, как занятия спортом, в частности боевыми искусствами, могут пригодиться в повседневной жизни. В приключениях «Братья по стилю» интересный сюжет переплетается с ключевыми ценностями: трудолюбие, взаимовыручка, целеустремлённость, уважение к взрослым; и помогает юным читателям разобраться как поступить в той или иной ситуации [1].

Все персонажи книги уникальны. Юные спортсмены представляют собой совершенно разных по характеру, темпераменту, знаниям и умениям зверят. Несмотря на

это, действуют они как команда, помогая друг другу, когда случаются неприятности демонстрируя по-настоящему, свои лучшие качества: готовность помочь другу и сплочённость [2].

В Новосибирске есть множество школ боевых искусств, что являются партнёрами проекта, в особенности это касается спортивного центра «Мангуст», в котором занимался сын писателя. У книжного сериала много друзей и среди тренеров, благодаря чему можно не сомневаться в профессиональной оценке описанных в книге упражнений и тренировок по боевым искусствам.

Специалисты также отмечают всестороннее развитие своих учеников за счёт чтения «Братьев по стилю». В боевых искусствах, где тело и дух едины, рост умственных и физических способностей неделимы. Данная философия как нельзя лучше описывает этот литературный сериал.

Сейчас проект имеет только книжный формат, однако, автором планируется выпуск его на экраны. Очевидно, что большинство детей уделяют больше времени просмотру мультфильмов, чем чтению книг. Но мысль, заложенная в «Братьях по стилю» достойна распространению на обширную телевизионную аудиторию.

Помимо выпуска книг, а также мультсериала, в ближайшем будущем, «Братья по стилю» организовали и уже успешно провели собственные спортивные соревнования. Это стало масштабным праздником как для детей, так и взрослых. Командные состязания, подарки, весёлый и мотивирующий дух, несомненно, помогут участникам стать ближе и достичь ещё больших высот [2].

Первый «Кубок Братя по стилю» прошёл 30 сентября 2023 года в городе Сызрань, Самарская область. Туда приехали спортсмены из близлежащих городов. Всего в данном мероприятии приняли участие более 250 детей и подростков в возрасте от 6 до 14 лет. Соревнования проводились по следующим дисциплинам: Керуги, ТК-3, Пхумсэ, ОФП И Zemita.

Не так давно также состоялся и первый инклюзивный кубок проекта по тхэквондо. Состязания прошли в двух дисциплинах для спортсменов классического и адаптивного тхэквондо: стоп-балл/имитация техники, скоростное набивание.

Проект уже получил колоссальную отдачу не только от тренеров, юных читателей, их родителей, но и от официальных организаций. Так, автор книжного сериала «Братья по стилю» удостоился благодарности от Российского Союза Боевых Искусств за содействие в развитии и популяризации боевых искусств среди подрастающего поколения.

Подводя итог, можно сказать, что современное общество, создавая подобные анимационные и литературные проекты уже ведёт активную деятельность по популяризации спорта среди детей младшего школьного возраста, результаты которой нам стоит ожидать уже в ближайшем будущем.

Литература:

1. Братья по стилю. — Текст: электронный // Братья по стилю: [сайт]. — URL: <https://xn—80abwmnfflgd0i4ag.xn—p1ai/> (дата обращения: 16.12.2023).
2. Братья по стилю. — Текст: электронный // ВКонтакте: [сайт]. — URL: <https://vk.com/brothersinstyle> (дата обращения: 16.12.2023).
3. Команда МАТЧ. — Текст: электронный // IVI: [сайт]. — URL: <https://www.ivi.ru/watch/komanda-match> (дата обращения: 16.12.2023).
4. Кулагина, И. Ю. Психология детей младшего школьного возраста: учебник и практикум для академического бакалавриата / И. Ю. Кулагина. — М.: Издательство Юрайт, 2015. — 291 с.
5. Смирнова, Е. О. Исследование возрастной адресации мультфильмов / Е. О. Смирнова, М. В. Соколова, Н. Ю. Ма-тушкина, С. Ю. Смирнова // Культурно-историческая психология. — 2014. — Т. 10. — № 4. — 36 с.

История волейбола: от скромного начала к международному признанию

Романова Елизавета Олеговна, курсант

Научный руководитель: Гордиенко Евгений Геннадьевич, преподаватель

Кузбасский институт Федеральной службы исполнения наказаний России (г. Новокузнецк, Кемеровская обл.)

В статье автор исследует историю возникновения и развития волейбола.

Ключевые слова: волейбол, правила подачи, экипировка, инвентарь.

Волейбол — это популярный вид спорта, история возникновения и развития которого связана с именем Уильяма Дж. Моргана, преподавателя физического воспитания одного из колледжей Холиока в США. В 1895 году на одном из уроков Морган подвесил сетку на высоте около двух метров и предложил своим ученикам играть в мяч через нее. Баскетбольная камера была использована в качестве мяча.

Так возникла игра, которую Морган назвал «минтонет». Через два года был разработан и начал выпускаться волейбольный мяч.

Во второй половине 1920-х годов национальные федерации волейбола появились в Болгарии, СССР, США и Японии. В 1922 году в Бруклине были проведены первые международные соревнования — чемпионат YMCA с участием 23 мужских команд. В 1925 году были утверждены современные размеры площадки для игры в волейбол, а также размеры и вес мяча. Эти правила использовались в странах Америки, Африки и Европы.

В 1947 году была создана Международная федерация волейбола (FIVB). Членами федерации стали Бельгия, Бразилия, Венгрия, Египет, Италия, Нидерланды, Польша, Португалия, Румыния, США, Уругвай, Франция, Чехословакия и Югославия. В 1949 году в Праге прошел первый чемпионат мира среди мужчин, а в 1964 году волейбол был включен в программу летних Олимпийских игр в Токио. [5]

На протяжении 1960–1970-х годов национальные сборные команды СССР, Чехословакии, Польши, Румынии, Болгарии и Японии достигали больших успехов на международных соревнованиях. С начала 1990-х годов

в список сильнейших команд добавились Бразилия, США, Куба, Италия, Нидерланды и Югославия. С 2006 года FIVB объединяет 220 национальных федераций волейбола, а сама игра считается одной из самых популярных на планете.

Основные правила волейбола

Волейбольный матч состоит из партий, их может быть от 3 до 5. Длительность каждой партии не ограничена и продолжается до тех пор, пока одна из команд не наберет 25 очков. Если преимущество одной команды составляет менее 2 очков, партия продолжается до момента, пока преимущество не будет увеличено. Весь матч продолжается до того момента, пока одна из команд не выиграет три партии. Важно отметить, что в пятой партии счет идет не до 25, а до 15 очков.

Каждая команда может иметь в составе до 14 игроков, но на поле одновременно может находиться только 6.

Начальная расстановка игроков определяет порядок их перехода по площадке и должна сохраняться в течение всей партии. [3]

Правила подачи в волейболе: мяч вводится в игру подачей, команда, которая будет подавать, определяется жребием. По завершении каждого перехода право подачи переходит от одной команды к другой, а игроки перемещаются по зонам по часовой стрелке. Подача осуществляется из-за задней линии. Если подающий переступает заднюю линию, отправляет мяч за пределы поля или попадает в сетку, его команда теряет право на подачу, а противник получает очко. Принимать подачу может любой игрок, но обычно это спортсмены первой линии. Подача не блокируется.

Игрок на первой линии имеет возможность провести атакующий удар, выполняющийся над сеткой. Игроки задней линии должны атаковать с трехметровой отметки. Блокировка атаки осуществляется над сеткой с целью помешать мячу перелететь через сетку. При блоке игроки могут переносить руки на сторону соперников, но не должны создавать помехи. Блокировкой занимаются только игроки с передней линии.

Размеры и разметка игрового поля для волейбола: стандартное поле имеет размеры 18 метров в длину и 9 метров в ширину. Сетка расположена так, чтобы ее высшая точка находилась на высоте 2,43 метра от земли на мужских соревнованиях и 2,24 метра на женских. Эти размеры были утверждены международной федерацией волейбола в 1925 году и являются актуальными по сей день. Игровая поверхность должна быть горизонтальной, плоской, однородной и светлой.

На игровом поле есть понятие свободной зоны. Ее размеры регламентированы и составляют 5–8 метров от лицевых линий и 3–5 метров от боковых. Свободное пространство над игровым полем должно быть не менее 12,5 метров. Игровая площадка ограничивается двумя боковыми и двумя лицевыми линиями, которые учитываются в размере поля. Ось средней линии, проведенной между боковыми, делит игровую площадку на две равные части размером 9 x 9 метров. Эта линия проводится под сеткой и разделяет зоны соперников. [2]

Экипировка и инвентарь для волейбола являются неотъемлемыми атрибутами этой спортивной игры. Главным средством для проведения игры является, конечно же, волейбольный мяч. Волейбольный мяч, как и любой другой мяч, имеет сферическую форму и состоит из внутренней резиновой камеры, обтянутой натуральной или синтетической кожей. В зависимости от предназначения (официальные соревнования или тренировочные игры), возраста участников (взрослые или

юниоры) и типа площадки (открытая или закрытая) могут использоваться различные типы волейбольных мячей. Диаметр мячей варьируется от 20,4 до 21,3 сантиметров, длина окружности от 65 до 67 сантиметров, внутреннее давление от 0,300 до 0,325 кг/см², а вес составляет от 250 до 270 грамм. Для лучшей видимости на игровом поле рекомендуется выбирать трехцветные мячи. Кроме того, волейбол включает в себя элементы прыжков и бега, поэтому важным атрибутом является удобная обувь с мягкой подошвой. Для предотвращения травм спортсмены иногда используют специальные стельки-амортизаторы, а также наколенники и налокотники для защиты суставов. Волейбол — командная игра, в которой к каждому игроку предъявляются определенные требования и ассигнованы определенные роли. В команде волейбола присутствуют следующие амплуа игроков: доигровщики (нападающие второго темпа), диагональные, центральные блокирующие (нападающие первого темпа), связующий и либеро. Ведение игры контролируют судьи волейбола, состоящие из первого и второго судей, секретаря и судей на линиях. Они несут ответственность за правильное судейство, соблюдение правил игры и контроль за выполнением задачи каждым игроком. Соревнования по волейболу проводятся на различных уровнях и имеют разную степень значимости.

Наиболее престижными являются Олимпийские игры, чемпионат мира, кубок мира, всемирный кубок чемпионов, мировая лига и гран-при по волейболу. Организацией, объединяющей национальные федерации волейбола со всего мира, является Международная федерация волейбола (FIVB). Для управления европейским волейболом существует Европейская конфедерация волейбола (CEV), а в России волейболом руководит Всероссийская федерация волейбола. Весь этот аппарат обеспечивает развитие и популяризацию волейбола как одного из самых популярных видов спорта в мире. [3]

Литература:

1. Барбара, Л. Виера, Бонни Джилл Фергюсон. Волейбол. Шаги к успеху — М.: АСТ: Астрель, 2006
2. Клещев, Ю. Н. Юный волейболист. М.: Ф и С, 2008 г.
3. Булыкина, Л. В. Волейбол для всех / Л. В. Булыкина. — М.: ТВТ Дивизион, 2021. — 510 с.
4. Волейбол. Спортивная энциклопедия. — М.: Эксмо, 2018. — 983 с.
5. Куныанский, В. А. Волейбол. О некоторых аспектах игры и судейства / В. А. Куныанский. — М.: Дивизион, 2019. — 271 с.
6. Эдельман, А. С. Волейбол. Справочник / А. С. Эдельман. — М.: Книга по Требованию, 2019. — 226 с.
7. Волейбол., — М.: АСТ, 2021. — 270 с.
8. Волейбол., — М.: Дивизион, 2022. — 360 с.

Анализ физической подготовки сотрудников пенитенциарных систем в зарубежных странах и в РФ

Семёнова Елена Альбертовна, курсант

Научный руководитель: Гаджиев Исмаил Азимович, преподаватель

Кузбасский институт Федеральной службы исполнения наказаний России (г. Новокузнецк, Кемеровская обл.)

В статье автор проанализировал нормативы по физической подготовке сотрудников пенитенциарных систем зарубежных стран, а также нормативы в уголовно-исполнительной системе Российской Федерации.

Ключевые слова: физическая подготовка, нормативы, сотрудники.

С давних времен физической подготовке уделялось большое значение, которая включала в себя большой ассортимент средств подготовки, к которым относились кулачные бои, панкратион, метание различных орудий, преодоление препятствий и т. д. Но самым главным умением считали способность уметь догнать правонарушителя и применить физическую силу, а если применения не предоставлялось возможным, то оружие.

Совершенствование физической подготовки в силовых структурах по сей день является актуальной проблемой, даже несмотря на введение новых технических средств, специальных средств и оружия.

Основой физической подготовки сотрудников пенитенциарной системы является развитие таких качеств, как выносливость, скорость, обучение силовым приемам борьбы в случаях рукопашного боя. По статистическим данным 40–50 % времени от общей подготовки выделяется физической подготовке [1, с. 88].

