

ISSN 2949-3463 (online)

№ 3/2024

Том 25



ЕВЕРНЫЙ РЕГИОН

наука, образование, культура

Сургут

12+

ISSN 2949-3463 (online)

***СЕВЕРНЫЙ РЕГИОН:
НАУКА, ОБРАЗОВАНИЕ, КУЛЬТУРА***

НАУЧНЫЙ И КУЛЬТУРНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЙ ЖУРНАЛ

ТОМ 25, № 3

**Сургут
2024**

Учредитель и издатель

*Бюджетное учреждение высшего образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Сургутский государственный университет»*

Издание зарегистрировано Федеральной службой по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых коммуникаций.

Свидетельство о регистрации СМИ Эл. № ФС77-85691 от 03.08.2023.

Издается с 2000 г.

Выпускается 4 раза в год.

Главный редактор

Косенок Сергей Михайлович, д-р пед. наук, профессор

Заместитель главного редактора

Муллер Ольга Юрьевна, канд. пед. наук, доцент

Редакционная коллегия

Антилогова Лариса Николаевна, д-р психол. наук, профессор

Бражник Евгения Ивановна, д-р пед. наук, профессор

Быков Анатолий Карпович, д-р пед. наук, профессор

Врублевский Евгений Павлович, д-р пед. наук, профессор

Духновский Сергей Витальевич, д-р психол. наук, доцент

Загrevская Александра Ивановна, д-р пед. наук, доцент

Загrevский Валерий Иннокентьевич, д-р пед. наук, профессор

Зебзеев Владимир Викторович, д-р пед. наук, доцент

Ипполитова Наталья Викторовна, д-р пед. наук, профессор

Калимуллина Ольга Анатольевна, д-р пед. наук, профессор, чл.-корр. РАО

Калинов Вячеслав Викторович, д-р ист. наук, доцент

Карпов Виктор Петрович, д-р ист. наук, профессор

Кирилюк Денис Валериевич, канд. ист. наук, доцент

Колмогорова Людмила Степановна, д-р психол. наук, профессор

Колыванова Лариса Александровна, д-р пед. наук, доцент

Кретинин Геннадий Викторович, д-р ист. наук, профессор

Лубышева Людмила Ивановна, д-р пед. наук, профессор

Маджуга Анатолий Геннадьевич, д-р пед. наук, д-р психол. наук, профессор

Манжелей Ирина Владимировна, д-р пед. наук, профессор

Махнач Александр Валентинович, д-р психол. наук, профессор

Мищенко Владимир Александрович, д-р пед. наук, доцент

Насырова Эльмира Фанилевна, д-р пед. наук, профессор

Пастухова Лариса Сергеевна, д-р пед. наук, доцент, чл.-корр. РАО

Пешикова Наталья Виллиевна, д-р пед. наук, доцент

Повзун Вера Дмитриевна, д-р пед. наук, профессор

Подымова Людмила Степановна, д-р пед. наук, профессор

Пузанов Владимир Дмитриевич, д-р ист. наук, доцент

Родермель Татьяна Алексеевна, канд. филос. наук, доцент

Смолянинова Ольга Георгиевна, д-р пед. наук, профессор, академик РАО

Солодкин Янкель Гутманович, д-р ист. наук, профессор

Хохлова Наталия Ивановна, канд. психол. наук, доцент

Циринг Диана Александровна, д-р психол. наук, профессор

Черный Евгений Владимирович, д-р психол. наук, профессор

Шибеева Людмила Васильевна, д-р психол. наук, профессор

Ярычев Насруди Увайсович, д-р пед. наук, д-р филос. наук, профессор, чл.-корр. РАО

Выпускающий редактор

Хасанова Алёна Шамильевна

С 30.10.2024 журнал «Северный регион: наука, образование, культура» включен в Перечень рецензируемых научных изданий ВАК, в которых должны быть опубликованы основные результаты диссертаций на соискание ученой степени кандидата наук, на соискание ученой степени доктора наук по специальностям:

- 5.3.7. Возрастная психология (психологические науки);
- 5.6.1. Отечественная история (исторические науки);
- 5.8.1. Общая педагогика, история педагогики и образования (педагогические науки);
- 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка (педагогические науки);
- 5.8.7. Методология и технология профессионального образования (педагогические науки).

С требованиями для авторов, а также с полными текстами статей можно ознакомиться на сайте <https://www.sev-reg.ru>.
Журнал включен в базу данных РИНЦ (лицензионный договор с Научной электронной библиотекой № 56-04/2024).

Журнал зарегистрирован в Национальном центре ISSN Российской Федерации, ISSN 2949-3463 (online).

Адрес редакции

628412, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, г. Сургут, пр. Ленина, 1.
Тел.: + 7 (3462) 76-29-88, факс: +7 (3462) 76-29-29, e-mail: science.journals@surgu.ru

Редактор

Л. М. Хисамутдинова

Переводчик

М. О. Бенская

Верстка

Е. А. Мельниковой

Адрес учредителя и издателя

бюджетное учреждение высшего образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский государственный университет»,
628412, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, г. Сургут, пр. Ленина, 1
Тел.: + 7 (3462) 76-29-29

Оригинал-макет подготовлен в Издательском центре СурГУ
Тел.: + 7 (3462) 76-31-79

Формат 60 × 84/8. Уч.-изд. л. 8,6. Заказ 193

Дата опубликования 29.11.2024.

© БУ ВО «Сургутский государственный университет»,
оформление макета, 2024
© Коллектив авторов, 2024

Founder and Publisher
Surgut State University

The journal is registered with the Federal Service for Supervision of Communications,
Information Technology and Mass Media.
Mass media registration certificate El No. FS77-85691 of August 3, 2023.

Published since 2000.
4 issues per year.

Chief Editor

Sergey M. Kosenok, Doctor of Sciences (Pedagogy), Professor

Deputy Chief Editor

Olga Yu. Muller, Candidate of Sciences (Pedagogy), Associate Professor

Editorial Board

Antilogova L. N., D.Sc. (Psychology), Professor
Brazhnik E. I., D.Sc. (Pedagogy), Professor
Bykov A. K., D.Sc. (Pedagogy), Professor
Vrublevskiy E. P., D.Sc. (Pedagogy), Professor
Dukhnovskiy S. V., D.Sc. (Psychology), Docent
Zagrevskaya A. I., D.Sc. (Pedagogy), Docent
Zagrevskiy V. I., D.Sc. (Pedagogy), Professor
Zebzeev V. V., D.Sc. (Pedagogy), Docent
Ippolitova N. V., D.Sc. (Pedagogy), Professor
Kalimullina O. A., D.Sc. (Pedagogy), Professor, Cor. Mem. of the Russian Academy of Education
Kalinov V. V., D.Sc. (History), Docent
Karpov V. P., D.Sc. (History), Professor
Kirilyuk D. V., C.Sc. (History), Associate Professor
Kolmogorova L. S., D.Sc. (Psychology), Professor
Kolyvanova L. A., D.Sc. (Pedagogy), Docent
Kretinin G. V., D.Sc. (History), Professor
Lubysheva L. I., D.Sc. (Pedagogy), Professor
Madzhuga A. G., D.Sc. (Pedagogy), D.Sc. (Psychology), Professor
Manzheley I. V., D.Sc. (Pedagogy), Professor
Makhnach A. V., D.Sc. (Psychology), Professor
Mishchenko V. A., D.Sc. (Pedagogy), Docent
Nasyrova E. F., D.Sc. (Pedagogy), Professor
Pastukhova L. S., D.Sc. (Pedagogy), Docent, Cor. Mem. of the Russian Academy of Education
Peshkova N. V., D.Sc. (Pedagogy), Docent
Povzun V. D., D.Sc. (Pedagogy), Professor
Podymova L. S., D.Sc. (Pedagogy), Professor
Puzanov V. D., D.Sc. (History), Docent
Rodermel T. A., C.Sc. (Philosophy), Associate Professor
Smolyaninova O. G., D.Sc. (Pedagogy), Professor, Mem. of the Russian Academy of Education
Solodkin Ya. G., D.Sc. (History), Professor
Khokhlova N. I., C.Sc. (Psychology), Associate Professor
Tsiring D. A., D.Sc. (Psychology), Professor
Cherny E. V., D.Sc. (Psychology), Professor
Shibaeva L. V., D.Sc. (Psychology), Professor
Yarychev N. U., D.Sc. (Pedagogy), D.Sc. (Philosophy), Professor, Cor. Mem. of the Russian Academy of Education

Publishing Editor

Khasanova A. Sh.