Подготовка сотрудников уголовно-исполнительной системы в РФ осуществляется в соответствии с Федеральным законом от 19.07.2018 г. № 197-ФЗ [2] «О службе в уголовно-исполнительной системе Российской Федерации и о внесении изменений в Закон Российской Федерации «Об учреждениях и органах, исполняющих уголовные наказания в виде лишения свободы».

Физическая подготовка должна формировать у сотрудников уголовно-исполнительной системы профессиональные качества, которые необходимы для выполнения возложенных на них задач. Практические занятия организуются и проводятся не реже 1 раза в неделю продолжительностью не менее 2 часов [3, с. 12].

С целью дифференциации нормативов по физической подготовке предусмотрены гендерно-возрастные группы, а также категории сотрудников по непосредственно выполняемым задачам. Для мужчин, поступающих на службу, до 30 лет необходимо выполнить следующие упражнения: № 1 «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа» — не менее 35 раз; № 2 «Наклон туловища вперед» — не менее 45 раз; № 3 «Подтягивание на перекладине» — не менее 10 раз; № 9 «Челночный бег» — 30 секунд; № 10 «Бег 100 м» — 14,8 секунд; № 11 «Бег на 1000 м» — 3 минуты 50 секунд. У возрастной группы мужчин старше 30 лет минимальный по-

роговый уровень № 1–27, № 2–30, № 3–8, № 9–32, № 10–15,6, № 11–4,10.

Для женщин до 30 лет № 1 «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа» — не менее 20 раз; № 2 «Наклон туловища вперед» — не менее 25 раз; № 19 «Приседание» — не менее 35 раз; № 9 «Челночный бег» — 35 секунд; № 10 «Бег 100 м» — 18,1 секунд; № 11 «Бег на 1000 м» — 4 минуты 35 секунд. Для возрастной группы старше 30 лет установлен следующий минимальный порог: № 1–20, № 2–25, № 19–25, № 9–37, № 10–19,1, № 11–5,10.

Контроль за выполнением данных нормативов осуществляется ежеквартально по новой балльной системе.

Рассмотрим зарубежные страны. Во Франции отмечается довольно высокая подготовка сотрудников пенитенциарной системы. Оценка физической подготовки осуществляется посредством начисления баллов, из которых формируется сама оценка. Контрольными нормативами, которые сдают сотрудники, являются: бег — 100м, 1000м и специальный бег на выносливость в течении 12 минут; прыжки — в высоту и длину; толкание ядра; а также в некоторых подразделениях оценивается норматив по плаванию. В подразделениях специального назначения помимо указанных выше нормативов также оцениваются нормативы по альпинизму, лыжной подготовке и прохождению полосы препятствий [4].

В Германии отсутствует единая система подготовки сотрудников пенитенциарной системы. В каждом регионе страны установлена своя система подготовки, которая может существенно отличаться от других. При поступлении на службы сотрудники сдают тесты по физической подготовке, которые меняются в зависимости от района несения службы. Основные нормативы включают бег на различные дистанции, прыжок в длину с места, сгибание-разгибание рук, поднимание туловища. В процессе прохождения службы сотрудники ежегодно или чаще, как установлено в районе прохождения службы, сдают контрольные нормативы, которые помимо вышеуказанных включают толкание ядра и плавание. Нормативы также делятся на возрастные группы и оцениваются по балльной системе.

Пенитенциарная система Соединенных Штатов Америки является престижной и почетной сферой деятель-

ности [5]. Требования к физической подготовке меняются в зависимости от вида тюрьмы, так как помимо государственных существуют частные пенитенциарные учреждения. РАТ — физическая подготовка сотрудников, которая включает в себя четыре упражнения: прыжки с места вверх, подъем туловища из положения лежа, сгибание-разгибание рук в упоре лежа и бег на расстояние от 0,5 до 2 миль. Помимо этого, существует испытание, состоящее в прохождении полосы препятствий. Нормативы регулярно проверяются в зависимости от возрастной группы.

Кроме всего вышперечисленного, у сотрудники пенитенциарной системы зарубежных стран проходят тренировки по повышению гибкости и ловкости, которые направлены на улучшение координации движений, быстроты реакции и гибкости тела и включают в себя упражнения на растяжку, гимнастику, а также занятия на специальных тренажерах, развивающих гибкость.

Подводя итоги следует выделить следующий момент: физическая подготовка в уголовно-исполнительной системе РФ и зарубежных стран играет важную роль, но существует ряд отличий таких как в зарубежных странах физическая подготовка более расширена и включает в себя более разнообразный спектр упражнений и тренировок, что позволяет многосторонне развиваться. Следует отметить, что в Российской Федерации в настоящее время осуществляется активная разработка и внедрение новых методик, направленных на физическую подготовку, так, например, применяются классические виды спорта, современные тренажеры.

Таким образом, физическая подготовка различных стран является неотъемлемой частью службы специалистов и играет особую роль в обеспечении безопасного функционирования систем, поэтому немаловажно постоянно развивать и совершенствовать физическую подготовку, опираясь на современные реалии.

Литература:

1. Звягинцев, М. В. Анализ тестов физической подготовленности сотрудников пенитенциарных систем различных стран. [Текст] / Журнал «Проблемы современного педагогического образования» — 2019. — с. 87–89.
2. Федеральный закон от 19 июля 2018 г. N 197-ФЗ «О службе в уголовно-исполнительной системе Российской Федерации и о внесении изменений в Закон Российской Федерации «Об учреждениях и органах, исполняющих уголовные наказания в виде лишения свободы».
3. Приказ Министерства Юстиции РФ от 17 июля 2023 г. № 382 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в уголовно-исполнительной системе Российской Федерации» — с. 12–14.
4. Особенности профессиональной подготовки сотрудников пенитенциарной системы в отдельных странах романо-германской правовой семьи [Электронный ресурс]. — Режим доступа: https://studref.com/416824/pedagogika/osobennosti_professionalnoy_podgotovki_sotrudnikov_penitentsiarnoy_sistemy_otdelnyh_stranah_romano_#723
5. Особенности профессиональной подготовки сотрудников пенитенциарной системы в отдельных странах англосаксонской правовой семьи [Электронный ресурс]. — Режим доступа: https://studref.com/416823/pedagogika/osobennosti_professionalnoy_podgotovki_sotrudnikov_penitentsiarnoy_sistemy_otdelnyh_stranah_anglosa#630

Значение различных видов спорта в деятельности сотрудников уголовно-исполнительной системы

Трофимова Дарья Игоревна, курсант;

Бобровская Валерия Витальевна, курсант

Научный руководитель: Гордиенко Евгений Геннадьевич, преподаватель

Кузбасский институт Федеральной службы исполнения наказаний России (г. Новокузнецк, Кемеровская обл.)

В статье авторы рассматривают влияние различных спортивных дисциплин на физическое воспитание сотрудника уголовно-исполнительной системы.

Ключевые слова: спорт, профессия, воспитание.

Занятия спортом очень важны для службы в УИС, и каждый вид спорта оказывает свое особенное влияние на профессиональные качества сотрудников.

Жизнь сотрудника правоохранительных органов всегда связана с трудными и ответственными заданиями. В частности, служащие системы ФСИН выполняют очень

серьёзную работу по контролю и надзору за спецконтингентом, обеспечению режима содержания, порядку отбывания наказания, а также непосредственному сопровождению осуждённых в различные учреждения. Конечно, при такой нагрузке сотрудникам ФСИН весьма необходимо иметь превосходную физическую подготовку. За этим строго следят руководители учреждений, ведь важно, чтобы абсолютно каждый служащий, вне зависимости от должности и звания, умел грамотно применять силу и не подвергать опасности себя и других.

Оптимальное функционирование организма, психологическая подготовленность, а также требуемый уровень развития опорно-двигательной системы являются главными критериями физической подготовленности сотрудников УИС к службе в исправительных учреждениях. Уровень развития основных физических качеств и степень сформированности опорно-двигательных навыков характеризует двигательную подготовленность сотрудников УИС к выполнению служебных обязанностей. Основные физические качества — это свойства организма, обеспечивающие двигательную деятельность. К ним относятся: выносливость (продолжительное выполнение какой-либо двигательной деятельности); сила (преодоление внешнего сопротивления или противодействия с помощью мышечных усилий); быстрота (совершение двигательных действий за минимальный промежуток времени); ловкость (выполнение действий абсолютно точно и координированно, а также умение быстро и качественно преодолевать и решать новые, неожиданно возникшие двигательные задачи).

Многие обыватели думают, что физическое воспитание сотрудника УИС включает в себя исключительно знания боевых приёмов борьбы, способы защиты от нападений и задержания. Конечно, ни в коем случае нельзя отрицать, что от точного и быстрого выполнения этих упражнений зависит безопасность, а порой и жизнь сотрудника. Действия спецконтингента могут быть непредсказуемы и агрессивны, особенно это касается категории опасных преступников, и правильный прием имеет огромное значение. Но разве можно считать, что только этим ограничивается физическое развитие служащих уголовно-исполнительной системы? Конечно, нет. В арсенале сотрудников множество самых разных видов спорта, каждый из которых вносит свою лепту в формирование выносливости, силы и ловкости, необходимых для выполнения служебных задач. Предлагаем к рассмотрению некоторые из них и их непосредственное влияние на профессиональные качества сотрудника УИС.

Роль лёгкой атлетики в деятельности сотрудников уголовно-исполнительной системы заключается в том, что она способствует поддержанию и улучшению физической формы и общей выносливости сотрудников. Это особенно важно, учитывая трудности и нагрузки, с которыми они сталкиваются в своей профессии. Занятия лёгкой атлетикой позволяют развивать такие качества, как сила, выносливость, гибкость и координация движений, что

является критически важным для благополучной работы сотрудников в уголовно-исполнительной системе. Усиленная физическая подготовка помогает им более эффективно выполнять свои обязанности, особенно в условиях стресса и экстремальных ситуаций. Более того, лёгкая атлетика также способствует улучшению общего здоровья и благополучия сотрудников. Регулярные тренировки помогают поддерживать здоровый образ жизни, контролировать вес, укреплять иммунную систему и снижать риск сердечно-сосудистых заболеваний. Это в свою очередь способствует повышению работоспособности и снижению частоты болезненных absences сотрудников. Тренировки по лёгкой атлетике также способствуют формированию у сотрудников дисциплины и выработке привычки к регулярной занятии физической активностью. Они развивают стремление к достижению целей, настойчивость и упорство, что полезно не только в профессиональной сфере, но и в личной жизни сотрудников. Кроме того, занятия лёгкой атлетикой способствуют развитию командного духа и сплоченности сотрудников. Они могут тренироваться вместе, устанавливать общие цели и поддерживать друг друга в достижении этих целей. Это важно для поддержания командного сотрудничества и солидарности в уголовно-исполнительной системе, где коммуникация и сотрудничество являются неотъемлемыми аспектами успешного функционирования.

Роль служебного биатлона в деятельности сотрудников уголовно-исполнительной системы заключается в том, чтобы обеспечить физическую подготовку и укрепление здоровья сотрудников, а также развитие и поддержание их профессиональных навыков и надежность в исполнении служебных обязанностей. Первоначально, служебный биатлон предоставляет сотрудникам возможность проводить систематические тренировки, включающие в себя элементы бега, стрельбы, преодоление препятствий и другие физические нагрузки. Это помогает улучшить физическую форму сотрудников и повысить их выносливость, что является важным аспектом работы в уголовно-исполнительной системе. Второе, служебный биатлон способствует развитию и поддержанию профессиональных навыков у сотрудников уголовно-исполнительной системы. Это происходит через такие элементы, как точность и скорость стрельбы, умение принимать решения в сложных ситуациях и выполнение сложных упражнений, требующих координации, концентрации и мастерства. Третье, служебный биатлон способствует развитию надежности сотрудников и повышению их морального духа. Регулярная физическая тренировка помогает сотрудникам разрабатывать дисциплину, настойчивость и самоконтроль, что является важным фактором в профессиональной деятельности сотрудников уголовно-исполнительной системы. Это также способствует развитию командного духа, поскольку служебный биатлон обычно проводится в формате командных соревнований, где сотрудники работают вместе для достижения общей цели.

В заключении можно добавить, что сами курсанты принимают активное участие в различных спортивных мероприятиях среди образовательных организаций ФСИН России. Регулярно занимаясь физической куль-

турой и спортом, обучающиеся сознательно преодолевают трудности, что воспитывает у них волю, уверенность и способность комфортно чувствовать себя в коллективе.