Since October 30, 2024, the journal is included in the List of Leading Peer-Reviewed Scientific Journals of the Higher Attestation Commission that publishes the main scientific results of Doctor's and Candidate's theses.

The journal publishes articles on the following subject groups:

- 5.3.7. Developmental Psychology;
- 5.6.1. Russian History;
- 5.8.1. General Pedagogy, History of Pedagogy and Education;
- 5.8.4. Physical Education and Professional Physical Training;
- 5.8.7. Methodology and Technologies of Professional Education.

The manuscript guidelines and full texts of articles can be accessed at <https://www.sev-reg.ru>.

The journal is included in the Russian Index of Scientific Citation (RISC), License Agreement No. 56-04/2024).

The journal is registered in ISSN National Center for the Russian Federation:

ISSN 2949-3463 (online).

Editorial Board Address

1, Lenina pr., Surgut, 628412, Khanty-Mansi Autonomous Okrug – Yugra, Russia
Tel.: + 7 (3462) 76-29-88, fax: +7 (3462) 76-29-29, e-mail: science.journals@surgu.ru

Editor

Khisamutdinova L. M.

Translator

Benskaya M. O.

Layout

Melnikova E. A.

Founder and Publisher Address

Surgut State University
1, Lenina pr., Surgut, 628412, Khanty-Mansi Autonomous Okrug – Yugra, Russia
Tel.: + 7 (3462) 76-29-29

The dummy layout is prepared by the Surgut State University Publishing House
Tel.: + 7 (3462) 76-31-79

Format: 60 × 84/8. Publisher sheets: 8,6. Order No. 193

Release date: 29.11.2024.

© Surgut State University, layout, 2024
© Authors, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Колонка главного редактора</i>	8
---	---

МЕТОДОЛОГИЯ И ТЕХНОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Муллер О. Ю., Ротова Н. А.

Формирование этнокультурной компетенции будущих педагогов в процессе проектно-творческой деятельности на основе изучения орнаментов коренных народов Югры	11
---	----

Насырова Э. Ф., Варнакова В. А.

Педагогические условия формирования навыков цифрового проектирования у студентов направления «Педагогическое образование»	24
---	----

ОБЩАЯ ПЕДАГОГИКА, ИСТОРИЯ ПЕДАГОГИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

Тесленко А. Н.

Молодежный досуг в условиях современного мегаполиса	31
---	----

ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Гузич М. Э., Грехова И. П.

Взаимосвязь личностных особенностей и эмоционального выгорания сотрудников МЧС в повседневных условиях профессиональной деятельности	41
--	----

Самойлова М. В., Меренков В. А., Бицаева В. В.

Взаимосвязь искаженного представления о себе и уровня созависимости в период молодости	51
--	----

Шамухаметова Е. С., Самылова О. А.

Стрессоустойчивость и копинг-стратегии у студентов	59
--	----

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Брусов М. А., Пешкова Н. В.

Структура и содержание профессионально-ориентированной технологии формирования психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания в университете	68
--	----

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА

Зданович О. С., Зебзеев В. В., Парамонова Н. А., Гусейнов Д. И.

Экспертное исследование двигательной деятельности фристайлистов	74
---	----

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Солодилов Р. О., Кошевой О. А., Винс А. Е.

Анализ биомеханических особенностей кинетических показателей инициации ходьбы у девочек-подростков с идиопатическим сколиозом	81
---	----

CONTENTS

Editorial	8
METHODOLOGY AND TECHNOLOGY OF PROFESSIONAL EDUCATION	
Muller O. Yu., Rotova N. A. Formation of ethnocultural competence of future teachers in the process of project-creative activities based on the ornaments study of the indigenous peoples of Yugra	11
Nasyrova E. F., Varnakova V. A. Pedagogical conditions for forming digital design skills among students in Pedagogical education	24
GENERAL PEDAGOGY, HISTORY OF PEDAGOGY AND EDUCATION	
Teslenko A. N. Youth leisure time in a modern metropolis	31
DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY	
Guzich M. E., Grekhova I. P. Connection between personality traits and burnout of EMERCOM employees in everyday professional activities	41
Samoylova M. V., Merenkov V. A., Bitsaeva V. V. Correlation between distorted self-image and level of codependency during youth	51
Shamukhametova E. S., Samylova O. A. Stress resistance and coping strategies in students	59
PHYSICAL CULTURE AND PROFESSIONAL PHYSICAL TRAINING	
Brusov M. A., Peshkova N. V. Structure and content of professionally oriented technology of forming psychophysical readiness of medical students in process of physical education in university	68
THEORIES AND METHODS OF SPORT	
Zdanovich O. S., Zebzeev V. V., Paramonova N. A., Guseynov D. I. Expert assessment of the motor activity for freestyle skiers	74
HEALTH-IMPROVING AND ADAPTED PHYSICAL EDUCATION	
Solodilov R. O., Koshevoy O. A., Vins A. E. Biomechanical features analysis of kinetic indicators of gait initiation in female adolescents with idiopathic scoliosis	81

КОЛОНКА ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА



Уважаемые читатели журнала «Северный регион: наука, образование, культура»!

С помощью журнала мы представляем научную деятельность, партнерские отношения с коллегами-учеными, образовательными и научными организациями. С каждым номером мы вместе наблюдаем за развитием журнала. Третий выпуск этого года ярко иллюстрирует этот процесс разнообразием и глубиной материалов, участием авторов из разных российских регионов и других стран.

В разделе, посвященном *общей педагогике, истории педагогики и образования*, опубликована статья ученого из *Кокшетауского университета имени Абая Мырзахметова Республики Казахстан*. Внимание исследователя сосредоточено на анализе особенностей организации молодежного досуга в условиях мегаполиса. На материалах социологического опроса молодых жителей Астаны показана специфика инфраструктуры большого города, особенности культурно-досуговой деятельности молодого поколения. Представлена глубокая трансформация молодежных досуговых практик, связанная с модернизацией общественного сознания и изменением досуговых ожиданий молодежи. Выявлен спектр досуговых предпочтений молодых астанчан: в структуре молодежного досуга снижен рейтинг культурно-творческих практик, но увеличены культурно-потребительские формы. Дана краткая характеристика динамики роста сегмента развлечений в Астане и технологии организации культурно-досуговой деятельности. Особое внимание уделено технологии социокультурной анимации, призванной гу-

манизировать свободное время молодежи, создать условия для самореализации, самоутверждения молодых людей в процессе социокультурной анимации и досуговой деятельности. Проведенный автором анализ теоретических и прикладных аспектов организации молодежного досуга в мегаполисе определил особенности организации свободного времени столичной молодежи и специфических характеристик ее культурно-досуговых практик. Исследование выявило укрепление гедонистических составляющих в системе ценностно-смысловых установок молодежи, становление новой социальной общности, ориентированной не на культурно-творческие практики, а на потребление досуговых услуг.

В раздел по *методологии и технологии профессионального образования* вошла статья авторов из г. *Сургута*, в которой рассмотрена актуальная проблема формирования этнокультурной компетенции будущих педагогов. Теоретически обоснована и апробирована оригинальная трехэтапная методика проектно-творческой деятельности на основе изучения орнаментов коренных народов Югры как условие формирования этнокультурной компетенции будущих педагогов. Методологическим основанием избраны компетентностный подход, метод проектного обучения, главная область применения которых – развитие самостоятельности, креативности, инициативности обучающихся через организацию собственной творческой дея-

тельности при изучении декоративно-прикладного искусства, орнаментов коренных народов Югры. Практическая значимость статьи состоит в том, что рассмотрены этапы проектно-творческой деятельности и формируемая этнокультурная компетенция будущих педагогов. В ходе эксперимента реализован творческий проект, предполагавший знакомство с традиционными орнаментами хантов и манси, выполнение заданий по их расшифровке и трактовке, самостоятельную творческую работу, использование орнаментов обских угров в практической деятельности для украшения предметов быта. Экспертная и независимая оценки подтвердили эффективность примененной методики.