Литература:

1. Никеров Дмитрий Иванович, Закиров Тимур Маратович Роль физической подготовки в процессе формирования профессионально важных качеств сотрудников уголовно-исполнительной системы // Вестник Самарского юридического института. 2018. № 5 (31)
2. Гадалов, А. В. Физическая культура в образовательных учреждениях ФСИН России: курс лекций / А. В. Гадалов, А. В. Власов, Д. Г. Денисов, А. В. Логвинов. — Владимир: ВЮИ ФСИН России, 2011. — 120 с.
3. Наставление по физической подготовке (НФП-2001) сотрудников уголовно-исполнительной системы / М. А. Москвичев, Н. Н. Маргацкий, Ф. М. Зезюлин [и др.]. — Москва, 2002.
4. Лыжная подготовка: учебное пособие / под редакцией А. Б. Воронина, А. В. Дружинина, В. Ю. Ковровского. — Рязань: РВАИ, 2005.

КУЛЬТУРОЛОГИЯ

Национальный костюм как элемент традиционной культуры народов Северного Кавказа

Котиев Ваха Исаевич, студент магистратуры

Научный руководитель: Горлова Валерия Львовна, кандидат исторических наук, доцент
Северо-Кавказский федеральный университет (г. Ставрополь)

В процессе исторического развития каждого отдельного народа именно национальный костюм представляет неотъемлемый элемент этого процесса, так как он в своих элементах отражает обычаи и особенности культуры данного народа, его историю.

Главная отличительная особенность ингушской национальной культуры заключается в том, что она является достаточно своеобразной и самобытной. При этом нельзя не отметить, что ей присущ и универсальный характер. Этот вывод обусловлен тем, что ингушская культура находится в состоянии тесного взаимодействия и взаимосвязи с культурами других кавказских народов. Как мы уже отмечали, каждый горный народ отличается тем, что его основным стремлением является желание завоевать свою свободу. Поэтому это стремление отражено в элементах национального костюма ингушей.

Учёные этнографы и археологи провели широкомасштабные исследования на территории Республики Ингушетия, в результате чего они указали, что основной тип вайнахского костюма сформировался в результате развития мужского национального костюма кавказских народов и протекал этот процесс в течение нескольких веков, начиная с 16 и до 18 столетия.

К моменту завершения этого процесса, даже с учётом этнического разнообразия, которое характерно для кавказских территорий сложилась ситуация, когда мужская одежда кавказских народов в целом была достаточно схожей от народа к народу. Но вместе с тем ингушский мужской костюм отличает ряд значимых особенностей так как применяются особые формы ношения костюма, используются специальные головные наборы и другие элементы.

Основная черта вайнахского общества заключается в том что в нём мужчина воспринимается в первую очередь как воин-всадник, но одновременно он не только готов защищать свой народ, но и весьма продуктивен в направлении скотоводства и возделывания земли. Именно

эти аспекты обусловили такое развитие событий, когда в процессе создания мужского национального костюма использовались простые конструкции, создаваемые силуэты были достаточно строгими, а также использовался сдержанный колорит.

Главная задача одежды заключается в том, чтобы защитить своего носителя в любых даже самых сложных погодных условиях, а также с учётом особенностей горной территории она не должна сковывать движений всадника, передвигающегося по горным тропам. Таким образом национальный мужской костюм позволял отразить и ловкость мужчины, но в нём прослеживается и своеобразный налёт романтичности.

Как мы уже отметили выше, национальный мужской костюм всякого кавказского народа характеризуется тем, что его основными элементами является верхняя одежда «тадувха барзкъа», и нижняя одежда, а также одежда, которую надевают внутрь («чухъа дувха барзкъа»). Кроме того, неотъемлемым элементом национального костюма является специальная обувь и особый головной убор [3].

Между тем нельзя не отметить тот факт, что предусмотрены различные национальные костюмы, которые используются в обычной жизни, в процессе работы и при проведении празднеств. Поэтому становится понятно, что процесс формирования праздничного костюма отличается некоторыми особенностями и обусловлено это тем, что культура народов включает в себя широкое разнообразие обрядов и ритуалов. Поэтому праздничный национальный костюм отличается своим разнообразием. Колоссальное значение с точки зрения завершенности праздничного костюма играют его детали, особенности кроя и нашивки.

Не менее широкий круг отличительных особенностей присущ и рабочим профессиональным костюмам горных народов. Этот вывод обусловлен тем, что они создаются так, когда позволяют в полной мере соответствовать особенностям условий жизни народа, клима-

тическим условиям территории и особенностям ландшафта местности.

Также они отражают и религию данного народа. Колоссальное значение в этом контексте имеет и социально-экономический статус владельца такого костюма. Мы уже много раз говорили о том, что ингуши — это в первую очередь такой народ, который отличает необычайная гордость и стремление к свободе.

Эти особенности также присущи орлам, которые проживают высоко в горах и пролетают над ингушскими поселениями. Многие века ингуши занимались разведением овец и обработкой овечьей шерсти. Поэтому именно этот материал выступил в качестве своеобразной основы при создании национального костюма, также материалами стали кожа и натуральный мех. Многие столетия ингуши занимаются производством войлока и сукна, которые также применялись при производстве национальных костюмов.

При удовлетворении запроса на ткани для производства одежды в первую очередь использовалась местное сырьё, но одновременно применялись и привозные материалы. Каждая женщина в Ингушетии владеет навыками искусного шитья. Особенность мужского костюма заключалась в том, что он был приспособлен к жёстким погодным условиям этой территории. Основными элементами мужского костюма являются рубаха, штаны, бешмет, черкеска, головной убор, обувь и оружие.

В обычной жизни ингушские мужчины носили бешмет. Для торжественных и праздничных мероприятий, для похода в гости, для посещения мечети применялась черкеска. Основными элементами верхней одежды является шуба, изготовленная из овчины и бурка. Для того чтобы сохранить тепло зимой в качестве головного убора для мужчин выступала каракулевая шапка (элтар-кий), а в летние месяцы они носили шляпу (мангал-кий).

Колоссальное значение в национальном костюме ингуша играла бурка. Этот элемент одежды его владельцы носили и зимой, и летом. Изготавливалась она из овечьей шерсти и была выполнена в виде усечённого конуса по этому за счёт своей формы и прочного сохраняющего тепло материала она могла защитить своего владельца от непогоды. Но на этом сфера её использования не заканчивалась, так как горцы использовали её в виде подстилки и укрывались ею, она была незаменимым элементом в процессе верховой езды. Как мы уже отметили выше в целом национальные костюмы народов Кавказа демонстрируют множество сходств и обусловлено это тем, что все народы данной территории находятся в состоянии взаимосвязи, возникшей с древних времён, а также условия их жизни, в сущности, не демонстрируют серьёзных отличий.

Мужской костюм также отличают некоторые особенности, его основными элементами является черкеска, которую надевают поверх бешмета. В процессе изготовления этого элемента национального костюма использовалась наиболее качественное сукно. Покрой черкески и беш-

мета был практически идентичен. Главная отличительная особенность черкески заключалась в том, что в ней предусматривался воротник, а также всего лишь одна застёжка у талии.

Главным элементом традиционного костюма ингушских женщин всегда считалась рубаха, изготовленная из ситцевой ткани, бязи, полотно могло быть окрашено в различные цвета. Здесь нужно подчеркнуть, что женщины, достаток семьи у которых был существенным предпочитали изготавливать этот вид наряда из более дорогостоящих материалов, в том числе из шёлка — «даври»/«чилла», парчи — «махмар». Основными цветами рубах у молодых женщин были красные, розовый и жёлтый. Женщины почтенного возраста использовали для производства рубашки полотна тёмных цветов. Существовало множество украшений, которые использовались при создании праздничных нарядов: «дагам» — вышивка, «миришк» — мерешка, «сос» — канитель, «инза» — тесьма//шнурок, «к1уч» — кисточки и т. д.

В качестве основных материалов, которые применялись при производстве женских национальных костюмов, становились материалы домашнего производства, в том числе лён, шерсть и хлопок, иногда приобретались и привозные материалы. Достаточно обширный материал о национальном костюме наших женщин представил в своих работах Б. Калоев [1]. Автор отмечает в одном из своих трудов, что национальный костюм ингушских женщин включает в себя длинную рубаху, а также штаны красного или синего цвета, они опускаются до колен. Сверху на рубаху одевался архалук, а на голове женщины носили платок белого цвета [2]. Если же мы проанализируем работы Е. Студенецкой, тогда можно отметить, что согласно информации, представленной автором, в конце XIX — начале XX веков ингушки надевали на себя раскрытые спереди, с небольшим воротником длинные рубахи, чьи рукава спускались до кистей. В большинстве случаев рубашка была длиной до лодыжек [4].

Анализируя данные, представленные в соответствующих исторических источниках, можно отметить, что изначально в качестве основного типа платья-рубахи выступала рубашка в виде туники, она была довольно широкой с перекидным плечом, также её оснащали боковые уширяющие клинья (боковины) от подмышек до подола. Рубашка имела довольно длинные рукава с ластовицей, которые пришивали по прямой линии, шов опускался ниже плеча. При этом данная рубашка имела разную длину, на воротах имелась одна застёжка с пуговицей.

Затем уже в начале XX века национальный костюм ингушских женщин был дополнен нижней рубахой, которая имела аналогичный покрой, но материалом при её производстве, как правило, остановилось белая домашняя ткань или ситец.

Также в это время некоторые изменения произошли и в платье, если фигура женщины была достаточно стройной,

тогда применялась драпировка в виде красивых складок, за счёт чего сохранялась ширина рубахи и при этом такой наряд не сковывал движений в работе. В довоенное время в 20–30-е годы XX века женский национальный костюм у ингушей включал в себя и тёплую верхнюю одежду, в роли которой выступала безрукавка (телогрейка), которая для дополнительной сохранности тепла утепляется слоем ваты или шерсти.

На сегодняшний день безрукавки также являются неотъемлемым элементом наряда ингушских женщин. Изначально при изготовлении платьев-рубаш в качестве материала использовали шерстяную ткань домашнего производства, крашеный холст и шёлковую ткань, но в дальнейшем начали также активно применять ситец, сатин и иные виды материалов фабричного изготовления. Женские рубашки, выполненные из шерстяного материала домашнего производства, активно использовались вплоть до начала XX столетия, затем в обиход вошла фабричная шерстяная ткань.

Неотъемлемым элементом женского национального костюма у ингушей были штаны из грубой шерсти — «хачи», их длина спускалась ниже колен, кроме того, они были достаточно широкими. С течением времени уже в конце XIX века начали изготавливать подобные штаны больше и длинной, она иногда опускалась до лодыжек и обусловлено это было тем, что повсеместно на территории Ингушетии распространилась исламская религия. Этот вид одежды активно использовали в горных районах, так как в них было удобно выполнять все виды хозяйственной деятельности.

Главная отличительная особенность таких брюк заключалась в том, что они были довольно широкими, но сужались к низу, между брючинами вшивался клин — «эйла». Также их нередко оснащали галунами — «сос», книзу пришивалась тесьма — штрипка — «кхоакхалга». В одной из своих работ Н. Ф. Грабовской указывает, что в начале XIX столетия коренная жительница Ингушетии одевалась в особый национальный костюм, он включал в себя выполненную из ситца рубаху и яркий бешмет, также она носила штаны из ситца или из хлопчатобумажной ткани брюки имели красный цвет, ноги были обуты в кожаные чуваки, неотъемлемым элементом национального костюма ингушской женщины всегда являлся белый платок, которым она покрывала голову. В зимний период времени женщины для сохранения тепла носили нагольный полушубок, между тем нужно отметить, что ношение этого вида одежды считалось достаточно постыдным и не признавалось обычаями этого народа.

Женщины пожилого возраста и женщины, находящиеся в законном браке, в зимние месяцы носили — «Палчакх» (башлык). Форма этого наряда практически ничем не отличалась от мужского «палчакх» и имела две лопасти. Так как все ингушские женщины были мастерицами в области шитья и производства домашней ткани, наряд изготавливался ими самостоятельно. По традиции ингушские

женщины также носили зимой такой вид верхней одежды, как архалук — «гловтал». Он несколько отличался от нижней одежды, его длина была меньше, и он также утепляется дополнительным слоем ваты или шерсти, более дорогие изделия отделялись мехом. Как правило, для изготовления «гловтал» использовалась плотная хлопчатобумажная ткань.

Если семье позволял достаток в этом случае наряд изготавливался из дорогостоящих материалов. Носить этот вид одежды могли только замужние женщины. Если же речь шла о семьях с меньшим достатком, то в них женщины носили в зимние месяцы нагольную шубу, материалом для изготовления которой становилось овчина, она была схожа по своему крою с черкесской — «кетар». Для изготовления этого вида одежды шерсть на овечьей шкуре подстригали для облегчения изделия.

В настоящее время существуют такие варианты ингушского национального костюма, которые сохранили своё предназначение и основные элементы. Основными элементами одежды являются рубахи, женские платья, халаты-чапаны, специальные головные уборы и особая обувь, которая позволяет себя человеку чувствовать комфортно в сложных условиях гор. На территории республики, как правило, используется такой набор типовых элементов, который не демонстрирует существенных отличий друг от друга. Некоторые отличия можно увидеть в используемых материалах.

Такая ситуация в первую очередь сложилась по той причине, что общий уклад жизни Ингушетии является достаточно устойчивым. Можно выделить ряд несущественных отличий в видах головных уборов, поясах, украшениях, и в некоторых особенностях, присущих вариантам будничной и праздничной одежды, эти различия в первую очередь обусловлены особенностями протекания исторического процесса развития отдельных групп ингушского народа. Вместе с тем нужно отметить, что в целом национальный ингушский костюм отличает его главное достоинство — он является довольно практичным простым и целесообразным.

С точки зрения исторического развития каждого отдельного народа его национальный костюм претерпевает некоторые изменения, но между тем для него характерна устойчивость покроя и формы. Изменения, которые с течением времени могут произойти с национальным костюмом, прежде всего, определяются тем, каков путь исторического развития народа, какие веяния моды имеют место в тот или иной период.

Национальный костюм формируется в течение долгого периода времени, и значимую роль в этом процессе играют особенности экономического взаимодействия народа с окружающими, его социальный уклад. Также отдельные элементы национального костюма свидетельствуют о том, каков уровень общего социально-экономического развития складывается на данной территории. Национальный костюм, как мы уже отметили

выше, формируется в течение нескольких столетий и поэтому представляет собой неотъемлемый элемент общей духовной и материальной культуры каждого отдельного народа.

Само по себе искусство народа формируется долгий период, и за это время без него исключается всё лишнее, оставляя только самое ценное. Ингушский народ существует уже многие столетия и за это время он также совершенствовал свое искусство, передавая молодому поколению накопленные знания и практический опыт, всё это обусловило появление значимых национальных особенностей, присущих народу, проживающему на территории Ингушетии. Ингушскому национальному костюму присущи яркие отличительные особенности несмотря на то, что в целом он во многом схож с национальным костюмом, используемым на территории Северного Кавказа в целом. В результате исследования, направленного на изучение национального ингушского костюма, нам удалось определить его основные виды, формы, материалы, технические приемы и орнаментальные мотивы, на основе чего мы сделали вывод о том, что все они берут своё начало из древних времён. Особенности национального костюма ингушей обусловлены тем, что каждый его отдельный элемент отражает традиции этого народа, которые также берут своё начало с тюрко-кипчакского периода. Прослеживаются

некоторые особенности и отличия в национальном костюме, исходя из социального статуса и положения в обществе, а также в силу возрастных барьеров. Также значимая особенность ингушского национального костюма заключается в том, что здесь используются особые детали и композиция костюма (украшение головных уборов девушек и детей перьями филина, использование нашивок и др.).

Главным признаком национального ингушского костюма является то, что он весьма прост и практичен для повседневной жизни. Праздничные наряды украшали вышивкой, использовались более дорогие материалы для его производства, отдельные части оторачивали мехом, отделяли вышивкой и аппликациями.

После того как с течением времени ингушский народ стал ввести преимущественно оседлый образ жизни, а также в результате кардинальных изменений в политической, экономической и социальной сфере, в силу влияния соседних народов были утрачены определённые детали, назначение отдельных предметов и элементов национального костюма также изменилось. Но между тем нужно отметить, что национальный костюм и в настоящее время сохраняет свое значение с точки зрения исторического и эстетического аспекта, и сегодня возрождается традиция ношения национального костюма молодым поколением.

Литература:

1. Калоев, Б. А. Чеченцы. Народы Кавказа. 1. М., 1960. — с. 353–383.
2. Мода и люди: новая теория моды и мод. поведения / А. Б. Гофман. — 3-е изд., доп. — М. [и др.]: Питер, 2021. — 208 с.
3. Сагов, Р. З. Элементы национального костюма, подчеркивающие социальный статус ингушской женщины / Р. З. Сагов, Л. М. Евлоева, Т. А. Кулбужева // Вестник Ингушского научно-исследовательского института гуманитарных наук им. Ч. Э. Ахриева. — 2021. — № 2. — с. 126–130.
4. Студенецкая, Е. Н. Одежда народов Северного Кавказа XVIII-XX вв. / Е. Н. Студенецкая; Отв. ред. Г. А. Сергеева; АН СССР, Ин-т этнографии им. Н. Н. Миклухо-Маклая. — Москва: Наука, 1989. с. 73.

Влияние креативных кластеров на инновационное развитие современных городов

Олешкевич Кирилл Игоревич, кандидат педагогических наук, доцент;

Гракова Софья Сергеевна, студент

Московский городской педагогический университет

Инновационное развитие городов является одним из ключевых факторов экономического роста и повышения конкурентоспособности. В последние годы всё большее внимание уделяется роли креативных кластеров в стимулировании инноваций в процессе развития городов. В статье авторы проводят исследования влияния креативных кластеров на инновационное развитие городов.

Ключевые слова: креативный кластер, креативные индустрии, инновационное развитие, устойчивое развитие, культура, городские пространства.

The impact of creative clusters on the innovative development of modern cities

Innovative urban development is one of the key factors of economic growth and competitiveness. In recent years, more and more attention has been paid to the role of creative clusters in stimulating innovation in the process of urban development. In the article, the authors conduct research on the impact of creative clusters on the innovative development of cities.

Keywords: creative cluster, creative industries, innovative development, sustainable development, culture, urban spaces.

В настоящее время в целях инновационного развития городов предпринимается создание устойчивой системы взаимодействия по трём ключевым направлениям: наука, инновации и городские объекты. Это взаимодействие способствует укреплению места городов в общенациональных системах инновационного развития и способствует формированию региональных инновационных кластеров. Эти кластеры, в свою очередь, способны обеспечить устойчивое функционирование и развитие городов, а также создать благоприятные условия жизни для граждан. Модернизация, основанная на инновациях, играет ключевую роль в формировании кластеров территорий и включает в себя различные аспекты, такие как технические, эстетические, эргономические, техноэкономические, организационные, управленческие и институциональные инновации.

Важен процесс формирования и организации инновационной деятельности в городе и потенциал развития инновационной среды. Инновационный потенциал характеризуется способностью распознавать инновации и определять перспективные отрасли для инноваций. Последующее эффективное использование инноваций, современных технологий и научных достижений в различных сферах городского развития приводит к увеличению производства и созданию мощного стимула для экономического развития регионов.

Самые удивительные и инновационные идеи рождаются в социальных творческих сетях, объединяющих представителей творческого сообщества. Все больше городов стремятся создать ограниченные по районам территории, способствующие развитию творческой индустрии и оказывающие влияние на ускорение городского роста. Главная цель этого процесса состоит в том, чтобы пред-

приятия и предприниматели из сферы творческих индустрий могли свободно общаться, вдохновлять друг друга новыми идеями и создавать уникальные креативные продукты.

Страны Европейского союза активно развивают креативные кластеры, которые играют ключевую роль в стимулировании инноваций, развитии технологических решений и повышении конкурентоспособности целого ряда отраслей. Эти кластеры не только способствуют привлечению инвестиций и созданию рабочих мест, но также оказывают значительное влияние на социально-экономическое развитие регионов, где они расположены. Создание и поддержка креативных кластеров становятся все более важными инструментами формирования инновационной среды и способствуют устойчивому росту как на местном, так и на международном уровнях.

Креативные кластеры значительно влияют на бюджетные доходы регионов, способствуют созданию рабочих мест, привлекают профессионалов из различных областей творчества и формируют привлекательный имидж города для инвесторов. Организация творческих индустрий в виде кластеров положительно сказывается на других секторах городской экономики и на общем благосостоянии населения, а обмен знаниями и идеями внутри кластера является основой для стимулирования инновационного развития региона.

Глобальные изменения в городской среде вызвали повышенный интерес к исследованию общественных вопросов, включая роль творческого пространства и его влияние на гражданскую активность и осуществление городских прав. Право на город означает не только индивидуальный доступ к городским ресурсам, но и участие в коллективном формировании и изменении городских

пространств, а также активное создание новых городских пространств и ценностей. Это право дает возможность как организованным группам, так и массовому урбанизму определять границы и характеристики городской среды.

Креативные кластеры играют решающую роль в оживлении районов, которые утратили свою прежнюю функциональность. Они решают ряд проблем:

1. Высокая стоимость земли и строительства;
2. Сниженный спрос на традиционные офисные и коммерческие здания;
3. Неэффективное использование городского пространства;
4. Социальные проблемы, такие как бедность и безработица.

Эти проблемы ведут к снижению экономического потенциала районов или даже всего города. Однако креативные кластеры могут здесь выступить в роли «спасательного круга». Часто размещаясь в заброшенных зданиях заводов и промышленных предприятий, кластеры помогают преобразовывать и ревитализировать это убыточное городское пространство, способствуя его развитию и оживлению.

Творческое городское пространство и городская деятельность играют ключевую роль как в развитии городского планирования, так и в обеспечении устойчивого развития. Эти пространства процветают в контрасте с формальной урбанистикой, способствуя созданию альтернативных образов жизни и новых аспектов повседневности в современных городах. Одним из основных факторов всех творческих городских пространств является их потенциал для объединения граждан с целью изменения устоявшихся порядков и поиска развития в новых направлениях, выходящих за рамки традиционных представлений о городе. Использование творческих пространств открывает новые перспективы и предлагает альтернативные подходы к городскому развитию. Взаимодействие в кластере способствует стимулированию инноваций, развитию передовых технологий и улучшению всех аспектов сотрудничества. Это среда свободного обмена информацией и быстрого распространения инноваций.

Креативные кластеры создают множество уникальных возможностей для жителей и туристов, позволяя им окунуться в мир современного искусства. Такие кластеры предлагают возможность не только посещать выставки и участвовать в мероприятиях, но и проводить время в специализированных магазинах, восстанавливать свои физические и эмоциональные силы. С течением времени креативные кластеры превращаются в центр общения и культурных событий, которые изменяют облик города и создают уникальные творческие пространства. Такие творческие сообщества также оказывают значительное влияние на формирование предпринимательской идентичности, внушая предпринимательский дух и мотивацию к действию. Внутреннее вдохновение и увле-

ченность творческим процессом вокруг стимулируют развитие предпринимательской деятельности. Креативные кластеры также оказывают воздействие на личность предпринимателей. Исследователи выделяют три ключевых элемента идентичности: способность развивать бизнес, умение внедрять инновации или адаптировать услуги и продукты, а также способность придавать культурные или художественные аспекты этим продуктам или услугам. Сегодня перспективы экономики смещаются от крупных корпораций к развитию стартапов, индивидуальному предпринимательству и креативному сектору, поскольку инновации, занятость и создание добавленной стоимости демонстрируют значительную устойчивость в своем развитии. В результате новой политики творческий сектор может получить дополнительный импульс для создания и развития творческих кластеров.

Взаимодействие и взаимоотношения в креативном кластере способствуют открытию новых путей для решения текущих проблем и появлению новых возможностей. Формирование и быстрое развитие кластеров в инновационно насыщенных городах позволяют определенной части городской среды пройти на более высокий уровень инновационной активности.

Согласно мировому опыту, формирование таких кластеров требует значительных затрат, и приблизительно половина финансирования обеспечивается за счет государства (из федеральных и региональных бюджетов). Тем не менее, это не является помехой для разработки новых методов финансирования. Креативные кластеры, как синтез различных явлений, объединяют свободный творческий поиск художников, успешные экономические подходы бизнеса и решение социальных проблем. Пространство кластера создается как место, направленное в будущее, где современное искусство находит свое место и осваивает новые индустриальные масштабы.

Таким образом, создание креативного кластера способствует внедрению творческих инноваций, отобранных экспертами творческого сообщества. Развитие творческих индустрий, возникновение новых творческих кластеров и территорий помогут решить множество городских проблем и улучшить обстановку для туристов и местных жителей. Создание новых инвестиций и приток капитала сыграют важную роль в формировании городской идентичности. Современные люди пересматривают свои образы жизни, и лишь представители творческих профессий — ремесленники, художники, ученые — выбирают карьерные пути, которые ранее представлялись необычными. В этой связи меняются наши ценности и приоритеты, а также предпочтения в рабочей среде и по месту жительства, и наше восприятие времени и его использование. Современное общество находится в процессе изменений, в которых ключевую роль играет творческое мышление. В будущем количество инновационных городов будет определяться наличием активного творческого сообщества.

Литература:

1. Алексов Мирослав Алексеевич Кластеры как долгосрочная стратегия актуализации социально — экономического потенциала творческих индустрий // E-Scio. 2021. № 1 (52).
2. Бриллиант, Е. В., Ветвицкая С. М. Инновационное развитие городской среды // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. — 2014. — № 5–2. — с. 184–185.
3. Карпова, Н. В. Креативные кластеры как инновационный инструмент обеспечения городского развития / Н. В. Карпова, В. В. Меленкин // Экономика и экология территориальных образований. — 2021. — Т. 5, № 4. — с. 12–18.
4. Олешкевич, К. И. Теоретико-методологические основы продюсирования в шоу-бизнесе: Учебное пособие / К. И. Олешкевич; Московский государственный институт культуры. — Казань: Общество с ограниченной ответственностью «Бук», 2021.
5. Рассолова, Е. Н., Галкин К. А. «Больше творческой энергии»: смыслы и функции креативного пространства в моногороде (кейс Набережных Челнов) // Интеракция. Интервью. Интерпретация. 2022. Т. 14. № 2. с. 55–65.
6. Юхина Анастасия Андреевна Креативные кластеры в экономической системе // Научные исследования и инновации. 2021. № 10.