Актуальность статьи исследователей из *г. Сургута* обусловлена важной задачей системы высшего профессионального образования – усилением внимания к подготовке будущих учителей на качественно новом уровне. Основным аспектом решения этой задачи является развитие активной творческой личности и способностей, позволяющих самостоятельно определять и решать проблемы, выходящие за рамки стандартных ситуаций, проектировать и конструировать сложные объекты и системы, а также осознанно оценивать результаты своей профессиональной деятельности. В статье авторы уточнили сущность понятий «цифровое проектирование» и «навыки цифрового проектирования», установили структуру понятия «навыки цифрового проектирования будущих педагогов», состоящую из мотивационного, когнитивного и деятельностного компонентов. Достоинство исследования – определение и экспериментальная проверка эффективных педагогических условий формирования навыков цифрового проектирования у студентов направления «Педагогическое образование».

Предлагаю вашему вниманию обзор статей по *возрастной психологии*.

Актуальность статьи ученых из *Шадринского государственного педагогического университета* и *Сургутского государственного университета* обусловлена особыми требованиями современного рынка труда к личности будущего специалиста: высокие волевые качества, способности преодолевать трудно-

сти в профессиональной деятельности, контролировать эмоции в стрессовых ситуациях. В статье раскрыты результаты исследования уровня стрессоустойчивости и способов совладающего поведения у студентов, зафиксирована корреляционная связь между ними. Авторами осмыслены теоретические подходы к понятиям стресса и стрессоустойчивости, совладающего поведения, изучены ведущие копинг-стратегии. Выявлены динамика изменения уровня стресса в учебный период, уровень стрессоустойчивости и ведущие копинг-стратегии студентов, корреляционная связь между показателями.

В статье авторов из *Сургутского государственного университета* проанализированы результаты исследования взаимосвязи типологических личностных особенностей сотрудников МЧС и отдельных признаков эмоционального выгорания. Актуальность рассматриваемой проблемы обусловлена комплексом социально-политических, правовых и экономических преобразований, происходящих в российском обществе, а они вызывают потребность в улучшении деятельности сотрудников силовых ведомств, обладающих высоким уровнем профессионализма, мотивацией к профессиональному росту, а также психологической устойчивостью. Полученные результаты позволили констатировать, что психологический механизм длительного воздействия стресса на организм сотрудников служебных органов в обычных условиях служебной деятельности представляет собой изменение личности, являющееся потенциальной причиной возникновения эмоционального выгорания и профессиональной деструкции. Авторами сформулирована идея о необходимости организации целенаправленной работы по психологическому сопровождению деятельности сотрудников данных ведомств, направленному как на оказание экстренной психологической помощи, так и на профилактику состояния чрезмерного эмоционального напряжения в целях повышения эффективности деятельности.

Актуальность статьи исследователей из *Сургутского государственного университета* связана с широкой распространенностью в обществе феномена созависимости. В статье проанализированы взаимосвязи иска-

женного представления о себе, деструктивного отношения к себе, понятия «созависимость». Цель статьи состояла в определении степени влияния оценки отношения и представления о себе на выраженность созависимости. Полученные результаты исследования позволили установить позитивные тенденции коррекционного эффекта в рамках проектной формы деятельности с группой лиц, имевших созависимые тенденции в поведении.

В разделе по **физической культуре и спорту** представлены статьи по следующим научным специальностям: **теория и методика спорта, физическая культура и профессиональная физическая подготовка, оздоровительная и адаптивная физическая культура**.

В статье авторов из г. Сургута представлена профессионально-ориентированная технология формирования психофизической готовности студентов-медиков, которая прошла апробацию на кафедре физической культуры Сургутского государственного университета. В рамках исследования выявлено, что формировать психофизическую готовность студентов-медиков к будущей профессиональной деятельности педагогически эффективно в процессе обучения в высшем учебном заведении с помощью построения физического воспитания с учетом предъявляемых требований к труду медицинских работников.

Результаты исследования авторов из г. Сургута свидетельствуют о том, что идиопатический сколиоз оказывает непосредственное влияние на постуральные компенсаторные стратегии организма человека, что в свою очередь связано с изменением биомеханики и распределением нагрузки вследствие деформации позвоночного столба. Искривление позвоночника приводит к нарушению симметрии тела, что вызывает необходимость адаптации со стороны опорно-двигательного аппарата для поддержания равновесия и координации движений. Авторами

выявлено, что идиопатический сколиоз оказывает значительное влияние на симметрию и стабильность динамического стереотипа ходьбы.