ФИЛОЛОГИЯ, ЛИНГВИСТИКА

Трудности перевода научно-популярной литературы в сфере искусственного интеллекта

Бражникова Дарья Юрьевна, студент

Научный руководитель: Андреева Елена Дамировна, кандидат филологических наук, доцент
Оренбургский государственный университет

В статье автор исследует трудности, возникающие в процессе перевода научно-популярных текстов по искусственному интеллекту.

Ключевые слова: искусственный интеллект, текст, термин, аббревиатура, переводческие трансформации, информационный запас, язык программирования.

С развитием технологий искусственного интеллекта (ИИ) всё чаще возникает потребность в переводе литературы данной области для людей, не обладающих специальными знаниями по данной тематике. Научно-популярные тексты созданы для популяризации научных знаний и представляют сложные концепции в доступной форме. Тексты данного типа обладают специфическими особенностями, из-за чего переводчики сталкиваются с рядом трудностей на этапе перевода и постредактирования. Данная работа освещает эти сложные моменты, предлагая уделять им особое внимание в процессе работы над переводом.

Тексты в области технологий искусственного интеллекта, не только технические, но также и научно-познавательного характера, характеризуются частным использованием специализированной лексики и терминов, которые могут оказаться непонятными для обычного читателя. В таком случае одной из наиболее явных трудностей представляется подбор эквивалентных терминов в языке перевода. По мнению О. С. Ахмановой, термин — это «слово или словосочетание специального языка, создаваемое для точного выражения специальных понятий и обозначения специальных предметов» [1, с. 474]. Термины (терминологические слова) подразумевают использование целой терминологии отдельной области знаний. Поскольку сфера информационных технологий, а в частности искусственного интеллекта, развивается стремительно, её терминологическая база постоянно расширяется. Многие слова оказываются совершенно неизвестными русскоязычному читателю. Переводчик должен быть внимателен к этому и стремиться найти оптимальное решение.

Чаще всего для того, чтобы перевести терминологическую единицу применяются следующие переводческие

трансформации: калькирование, заимствование термина без его перевода, транскрипция и транслитерация, семантический эквивалент, экспликация (описательный перевод), а также возможно сочетание нескольких приемов перевода (например, транскрипция и описательный перевод). Калькированием называется «способ перевода лексической единицы оригинала путем замены ее составных частей — морфем или слов их лексическими соответствиями в ПЯ» [3, с. 173]. Таким образом, создается новое понятие, которое копирует структуру исходной лексической единицы и может считаться однозначным эквивалентом определённого термина: *adaptive learning* — адаптивное обучение, *expert system shell* — экспертная система-оболочка, *adaptive resampling and combining* — адаптивная перевыборка и комбинирование. В последнее время подавляющее число терминов попадает в русский язык путём транслитерирования, методом «перевода лексической единицы оригинала путем воссоздания ее формы с помощью букв ПЯ» [3, с. 173]. Например, *coding* — кодирование, *tokenization* — токенизация, *bioinformatician* — биоинформатик. Это, очевидно, связано с усложнением технологий и терминологии. При переводе научно-популярных текстов переводчик обладает возможностью эксплицировать, то есть описать термин, а не переводить его, чтобы добиться понимания читателем определённого комплексного понятия. Так, термин «*black box testing*» будет правильнее перевести не как «тестирование по стратегии чёрного ящика», а скорее «тестирование без доступа к внутренней структуре компонентов системы».

В специализированных текстах в сфере информационных технологий довольно часто встречаются большое количество аббревиатур, аналогов которых нет в русском языке. При их переводе можно, например, заимствовать

сокращение с сохранением латинского написания, использовать полное слово, если нет устоявшейся аббревиатуры в русском языке, или же использовать русскую аббревиатуру, давая пояснения (ML, machine learning — МО, машинное обучение; DL network, deep learning network — НГО, нейросеть глубокого обучения). Практика показывает, что чаще всего сохраняют оригинальные названия, которые используются в английском языке, например, UML (унифицированный язык моделирования, язык UML), GPT (трансформер, обученный для генерации текста), NLP (обработка естественного языка), LLM (большая языковая модель). Это вполне обоснованно, так как в настоящее время российскими специалистами используются именно английские названия данных явлений. С другой стороны, такой подход позволяет сохранять единство терминологии в области информационных технологий, переводя профессиональный язык на международный уровень путем использования единой системы названий всех технологий.

Проблемой при переводе текстов в сфере искусственного интеллекта является и возможно неверное определение переводчиком степени информационного запаса. Информационным запасом Р. К. Миньяр-Белоручев называет «объем информации, ассоциируемый коммуникантами с некоторым языковым знаком или обозначаемым им объектом действительности» [4, с. 46]. Объем информации у различных читателей может не совпадать. Поэтому необходимо помнить, что получатель — не специалист, и учитывать информационный запас реципиента подобного текста, чтобы информация, предназначенная для передачи, дошла в полном объеме. Следовательно, у переводчика возникают две главные задачи: произвести точный, адекватный перевод с использованием эквивалентной лексики, а также сохранить понятность для читателя без необходимости обращения к дополнительным источникам. При возникновении трудностей есть несколько возможных способов решения: составить глоссарий к тексту, объясняющий некоторые комплексные понятия, дать переводческий комментарий, например, к определенному фрагменту, либо же использовать описательный перевод термина. Иногда происходит так, что термин в данной области транслитерируется, образует устойчивый эквивалент в языке перевода, но всё же требует пояснения для читателя, например: AI content analytics — контент-анализ ИИ, что представляет собой использование технологий искусственного интеллекта для обработки и аналитики неструктурированной информации. Переводческий комментарий Т. А. Казакова предлагает рассматривать как «дополнительный прием, сопровождающий слова, переведенные с помощью лю-

бого способа лексико-семантической трансформации, но при этом требующие расширенного пояснения» [2, с. 113]. Обычно комментарий выносится за пределы основного текста и может быть представлен в виде сноски на той же странице или приведен в конце текста как примечание.

При переводе текстов ИИ очень важно понимать тематику данных работ, и это тоже вызывает определённые трудности. Технологии искусственного интеллекта — достаточно сложная и быстро развивающаяся область, поэтому при работе над переводом текста по этой тематике важно постоянно искать и изучать актуальную информацию. От переводчиков требуется высокий уровень компетентности в области информатики, только это гарантирует правильный выбор стратегий перевода, направленных на прагматическую адаптацию текста. Отсутствие навыков перевода терминов в совокупности с незнанием или непониманием сферы, в которой осуществляется перевод и контекста самого перевода может привести к неточному, не однозначному переводу.

Трудным моментом можно также посчитать оформление самого текста перевода на этапе вёрстки и постредактирования файла. IT тексты, как правило, содержат графики, диаграммы и формулы. Также в тексте и иллюстрациях может содержаться текст команд, которые предлагается задавать определенной системе ИИ. Если эти команды прописываются в кавычках, как при написании их на языке программирования, то переводчику не следует переводить этот фрагмент. Программный код и команды на языке программирования имеют свою специфику и точность, которые лучше сохранять в оригинале. Верным решением будет добавить пояснение или описание, чтобы помочь читателю понять суть этих команд, но сам код остается на языке оригинала. Это обычная практика в научно-популярных текстах, чтобы сохранить точность и предотвращение возможных ошибок при последующем обращении к программному коду. Помимо этого, также необходимо учитывать требования к шрифту, режиму оформления и прочим стандартам, если мы работаем с ограниченным форматом файла оригинала, как например руководство, пособие или книга, где сразу же после графика или иллюстрации продолжается основной текст.

Таким образом, можно выделить основные трудности при выполнении перевода научно-популярного материала в области искусственного интеллекта: комплексная специализированная лексика и терминология, постоянно расширяющаяся база профессиональных знаний в данной сфере, которую нужно отслеживать, верное определение степени информационного запаса у реципиентов, а также оформление и постредактирование готового текста на языке перевода.

Литература:

1. Ахманова, О. С. Словарь лингвистических терминов. Изд. 2-е, стереотипное. — М.: Едиториал УРСС, 2004.
2. Казакова, Т. А. Практические основы перевода. English <=> Russian. — Серия: Изучаем иностранные языки. — СПб.: «Издательство Союз», 2001.

3. Комиссаров, В. Н. Теория перевода (лингвистические аспекты): Учеб. для ин-тов и фак. иностр. яз. — М.: Высш. шк., 1990.
4. Миньяр-Белоручев, Р. К. Теория и методы перевода. — М.: Московский Лицей, 1996.

Терминология в юридическом английском языке: синонимы и сложности их перевода

Горюнов Назарий Сергеевич, студент;

Кокора Юлия Васильевна, преподаватель

Северо-Кавказский филиал Российского государственного университета правосудия (г. Краснодар)

В данной статье подробно рассматриваются основные особенности перевода юридической терминологии. Объектом исследования является синонимия в юридической лингвистике, предметом исследования — способы ее перевода на русский язык. В процессе работы нами были изучены наиболее распространенные юридические синонимы английского языка, определена степень их эквивалентности, а также способы перевода синонимичных английских терминов на русский язык.

Ключевые слова: юридическая лингвистика, термин, синоним, эквивалент, перевод.

Юридический перевод является одним из самых сложных направлений перевода, так как связан с правовой документацией. В данном случае требуется не только отличное знание языка, но и глубокое понимание правовых систем разных стран [1, с. 31]. Юридическая терминология имеет ряд особенностей, затрудняющих ее перевод. Целью данной работы является исследование синонимии в английских текстах юридической направленности и анализ сложностей, которые возникают при их переводе на русский язык.

В договорах часто встречаются синонимы, которые имеют разную стилистическую окраску и могут выполнять в тексте такие функции как:

Усиление. Данный прием представляет собой дублирование одного и того же понятия разными словами с целью эмфатизации его значения. Рассмотрим пример из договора о неразглашении конфиденциальной информации: «The recipient agrees to hold the confidential information in strict confidence and not to disclose, reveal or make known the confidential information to any person or entity». (Получатель соглашается хранить конфиденциальную информацию в строгой тайне и не разглашать ее третьим лицам). Здесь слова *disclose*, *reveal* и *make known* являются синонимами, которые усиливают выражение, подчеркивая серьезность и обязательность запрета на разглашение конфиденциальной информации. В русском языке парные синонимы или группа синонимов, используемых в одном предложении, заменяется на один общий термин с наиболее широким семантическим значением [5, с. 115].

Добавление. Синонимы могут использоваться для указания дополнительной информации или пояснения к одному и тому же понятию. Например, в договоре об аренде жилого помещения можно встретить следующее выражение: «The landlord leases to the tenant the premises, here-

inafter referred to as the «Property» or the «Leased Premises» (Арендодатель сдает Арендатору помещение, далее именуемое «Недвижимость» или «Арендованное помещение»). Здесь слова «premises», «property» и «leased premises» являются синонимами, которые уточняют объект договора [4, с.181].

Варьирование. Синонимы могут использоваться с целью семантического варьирования, путем замены одного и того же понятия разными словами. Например, в договоре о предоставлении услуг можно встретить следующее выражение: «The service provider agrees to provide the client with the following services...», «The service provider shall perform the services in a professional manner» (Поставщик услуг соглашается предоставить заказчику следующие услуги...; Поставщик услуг должен оказать услуги на должном профессиональном уровне). Здесь слова *provide* и *perform* являются синонимами, которые варьируют значение.

Синонимы могут иметь разную степень эквивалентности, в зависимости от того, насколько они соответствуют друг другу по значению, функции, стилю и т. д.

В зависимости от степени эквивалентности, синонимы в договорах могут быть:

Полными эквивалентами. Это синонимы, которые полностью совпадают по значению, функции, стилю и т. д. и могут быть заменены без потери смысла. Например, в договоре о купле-продаже автомобиля можно встретить следующее выражение: «The seller warrants that he is the lawful owner of the vehicle and that the vehicle is free from any liens, encumbrances or claims» (Продавец гарантирует, что он является законным владельцем автомобиля и что автомобиль не обременен никакими обременениями, (залогами или исковыми требованиями)). Здесь слова *liens*, *encumbrances* и *claims* являются полными эквивалентами,

которые могут быть переведены на русский язык одним словом — «обременения» [2, с. 400].