Цель исследования авторов из *Чайковской государственной академии физической культуры и спорта (г. Чайковский), Центра спортивной подготовки сборных команд России (г. Москва), Белорусского государственного университета физической культуры (г. Минск)* заключается в экспертной оценке характеристик двигательной деятельности фристайлистов различных спортивных дисциплин. В работе приняли участие квалифицированные тренеры по фристайлу для оценки влияния координационных способностей, системообразующих факторов двигательной деятельности, технико-тактических характеристик спортивного мастерства на спортивный результат в избранной дисциплине фристайла. Результаты исследования подтверждено различное проявление координационных способностей (пространственная ориентация, сохранение равновесия, кинестетическая дифференциация, сложная двигательная реакция, ловкость), системообразующих факторов двигательной деятельности (сохранение динамического равновесия на скользящей поверхности при преодолении препятствий и в безопорном состоянии, управление телом во время передвижения по трассе, определение оптимальной траектории и скорости движения), технико-тактических компонентов спортивного мастерства (стабильность, вариативность, эффективность техники, разносторонность спортсмена, тактическое мышление, техническая сложность), а также их влияние на спортивный результат в избранной дисциплине фристайла.

Благодарю всех авторов статей этого выпуска журнала и приглашаю к сотрудничеству исследователей в области педагогики, психологии, отечественной истории. Выражаю всем благодарность: авторам – за сотрудничество, читателям – за внимание!

Сергей Михайлович Косенок,
главный редактор, доктор педагогических наук, профессор,
ректор Сургутского государственного университета

МЕТОДОЛОГИЯ И ТЕХНОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Научная статья

УДК 371.314.6:745/749(=511.43)

<https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-1>

Формирование этнокультурной компетенции будущих педагогов в процессе проектно-творческой деятельности на основе изучения орнаментов коренных народов Югры

Ольга Юрьевна Муллер^{1✉}, Наталья Александровна Ротова²

¹ Сургутский государственный университет, Сургут, Россия

² Сургутский государственный педагогический университет, Сургут, Россия

¹ olga_megion@mail.ru ✉, <https://orcid.org/0000-0002-8938-5386>

² rotowa.n@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-9792-7889>

Аннотация. В работе исследуется актуальная проблема формирования этнокультурной компетенции будущих педагогов. Цель исследования – теоретически обосновать и апробировать оригинальную трехэтапную методику проектно-творческой деятельности на основе изучения орнаментов коренных народов Югры как условие формирования этнокультурной компетенции будущих педагогов. Методологическим основанием является компетентностный подход, метод проектного обучения, главная область применения которых – развитие самостоятельности, креативности, инициативности обучающихся через организацию собственной творческой деятельности. Практическая значимость исследования состоит в том, что рассмотрены этапы проектно-творческой деятельности и формируемая этнокультурная компетенция будущих педагогов. В ходе эксперимента реализован творческий проект, выполнение которого предполагало знакомство с традиционными орнаментами хантов и манси, выполнение заданий по их расшифровке и трактовке, самостоятельную творческую работу, использование орнаментов обских угров в практической деятельности для украшения предметов быта. Экспертная и независимая оценки в ходе опытно-экспериментальной работы подтвердили эффективность примененной методики.

Ключевые слова: этнокультурная компетенция, проект, творческая деятельность, метод проектного обучения, коренные народы Югры, орнамент, педагог

Шифр специальности: 5.8.7. Методология и технология профессионального образования.

Для цитирования: Муллер О. Ю., Ротова Н. А. Формирование этнокультурной компетенции будущих педагогов в процессе проектно-творческой деятельности на основе изучения орнаментов коренных народов Югры // Северный регион: наука, образование, культура. 2024. Т. 25, № 3. С. 11–23. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-1>.

Original article

Formation of ethnocultural competence of future teachers in the process of project-creative activities based on the ornaments study of the indigenous peoples of Yugra

Olga Yu. Muller^{1✉}, Natalya A. Rotova²

¹ Surgut State University, Surgut, Russia

² Surgut State Pedagogical University, Surgut, Russia

¹ olga_megion@mail.ru ✉, <https://orcid.org/0000-0002-8938-5386>

² rotowa.n@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-9792-7889>

Abstract. The paper examines the current problem of forming the ethnocultural competence of future teachers. The purpose of the study is to substantiate and test the original three-stage methodology of project-

creative activity, based on the study of ornaments of the indigenous peoples of Yugra, as a condition for forming the ethnocultural competence of future teachers. The methodological basis includes the competence approach, the method of project-based learning, the main area of application of which is the development of independence, creativity, and initiative of students through the organization of their own creative activity. The practical significance of the study lies in the fact that the stages of project-creative activity and the formed ethnocultural competence of future teachers are considered. During the experiment, a creative project was carried out, which involved familiarization with traditional ornaments of the Khanty and Mansi, completing tasks on their deciphering and interpretation, independent creative work, and the use of Ob-Ugrian ornaments in practical activities to decorate household items. Expert and independent assessments during the experimental work confirmed the effectiveness of the applied methodology.

Keywords: ethnocultural competence, project, creative activity, project-based learning method, indigenous peoples of Yugra, ornament, teacher

Code: 5.8.7. Methodology and Technology of Professional Education.

For citation: Muller O. Yu., Rotova N. A. Formation of ethnocultural competence of future teachers in the process of project-creative activities based on the ornaments study of the indigenous peoples of Yugra. *Severny region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2024;25(3):11–23. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-1>.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования обусловлена признанием отечественным научно-педагогическим сообществом важности проблем, связанных с межкультурным общением в образовательном процессе, одним из решений которых является формирование этнокультурных компетенций будущих педагогов в процессе проектно-творческой деятельности.

Этнокультурная компетенция рассматривается как умение ориентироваться в ситуациях межкультурного общения с учетом этнокультурного опыта, что является базовой компетенцией в условиях культурного многообразия. Так, популярность получила модель освоения чужой культуры М. Беннета (*Bennett M.*), предполагающая последовательное преодоление ряда «этноцентристских» этапов со свойственными каждому из них культурными стереотипами [1]. Справедливо мнение С. Ю. Петряковой и И. М. Долговой, отмечающих, что для иностранного студента преподаватель является учителем и воспитателем, поэтому проблема толерантности здесь является важной как никогда [2]. Следовательно, формирование этнокультурных компетенций связано с процессом подготовки будущих педагогов.

При рассмотрении понятия компетенции авторы статьи руководствовались представленной в Федеральном государственном образовательном стандарте высшего образования трактовкой этого понятия как способ-

ности применять знания, умения и личностные качества для успешной деятельности в определенной области, как результат, который является необходимым требованием при подготовке.

Применен компетентностный подход с его характерными особенностями (с опорой на мнение И. А. Зимней [3]), выделены основные положения методики, которые необходимо соблюдать при организации процесса формирования этнокультурной компетенции будущих педагогов в проектно-творческой деятельности при изучении орнаментов коренных народов Югры:

1. Понятие компетенции необходимо рассматривать с учетом содержания обучения, которое подлежит усвоению, а именно: овладение этнокультурной компетенцией требует от будущих педагогов освоения этнокультурного опыта, специфика которого состоит в том, что овладевает им каждая личность, а накапливает и распространяет его весь этнос, а это понятие отражает национальное своеобразие этнической общности. Основой формирования этнокультурного опыта является механизм трансситуативного научения [4]. Вопрос освоения этнокультурного опыта будущими педагогами первостепенен, как и вопрос освоения родного языка, результаты совместной жизнедеятельности представителей одной этнической общности, отражение национального своеобразия.

2. В процессе овладения компетенцией важно учитывать личностные качества, обеспечивающие продуктивность деятельности, что является причиной такого методического средства формируемой компетенции, как проектно-творческая деятельность на основе изучения орнаментов коренных народов Югры, предполагающая создание в результате проекта нового продукта, реализацию собственных творческих способностей, а также развитие познавательных умений обобщать, анализировать уже имеющийся накопленный опыт.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

В работе использовались следующие методы исследования: теоретические (анализ, синтез, сравнение, обобщение) и эмпирические (анкетирование, проекты, кейс-задания). Методологическую основу составили научные положения о понятии компетенции и компетентностном подходе, метод проектного обучения.