Частичными эквивалентами. Это синонимы, которые частично совпадают по значению, функции, стилю и т. д. и могут быть заменены друг другом с некоторыми изменениями. Такие синонимы могут быть переведены на русский язык разными словами и выражениями с учетом их специфики. Например, в договоре о предоставлении консультационных услуг можно встретить следующее выражение: «The consultant shall provide the client with advice, guidance and assistance...» (Консультант обязуется предоставить заказчику консультации, рекомендации и помощь по вопросам...). Здесь слова *advice*, *guidance* и *assistance* являются частичными эквивалентами, которые могут быть переведены на русский язык разными словами (сравните: консультации, рекомендации, помощь) [3, с. 131].

Неполными эквивалентами. Это синонимы, которые не совпадают по значению, функции, стилю и т. д. и не могут быть заменены без искажения смысла. В подобных случаях в переводе применяются трансформации различного типа

(лексические, грамматические, лексико-грамматические), добавляется примечание постранично или в конце текста. Приведем пример из договора об оказании услуг: «The company shall indemnify and hold harmless the contractor against all damages arising out of the breach of this Agreement» (Компания обязуется возместить подрядчику все убытки и освободить от их ответственности в случае нарушения настоящего договора). Здесь слова «*indemnify*» и «*hold harmless*» являются неполными эквивалентами, так как они имеют разные юридические значения в английском праве. «*Indemnify*» — обязательство одной стороны возместить другой стороне убытки, которые она понесла в результате определенного события. «*Hold harmless*» означает обязательство одной стороны не предъявлять исков к другой стороне по поводу определенного события [3, с. 150].

Таким образом, можно заключить, что синонимия в юридической терминологии английского языка является интересным и актуальным объектом исследования, который открывает новые горизонты для изучения языка и права, а также для совершенствования юридического перевода.

Литература:

1. Алимов, В. В. Юридический перевод: практический курс. Английский язык: учебное пособие. Изд. 3-е, стереотипное / В. В. Алимов. — М.: Ком Книга, 2005. — 160 с.
2. Денисова, А. А. Семантика терминов общей теории права: дис. канд. филол. наук. / А. А. Денисова. — М., 1992. — 177 с.
3. Лебедева, М. В. Синонимия терминов права (на материале юридических терминов английского языка) / М. В. Лебедева. // Молодой ученый. — 2019. — № 19 (257). — с. 398–404.
4. Озюменко, В. И. Переводные соответствия слова «адвокат» в английском языке // Вестник РУДН. Серия «Русский и иностранные языки и методика их преподавания». 2014. № 4. с. 114–119.
5. Озюменко, В. И., Чилингарян К. П. Полисемантическая английской юридической лексики как проблема перевода // Вестник РУДН, серия Лингвистика — 2015, № 2, С. 180–193.

Юридический английский в деловой документации

Кумпан Виолетта Сергеевна, студент;

Кокора Юлия Васильевна, преподаватель

Северо-Кавказский филиал Российского государственного университета правосудия (г. Краснодар)

В данной статье подробно рассматриваются основные лексические особенности английской деловой документации и способы их перевода на русский язык. Объектом исследования является анализ лексических средств языка, свойственных английским текстам юридической направленности. Предмет исследования — методы их использования в юридической документации.

Ключевые слова: юридический английский, термин, стилистика, деловая документация, стандарт.

В современном мире английский язык является одним из основных языков международного общения в различных сферах деятельности, в том числе и в юридической. Перевод текстов юридической тематики, в отличие от других типов специализированного перевода, имеет существенные отличия в таких аспектах как: лексика, грамматика, стилистика и прагматика.

Лексические отличия заключаются в наличии специфической терминологии, которая отражает понятия и категории английского права. Например, термины *contract*, *tort*, *equity*, *injunctio*, *habeas corpus* и т. д., имеют конкретное юридическое значение и могут быть заменены эквивалентом в языке перевода (*equity* — беспристрастность, *tort* — деликт, *injunctio* — судебный запрет) или

быть введены в язык перевода с помощью транскрипции (contract — контракт, habeas corpus — хабеас корпус и тд.). Кроме того, юридический английский сохраняет много за-

имствованных слов из французского и латинского языков, которые используются для обозначения определенных правовых принципов. Например:

Французские заимствования:	bail, plaintiff, defendant (залог, истец, ответчик) [4]
Латинские заимствования:	bona fide (добросовестный) de facto (фактически), ratio decidendi (основание решения), inter alia (в частности), alias (иначе, другими словами) и т. д. [4]

Также в юридическом английском часто встречаются архаизмы, которые свидетельствуют о долгой истории правовой системы. Наиболее распространенные архаичные формы: writ (судебный приказ), hereditament (имущество, передающееся по наследству), to inquire (запрашивать) и т. д.

Грамматические отличия проявляются в употреблении определенных форм и конструкций, которые придают юридическому английскому формальность, точность и однозначность. Например, в юридическом английском часто используются:

- сложноподчиненные предложения с разветвленной структурой и многочисленными придаточными;
- пассивный залог для выражения безличности и объективности;
- модальные глаголы для выражения необходимости, возможности, разрешения и запрета;

- абстрактные существительные для обозначения понятий и процессов;
- притяжательный падеж для обозначения принадлежности;
- артикли для определения степени определенности и неопределенности;
- союзы и союзные слова для установления логических связей между частями текста [1, с. 70–72].

Стилистические отличия связаны с выбором слов и выражений, которые обеспечивают юридическому английскому языку высокий уровень официальности. Например, в юридическом английском применяются:

- юридические формулы и клише, которые являются стандартными и традиционными для деловой документации. Часто данные устойчивые сочетания представлены архаичными формами [3, с. 3905]:

whereas	поскольку
forthwith	немедленно
hereby	настоящим
henceforth	впредь
hereinafter named	именуемые в дальнейшем
aforesaid	вышесказанное
hereon	на этом [3, с. 3905]

— двойные синонимы, которые раньше использовались для уточнения смысла. Сегодня двойные синонимы (или дублиеты) часто переводятся одним словом и являются неотъемлемой частью английского официально-делового стиля. Часто двойные синонимы представляют собой соединение слов, этимологически принадлежащих к разным языкам, на что указывает их корневая основа [2]. Например:

1. Английский и латынь: will and testament (завещание);

2. Английский и французский: fit and proper (подходящий), null and void (недействительный), goods and chattels (имущество) [2];

3. Латынь и французский: requirements & conditions — требования и условия [2].

— латинские выражения и аббревиатуры, которые служат для сокращения и упрощения изложения [4]. Например:

Сокращение	Полное латинское название	Перевод
i.e	id est	то есть
e.g	exempli gratia	например
et al	et alii	и другие (и прочие)
ibid	ibidem	там же
op. cit	opere citato	цитируемая работа

В заключение хотелось бы отметить, что на лексическом уровне юридический английский обладает широким спектром специализированной терминологии, характеризуется наличием аббревиатур, синонимичных пар, ла-

тинизмов, устаревших слов и фраз. Многие термины, относящиеся к сфере юридического английского языка, принадлежат к эквивалентной лексике и имеют устоявшийся вариант перевода.

Литература:

1. Алимов, В. В. Юридический перевод: практический курс. Английский язык: учебное пособие. Изд. 3-е, стереотипное / В. В. Алимов. — М.: Ком Книга, 2005. — 160 с.
2. Кокора, Ю. В. Юридический английский в информационном пространстве: значимость аккумулятивной функции языка в переводах деловой документации / Russian Linguistic Bulletin № 5 (41), 2023. — URL: <https://rulb.org/archive/5-41-2023-may/10.18454/RULB.2023.41.16>; DOI: 10.18454/RULB.2023.41.16.
3. Шагланова, Е. А., Буланова М. Н. Архаизмы в англоязычной дипломатической корреспонденции / Филологические науки. Вопросы теории и практики, 2021. Том 14. Выпуск 12. с. 3904–3908.
4. Online Etymology Dictionary [электронный ресурс] // Online Etymology Dictionary. — 2023. — URL: <https://www.etymonline.com/search?q=plaintiff>. (accessed: 10.12.23)

К вопросу о теоретических основах вариативности орфоэпической нормы русского языка

Хасанова Дилдорахон Дилмуроджон кизи, студент
Научный руководитель: Кахарова Нилуфар Нуридиновна, преподаватель
Кокандский государственный педагогический институт имени Мукими (Узбекистан)

В данной статье рассматриваются теоретические основы вариативности орфоэпической нормы русского языка. В качестве основных причин вариативности рассматриваются: диалектное разнообразие, стилистическое варьирование, исторические изменения, также различные типы орфоэпических вариантов, их соотношение с нормой и факторы, влияющие на выбор варианта.

Ключевые слова: орфоэпия, норма, вариативность, диалект, общеупотребительное слово, стиль.

В русском языке, как и в любом другом языке, существует орфоэпическая норма, которая определяет единообразное произношение звуков, слов и их форм. Однако в некоторых случаях допускается использование различных вариантов произношения одних и тех же слов.

В настоящее время на русский язык влияют различные факторы — пресса, телевидение, радио, Интернет, иностранные языки. Эти процессы могут быть как положительными, так и отрицательными и сильно влияют на колебания кодифицированных норм. Во многих случаях варьирование орфоэпических норм происходит не только из-за орфоэпической несостоятельности или субъективного мнения. Многие ошибки неслучайны и предопределены подобными или другими системными явлениями живого литературного языка. Назовем причины, по которым следует обратиться к нормам правильной русской речи (в частности, нормам произношения) и их дополнительному изучению. На сегодняшний день вопрос о нормах произношения в современном русском языке остается открытым [2, с. 3].

Орфоэпические нормы как часть звуковой стороны языка постоянно меняются и тесно связаны с обычным употреблением. Обычное использование стало играть важную роль в кодификации норм. Орфоэпические словари составлены по принципу описательного подхода. Описательный принцип следует изучать постоянно. При описании норм произношения лингвисты работают над

детальным анализом норм орфоэпии и установлением последовательности их появления и закрепления в соответствии с историческим развитием. Освещение вопросов, связанных с действующими в различных регионах общеупотребительными орфоэпическими нормами, всё более необходимо для современной науки.

В наши дни не трудно найти научные работы по описанию норм и вариантов произношения в современном русском языке. Ученые комментируют такие понятия, как орфоэпия, норма, вариант, вариантность, вариативность, обычай, кодификация норм. Кроме того, возникают вопросы, связанные с актуальной составляющей этого явления и уточнением возраста носителей обыденных говорящих норм современного русского языка. Последние наблюдения за изменениями в речи носителей литературного языка разных возрастных групп позволяют говорить об актуальности изучения вопроса с точки зрения особенностей той или иной области. Таким образом, справедливо сказать, что вопрос современного произносительного стандарта по-прежнему актуален [2].

Недостаточная изученность общеупотребительных орфоэпических норм в регионе обусловила необходимость наблюдения за уровнем орфоэпической грамотности горожан. Большое значение придается также отслеживанию тенденций развития привычных правил произношения в конкретной городской среде и выявлению уровня представленных категорий современных нормативных яв-

лений, определяемых как обычно. Люди способны артикулировать звуки с рождения, однако культура диктует нам нужные для выбора звуки, из которых мы формируем определенный язык. Силу культурного влияния можно увидеть при взаимодействии с людьми, принадлежащими к нашей культуре, и с незнакомыми нам.

Необходимо включить в словари специальные орфоэпические знаки, отражающие особенности местного произношения. Многие ученые занимаются проблемой современных норм произношения. Теоретическую основу нашего исследования составили работы российских фonetиков Д. Н. Ушакова, Ю. И. В.Щербы, Р. И. Аванесова, А. А. Реформатского, В. В. Виноградова, О. С. Ожегова, Г. О. Винокура, А. М. Пешковского, К. С. Горбачевича, Л. П. Крысина, Р. Ф. Касаткиной, Л. Л. Касаткина, посвященные развитию литературного языка, русской орфоэпии и орфоэпических норм русского языка. К настоящему времени учеными освещены следующие аспекты темы: порождение орфоэпической нормы как сети правил произношения; стандарты произношения и варианты произношения; особенности произносительных литературных норм; литературные нормы и вариативность языковых единиц, источники отклонений от норм литературного произношения; норматив литературного произношения; типы стилей произношения.

О. В. Антонова, Л. А. Вербицкая, Г. В. Степанов, Ф. П. Филин, В. И. Чернышов, К. И. Чуркина, А. Д. Швейцер и другие лингвисты проработали следующие аспекты технического задания: социолингвистическая зависимость произносительных норм в диалектной среде; локальная коннотация литературно-разговорной речи; социолингвистическое исследование локальных особенностей русского литературного произношения; территориальная

вариация русского литературного произношения (на примере речи вологодцев и пермяков); изменение современной орфоэпической нормы и актуальных орфоэпических рекомендаций, произносительные особенности речи жителей малого города; региональные особенности произносительной системы современного русского языка; особенности влияния диалектного языка; нормы произношения согласных и их сочетаний; нормы произношения некоторых грамматических форм; своеобразное произношение заимствованных слов; динамичность и вариативность орфоэпической нормы; кодификация произносительной нормы в процессе зарождения и развития литературного языка [2].

Для людей, не вполне владеющих нормами литературного произношения и ударения, характерно стяженное произношение русских имен и отчеств, например, [Ван-ваныч], [Сан-саныч]. Оба варианта произношения не характерны для нейтрального, т. е. основного стиля произношения, и их следует избегать в повседневном общении. Произносить имена и отчества отчетливо, без стяжения, близко к написанию допустимо только при чтении официальной информации.

Результаты обучения нормам ударения и произношения на конкретном лексическом материале, в том числе и по специальности, во многом определяются тем, насколько регулярно и в какой последовательности ведется эта работа. Вариативность орфоэпической нормы является естественным явлением, которое обусловлено диалектным разнообразием, историческими изменениями и стилистическим варьированием. Орфоэпические варианты должны быть отражены в словарях и справочниках, чтобы говорящие могли выбирать из них наиболее подходящий вариант в зависимости от ситуации.

Литература:

1. Крысин, Л. П. Русское слово, его лексическое и грамматическое значение. М., 2004.
2. Загоровская, О. В. Вариативность нормы в русском языке начала XXI века и задачи создания современного учебного нормативно-стилистического словаря // Известия ВГПУ: Гуманитарные науки, 2015, № 1 (266).
3. Грановская, Л. А. Основы культуры речи. М.: Просвещение, 1978. 224 с.
4. Кахарова, Н. Н. (2023). К вопросу об изучении Плеоназмов И Тавтологий С Исторической Точки Зрения. *Central Asian Journal of Literature, Philosophy and Culture*, 4(9), 120–124.4.
5. Kakharova, N. N. (2021). On the nature of linguistic variation and its types. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 11(11), 507–510.
6. Голованова, М. А. Проблемы вариантности орфоэпических норм русского языка /Текст научной статьи по специальности «Языкознание и литературоведение», стр 156–161.

ПРОЧЕЕ

Массовое сознание как объект манипуляции в условиях информационной войны

Демченко Андрей Андреевич, студент магистратуры;
Алиева Соно Абдимаматовна, кандидат филологических наук, доцент
Уфимский университет науки и технологий

Статья посвящена исследованию массового сознания как целевого объекта манипуляции в современном информационном пространстве. В контексте информационной войны рассматриваются механизмы манипуляции, используемые для воздействия на общественные убеждения и восприятие информации. Выявлены примеры использования социальными медиа различных методов создания и распространения фейковых новостей.

Ключевые слова: массовое сознание, информационная война, манипуляция общественным сознанием, информационное противоборство, манипуляция информацией, фейки, фейковые новости.

В современном информационном пространстве манипуляция массовым сознанием становится всё более значимым инструментом в условиях информационной войны. Массовое сознание, в широком понимании, представляет собой коллективное мышление и восприятие, которое формируется под воздействием информации из различных источников, включая средства массовой информации, социальные сети и другие каналы коммуникации.

Информационная война, в свою очередь, представляет собой конфликт, в котором информация используется как важный ресурс для достижения целей. В этом контексте манипуляция массовым сознанием становится инструментом воздействия, используемым для достижения политических, экономических или стратегических целей [3, с. 89].

В современной информационной эпохе фейковые новости и дезинформация стали мощным инструментом воздействия на общественное мнение и формирование массового сознания. Создание и распространение фейковых новостей представляют собой тщательно спланированные истории, лишённые фактической поддержки, но направленные на влияние на эмоциональное восприятие людей [2].

Методы создания фейковых новостей могут включать в себя различные техники: от искажения фактов до прямого выдумывания событий [1, с. 117]. Примером может служить случай, когда фотографии из разрушенного роддома в Мариуполе представлялись большинством западных СМИ как доказательство русской агрессии в то время, как все напечатанные фото были постановочными (т. е. создавались уже после разрушения здания с по-

мощью костюмеров, гримеров и профессиональных блогеров).

Воздействие фейковых новостей на общественное мнение демонстрирует, как манипуляция информацией может повлиять на установление определенных взглядов. Например, фальсифицированные новости о медицинских исследованиях или лекарствах могут привести к неправильным выводам о пользе или вреде определенных методов лечения.

Последствия распространения дезинформации ощущаются в различных сферах общественной жизни. Например, недавний случай фейковых новостей и провокаций в аэропорту Махачкалы (группа в социальной сети Телеграмм разжигала ненависть среди местного населения к евреям, в том числе с помощью фейков) привел к возмущению и возникновению конфликтов между группами людей, что сказалось на социальной стабильности.

Социальные сети и алгоритмы играют ключевую роль в формировании взглядов и убеждений в массовом сознании современного общества. Их влияние становится все более заметным в контексте информационной войны и манипуляций массовым сознанием.

Влияние социальных сетей на формирование взглядов и убеждений оказывает значительное воздействие на пользователей. Например, алгоритмы отбора контента могут создавать «эхо-камеры», в которых пользователи видят исключительно информацию, соответствующую их предпочтениям и взглядам, что усиливает эффект подтверждения убеждений. Это может приводить к усилению разделения общества на группы с разными мнениями и трудностям в обсуждении различных точек зрения [4, с. 126].

Анализ эмоционального воздействия в контексте информационной войны показывает, что использование эмоционально заряженной информации может оказать существенное воздействие на коллективное мнение. Например, создание ситуаций, в которых эмоции перевешивают рациональное мышление, может повлиять на принятие определенных решений или формирование определенных взглядов. Примером может быть использование сильных эмоций, таких как страх или ненависть, для манипулирования поведением масс. Так после 21 сентября 2022 была объявлена частичная мобилизация, что стало поводом для многочисленных вбросов, в том числе со стороны ЦИПСО Украины. Главная мысль, которая транслировалась ангажированными СМИ и социальными сетями: «Частичная мобилизация скоро перерастет во всеобщую, потому необходимо как можно быстрее покинуть страну». Как мы сейчас видим, это была осознанная дезинформация, призванная сеять панику среди населения.

Ученые отмечают, что манипуляция массовым сознанием оказывает глубокое влияние на общественные процессы и индивидуальное мышление [5, с. 44]. Ее последствия распространяются на различные аспекты жизни общества, а также на восприятие информации и формирование убеждений у индивидов.

Воздействие манипуляции на общественные процессы отражается в изменении общественных настро-

ений и установок. Например, использование манипулятивных методов в политике может изменить отношение общества к определенным политическим идеям или кандидатам, что в конечном счете влияет на результаты выборов и политическую динамику в стране.

Влияние манипуляции на формирование коллективного и индивидуального поведения проявляется в изменении реакций на определенные события или стимулы. Например, манипуляция через медиа или социальные сети может создать массовую панику или манипулировать публичным мнением о безопасности определенных событий или продуктов.

Таким образом, сегодняшняя информационная война представляет собой множество сложных и взаимосвязанных вызовов. Манипуляция через медиа, социальные сети и психологические методы играет ключевую роль в формировании убеждений и поведения в обществе. Однако, необходимо понимать, что общество может и должно разрабатывать стратегии защиты и противостоять манипуляции.

Развитие критического мышления, укрепление медиаграмотности и осознанное использование информации становятся критически важными. Прозрачность в работе медиа-платформ и активное образование о методах манипуляции помогают защищать общество от влияния, направленного на формирование убеждений и поведения, не соответствующих реальности или интересам общества.

Литература:

1. Aleinikov, A. V. The «fake-news» phenomenon and transformation of information strategies in the digital society / A. V. Aleinikov, V. P. Miletskiy, A. I. Strebkov, N. P. Pimenov // Scientific and technical information processing. — Том 46. — № 2. — 2019. — 117 с.
2. Pariser, E. The filter bubble: what the Internet is hiding from you. — New York: Penguin Group, — 2011. — 257 p.
3. Агапова, С. Г., Агапова Е. А., Гущина Л. В. Манипуляция общественным сознанием в политическом дискурсе СМИ (на материале английского языка): учебное пособие на модульной основе с диагностико-квалиметрическим обеспечением. — Ростов н/Д, 2014. — 89 с.
4. Пономарев, Н. Ф. Фейковые новости в контексте постправды / Н. Ф. Пономарев // E-SCIO. — 2019. — 126 с.
5. Хазагеров, Г. Г., Лобас П. П. Культурная утилизация манипулятивных технологий // Известия Южного федерального университета. Филологические науки — 2014. — № 1. — 44 с.

Особенности пожарной безопасности в общественных местах

Масляков Владимир Владимирович, доктор медицинских наук, профессор;
 Михневич Андрей Владимирович, кандидат медицинских наук, доцент;
 Зубрийчук Алексей Сергеевич, студент;
 Лозовская Валерия Владиславовна, студент
 Саратовский государственный медицинский университет имени В. И. Разумовского

Каждый гражданин, начиная с юного возраста, проходит обучение по основам пожарной безопасности. В детских садах, школах, колледжах и университетах регулярно проводятся разъяснительные беседы и инструк-

тажи. Однако, несмотря на это, многие не относятся к правилам безопасности с должной серьезностью, что впоследствии может привести к возникновению чрезвычайных ситуаций. Большинство людей, поддавшись па-

нике и растерянности, не в состоянии найти пути эвакуации или оказать необходимую первую медицинскую помощь пострадавшим.

Значимость соблюдения требований пожарной безопасности в общественных местах объясняется тяжестью возможных последствий возгорания. Такие места, как правило, характеризуются повышенной опасностью возникновения пожара, большим скоплением людей и наличием горючих материалов.

Пожарная безопасность — состояние защищенности личности, имущества, общества и государства от пожаров [1]. Данную систему регулируют нормативные акты. Особое внимание уделяется оснащению общественных мест средствами пожарной безопасности. Органы надзора регулярно проводят проверки индивидуальных предпринимателей и юридических лиц на соответствие действующим требованиям. Статистика показывает, что практически каждая проверка со стороны Государственной противопожарной службы или МЧС заканчивается замечаниями, наложением штрафов и применением иных санкций. Знание особенностей пожарной безопасности позволяет владельцам объектов правильно организовать систему управления пожарной безопасностью и безопасностью труда.

Определение общественного места предполагает отсутствие связи с личной собственностью. Например, загородный дом или квартира не могут быть отнесены к общественным местам, так как они предназначены только для использования одним человеком или семьей. То же самое можно сказать и о развлекательных и торговых комплексах, так как они принадлежат конкретным владельцам. Однако, во многих классификациях торговых центров они считаются общественными местами, так как в них допускается нахождение большого количества людей как в группах, так и индивидуально [2].

В соответствии с некоторыми законодательными актами, в категорию общественных мест входят:

- места общественного отдыха;
- точки общественного питания;
- кинотеатры, цирки, спортивные арены, театры, спортивные площадки, выставочные и концертные залы;
- библиотеки;
- музеи;
- метро, аэропорты и другие объекты [3].

Общественные места могут быть как постоянными, так и временными. Постоянные места доступны для посещения в любое время, а временные предназначены для обслуживания граждан только в определенные часы. Таким образом, общественные места могут быть как закрытыми, так и открытыми зонами, которые могут использоваться широкой публикой.

Для обеспечения пожарной безопасности в таких учреждениях необходимо принимать ряд мер. В случае нарушения правил собственниками недвижимости они могут нести дисциплинарную, административную или уголовную ответственность. Соблюдение установленных

норм поможет предотвратить возникновение пожаров, утрату имущества и материальных ценностей.

Пожар является одним из наиболее опасных и разрушительных бедствий, так как он не поддается контролю и способен уничтожить все на своем пути. Особенно часто пожары возникают в жилых районах и общественных местах, представляя наибольшую угрозу. Замкнутость горящих помещений и большое количество людей в этих местах часто приводят к летальным исходам, затрудняют эвакуацию людей и проведение аварийно-спасательных работ.

Наиболее распространенной причиной возникновения чрезвычайных ситуаций является неосторожное обращение с открытым огнем. Кроме того, пожар может возникнуть вследствие нарушения эксплуатационных правил, случайного самовозгорания веществ и материалов. Большинство катастроф связано с ошибкой человека. Отсутствие должного контроля со стороны владельцев объектов, недостаток обучения сотрудников и нарушение требований приводят к большому количеству возгораний, многие из которых имеют серьезные последствия [4].

Причины возникновения пожаров в общественных местах:

- Использование некачественных строительных материалов и конструкций;
- Неполноценность в электрической проводке;
- Бросание негаснущих окурков и спичек;
- Курение в неположенных местах;
- Использование воспламеняющихся жидкостей при уборке помещений;
- Оставление подключенных к сети электрических обогревателей без надзора [5].

Даже сегодня пожары остаются проблемой национального масштаба. Самыми трагичными случаями являются возгорания в гостиницах, торговых центрах и других общественных местах. Полностью исключить возникновение чрезвычайных ситуаций невозможно, однако владельцы объектов могут уменьшить риск их возникновения с помощью снижения негативного влияния «человеческого фактора» и принятия соответствующих мер.

Все жители обязаны соблюдать правила пожарной безопасности. Одним из эффективных способов предотвращения возгораний является размещение памяток, которые представлены в виде инструкций. В этих наглядных материалах присутствует как текстовая, так и графическая информация.

Часто люди, оказавшись в центре бедствия, не знают, как ориентироваться на местности и как действовать при эвакуации людей или предоставлении первой медицинской помощи. Неправильное поведение во время пожара может иметь серьезные последствия, включая материальные потери и летальные исходы. Именно поэтому пропаганда играет ключевую роль в области пожарной безопасности.

Одним из самых важных аспектов при пожаре является сохранение спокойствия и отсутствие паники. Необ-

ходимо помнить, что от наших первых действий зависит скорость распространения открытого огня или дыма в помещении. Если мы не в состоянии самостоятельно потушить пожар с помощью первичных средств, то следует покинуть помещение. Важно также предупредить остальных присутствующих о возникшей опасности. При возможной угрозе поражения электрическим током необходимо отключить электроэнергию, используя автоматы в электрическом щитке. При необходимости, стоит организовать встречу с пожарной бригадой, указать место возгорания и рассказать о причинах чрезвычайной ситуации. Пострадавшим нужно оказать первую медицинскую помощь.

Корректный вызов пожарных поможет спасателям предвидеть возможную обстановку и принять необходимые меры для ликвидации чрезвычайной ситуации. Тот, кто вызывает пожарную бригаду, должен организовать их встречу. Важно говорить с оперативным диспетчером спокойно и четко

Выводы:

Пожар является одним из наиболее опасных и разрушительных бедствий, однако в наших силах не допустить его возникновения посредством соблюдения правил пожарной безопасности, а также ответственного отношения к своим обязанностям и соблюдения установленных правил.

Литература:

1. Федеральный закон от 21.12.1994 N 69-ФЗ (ред. от 19.10.2023) «О пожарной безопасности» статья 1.
2. Никоноров, Е. А., Никоноров А. А. Понятие общественного места в российском законодательстве. Вестник экономической безопасности. 2018;(2):222–7.
3. Статьи 20.1 и 20.20 КоАП РФ
4. Отчего происходят пожары? — Текст: электронный // Главное управление МЧС России по Новосибирской области: [сайт]. — URL: <https://54.mchs.gov.ru/deyatelnost/poleznaya-informaciya/pozharnaya-bezopasnost/tema-3-otchego-proishodyat-pozhary> (дата обращения: 20.12.2023).
5. Особенности пожарной безопасности в общественных местах основные правила. — Текст: электронный // avtobdd.ru: [сайт]. — URL: <https://avtobdd.ru/articles/osobennosti-pozharnej-bezopasnosti-v-obshchestvennyh-mestah-osnovnye-pravila/?ysclid=lqdcjy653280111223> (дата обращения: 20.12.2023).

Этические аспекты журналистского расследования: проблемы и решения

Поспелова Валерия Сергеевна, студент

Научный руководитель: Долгина Екатерина Станиславовна, кандидат культурологии, доцент
Нижевартовский государственный университет

Расследовательская журналистика является неотъемлемой частью современного общества, и этические аспекты играют важную роль в обеспечении ее эффективности и надежности. В данной статье рассматриваются стандарты журналистской деятельности неправового характера, примеры этических сложностей, возникающих при создании журналистского расследования, и предлагаются способы решения данных проблем.

Ключевые слова: журналистское расследование, этика журналиста, журналист-расследователь.

Ethical considerations of investigative journalism: issues and solutions

Pospelova Valeria Sergeevna, student

Scientific advisor: Dolgina Ekaterina Stanislavovna, candidate of cultural studies, associate professor
Nizhnevartovsk State University

Investigative journalism is an integral part of modern society, and ethical considerations play an important role in terms of its effectiveness and reliability. This article presents the standards of extralegal journalistic activity, examples of ethical issues that may arise in the course of investigative reporting and suggests solutions of these issues.

Keywords: investigative journalism, ethics of a journalist, investigative journalist.

В современном обществе расследовательская журналистика занимает ключевое положение, поскольку

она способствует выявлению истины, защите общественных интересов и привлечению внимания к тем про-

блемам, которые могут быть утаены или проигнорированы. Расследовательская журналистика представляет собой значимый инструмент для обеспечения прозрачности и открытости в обществе. Ее важность проявляется в выявлении и предотвращении случаев коррупции, нарушений прав человека, проблем в области экологии и других социальных дефицитов. Этот тезис подтверждает исследователь Д. А. Микаелян в своей работе «Цели и предмет расследовательской деятельности в журналистике», выделяя следующие цели журналистского расследования: «1) определить истинные причины случившегося события, которые несут исключительно негативный, отрицательный характер; 2) разоблачить какого рода деятельность экстремистских политических организаций; 3) выявить факторы злоупотребления должностным положением; 4) выявить факты коррупционной деятельности; 5) разоблачить махинаторов среди депутатов» [3, с. 130].

Однако при подготовке и последующей публикации материала такого рода перед журналистом в большинстве случаев возникает ряд трудностей, начиная с поиска необходимых данных и заканчивая наложением административных и даже уголовных санкций. Одной из таких сложностей являются этические ограничения.

Этические аспекты расследовательской журналистики играют важную роль в процессе производства, поскольку они устанавливают нормы и принципы, которыми журналисты должны руководствоваться при раскрытии информации.

Этическое регулирование представляет собой фундамент саморегулирования в различных сферах жизни людей, в отдельных социальных группах и в обществе в целом. Принципы саморегулирования также применяются в журналистике, где они выражаются в следовании журналистом нормам неправового характера. Такие принципы часто формулируются в профессиональных документах, называемых по-разному: кодекс этики, кодекс принципов журналистской деятельности, правила профессиональной этики, медийная этика, декларация прав и обязанностей журналиста и другие.

О разнице названий в своей книге «Профессиональная этика журналиста» в свое время так писал профессор Д. С. Авраамов: «Кодексы отличаются друг от друга по степени обобщенности требований, предъявляемых журналисту. Одни включают только общие принципы, другие снисходят даже до конкретных рекомендаций поведения в той или иной частной, но типичной ситуации. Иногда они обрастают дополнительными статьями, сформулированными на основе прецедентов, разбивавшихся журналистскими судами чести или советами по прессе» [1, с. 57].

Несмотря на разнообразие терминов, на сегодняшний день существует единый документ, где изложены нормы профессиональной этики современных журналистов — это Кодекс профессиональной этики российских журналистов, принятый на Конгрессе журналистов России

в июне 1994 года и действующий в настоящее время. В кратком изложении основные положения Кодекса следующие [4, с. 50,51]:

1. Журналист обязан соблюдать профессиональные нормы и принципы, определенные в кодексе.
2. Журналист соблюдает законы своей страны и признает юрисдикцию своих коллег.
3. Журналист распространяет и комментирует только ту информацию, в достоверности которой он уверен.
4. Журналист обязан различать факты и мнения, но не обязан поддерживать нейтральность.
5. Журналист не должен использовать незаконные и нечестные методы для получения информации.
6. Журналист уважает право физических и юридических лиц не предоставлять информацию.
7. Журналист несет ответственность за достоверность своих сообщений и справедливость своих суждений.
8. Журналист уважает и защищает авторские права, вытекающие из любой творческой деятельности.
9. Журналист соблюдает профессиональную тайну по отношению к источникам конфиденциальной информации.
10. Журналист осознает опасности, связанные с ограничениями, преследованиями и насилием в связи с его профессиональной деятельностью.
11. Журналист пользуется и отстаивает свое право пользоваться всеми гарантированными законодательством средствами защиты.

Однако, несмотря на наличие прописанных этических стандартов, централизованного регулирования журналистской деятельности не существует.

При журналистском расследовании почти всегда возникает ряд проблем, и первая из них — так называемая проблема «злодея расследования» [2, с. 137]. Она состоит в том, что, когда журналисты раскрывают скандальные события или информацию, некоторые люди или организации, связанные с этими событиями, могут пытаться сохранить сведения в тайне. В результате публикации таких материалов у читателей может сложиться негативное мнение о «злодее», которого они считают ответственным за происходящее. Однако часто бывает так, что после публикации материалов, выясняется, что история не так проста, и «злодей» может оказаться не таким злым, каким его изображали. В таких случаях возникает вопрос: почему «злодей расследования» должен оправдываться только после того, как некоторые читатели убедились в его виновности? Более того, не все читатели прочитают последующие публикации, где все будет разъяснено, если такие публикации вообще появятся.

Решением данной проблемы может стать ситуация, когда журналист сразу же дает возможность «злодею» высказать свою точку зрения на расследуемое событие. Это позволит «злодею» объяснить свою позицию и, возможно, смягчить негативное впечатление, созданное первоначальной публикацией.

Журналист-расследователь также может столкнуться с весьма серьезными этическими вопросами, когда взаимодействует с информационными источниками. Проблема заключается не только в обязанности сохранять их конфиденциальность, как это подчеркивается во многих этических кодексах. Часто люди, предоставляющие информацию журналисту, не осознают полностью последствия своих действий. Они могут не понимать, что их обращение может быть опубликовано, процитировано или упомянуто с указанием автора.

Данная проблема может быть решена путем того, что журналист всегда должен получить от источника явное согласие на публикацию материалов. Также журналист должен безусловно соглашаться на требования анонимности, исходящие от источника и главное их неукоснительно выполнять, во избежание нанесения вреда его имиджу, карьере и жизни.

Также одной из проблем может быть восприятие некоторыми журналистами всего пространства сети Интернет как открытого пространства со свободным доступом. Однако, например, личные аккаунты в соцсетях могут такими не являться и незаконное проникновение, равно как и публикация материалов из такого аккаунта может быть расценена как вмешательство в частную жизнь.

Решением этой проблемы может стать отношение журналиста к сети Интернет как к большому источнику ин-

формации, с соответствующими следствиями (проверкой любой информации, нераспространение без полученного согласия информации из личных аккаунтов, даже если они открыты, поскольку пользователь может просто не знать, как сделать его закрытым).

В заключение, чтобы избежать таких ситуаций, журналистам необходимо обладать глубокими знаниями законодательства и правил этики. Повышение этической и правовой грамотности журналистов должно стать приоритетом в профессиональном обучении и развитии. Однако, ответственность несут не только сами журналисты, но и общество в целом. Развитие принципов и механизмов гражданского общества играет важную роль в создании условий, при которых журналисты осознают свою ответственность и действуют в рамках закона и этики. Инициатива аудиторки и защита ее законных прав помогают создать окружение, в котором журналисты несут ответственность за свои действия. Улучшение ситуации в области проверки фактов и соблюдения законодательства требует совместных усилий журналистов, общества и законодателей. Повышение этической и правовой грамотности, а также разработка и совершенствование профессиональных этических кодексов, помогут создать основу для ответственной журналистики. Только таким образом возможно обеспечить достоверность информации и сохранить доверие читателей.

Литература:

1. Авраамов, Д. С. Профессиональная этика журналиста. / Д. С. Авраамов. — М.: Изд-во Московского университета, 2003. — 272 с.
2. Гуляев, А. Журналистское расследование: история, методика и практика. Учебное издание. [Электронный ресурс]. — Вильнюс: ЕГУ, 2018. — 256 с.
3. Микаелян, Д. А. Цели и предмет исследовательской деятельности в журналистике / Д. А. Микаелян // Концепции устойчивого развития науки в современных условиях: сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции: в 3 ч., Казань, 28 декабря 2018 года. Том Часть 3. — Казань: Общество с ограниченной ответственностью «Агентство международных исследований», 2018. — с. 129–133.
4. Ульбашев, А. Х. Правовые и этические основы журналистики: учебник для вузов / А. Х. Ульбашев. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 231 с.

Молодой ученый

Международный научный журнал
№ 51 (498) / 2023

Выпускающий редактор Г. А. Кайнова
Ответственные редакторы Е. И. Осянина, О. А. Шульга, З. А. Огурцова
Художник Е. А. Шишков
Подготовка оригинал-макета П. Я. Бурьянов, М. В. Голубцов, О. В. Майер

За достоверность сведений, изложенных в статьях, ответственность несут авторы.
Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов материалов.
При перепечатке ссылка на журнал обязательна.
Материалы публикуются в авторской редакции.

Журнал размещается и индексируется на портале eLIBRARY.RU, на момент выхода номера в свет журнал не входит в РИНЦ.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №ФС77-38059 от 11 ноября 2009 г. выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор)

ISSN-L 2072-0297

ISSN 2077-8295 (Online)

Учредитель и издатель: ООО «Издательство Молодой ученый». 420029, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.

Номер подписан в печать 03.01.2024. Дата выхода в свет: 10.01.2024.

Формат 60×90/8. Тираж 500 экз. Цена свободная.

Почтовый адрес редакции: 420140, г. Казань, ул. Юлиуса Фучика, д. 94А, а/я 121.

Фактический адрес редакции: 420029, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.

E-mail: info@moluch.ru; <https://moluch.ru/>

Отпечатано в типографии издательства «Молодой ученый», г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.