Теоретическое обоснование исследования представлено в трудах отечественных исследователей, в которых проанализированы различные аспекты понятия компетенции и компетентностного подхода (И. А. Зимняя, А. В. Хуторской), методика проектного обу-

чения (Е. С. Полат, Н. В. Матяш) рассмотрена на примере дизайн-проекта, представленного разными по уровню сложности и содержанию проектными заданиями.

В проведенном эксперименте применен метод экспертных и независимых оценок, осуществленный представителями коренных народов Югры, носителями традиций этноса.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Учитывая понятие компетенции и выделенные характерные особенности компетентностного подхода применительно к организации проектно-творческой деятельности на основе изучения орнаментов коренных народов Югры, важно представлять структуру этнокультурной компетенции [5]. Авторы С. А. Мартиросян и Г. К. Овруцкая включают в понятие «этнокультурная компетенция» такие элементы, как знаниевый, социальный, деятельностный и рефлексивный, обусловленные социальными факторами, ценностным отношением к этнокультурному опыту, способности к самооценке (рис. 1). Таким образом, формируется целостная картина мира на основе необходимых для жизни в этносоциуме умений социальных отношений.



Рис. 1. Структура этнокультурной компетенции

Примечание. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании С. А. Мартиросян и Г. К. Овруцкой [1].

Значима дефиниция понятия «орнамент» как особого вида изобразительного искус-

ства, отражающего глубокое духовное начало, ритм времени, бытовые сюжеты, тради-

ции, обряды разных эпох и народов [6, с. 6]. Орнамент отличается своей техникой, базируемой на строгой математической логике, в соответствии с которой происходит построение композиции орнамента. С точки зрения педагогического процесса, работа с орнаментом (изучение, анализ) должна происходить с особым вниманием как к содержанию орнамента (смысл), так и построению (технике) [6]. Следует помнить, что орнамент – один из древнейших видов искусства, развивавшегося задолго до появления письменности. Часто только в орнаменте древние народы могли зафиксировать свое мировоззрение, зашифровать его и передать потомкам, поэтому изучение орнаментов – своего рода дешифровка философии их авторов, а с точки зрения педагогики – действенный способ освоения определенной культуры, эффективная практика по освоению этнокультурного опыта коренных народов Югры. Такая практика включает в себя изучение смыслов изображений на орнаментах, а также всех его элементов (мотив, раппорт, типы и композиционные схемы построения орнаментов, зависимость от материала, ритма и стиля) [6, с. 13]. Именно в орнаментах обских угров отражены их традиционные верования, особенности быта, труда, бережного отношения к природе.

Творческое изучение будущими педагогами орнаментов народов Югры в процессе создания собственных изображений для украшения предметов быта должно ориентировать на постижение и эмоциональное восприятие богатства красоты души народов своей страны, учить видеть и ценить красоту и особенности родного края.

Обские угры – обобщающее этническое имя, относимое к родственным по языку (финно-угорской группы) народам Сибири: хантам, манси и венграм (мадьярам). Исторический ареал обитания обских угров ограничен в основном Уралом и Западной Сибирью; в разные времена ханты и мансы обитали на Южном Урале и на Северном Урале, что сформировало выраженный «таежный» характер их традиционной культуры. Просторы, труднодоступность мест, суровый

климат, большая рассредоточенность в расселении стали причинами того, что военное дело не приобрело особого значения, а также сильная зависимость от традиционных промыслов сделала традиционную культуру этих народов преимущественно матриархальной [7, с. 47]. В их религии преобладали пережитки тотемизма и анимизм. Этнологические и антропологические исследования показывают, что в древности обские угры жили не родами, а расширенными семьями и территориальными общинами, объединенными родственными связями [7, с. 47–48].

Изучение культуры народов Югры было и является одним из ведущих направлений отечественной этнографии, однако, несмотря на множество проведенных исследований, сведения о этой обских уграх до сих пор не систематизированы – исключением можно считать монографию З. П. Соколовой «Ханты и манси: взгляд из XXI века», опубликованную в 2009 г. [7].

История обских угров известна с древних времен: упоминания о них встречаются еще в V в. н. э.; сама финно-угорская группа сформировалась в VI–V тыс. до н. э., а выделение обских угров происходило примерно в XIV–XII вв. до н. э. [7, с. 63]. Их традиционная культура в полной мере сохранила реликтовые элементы, отраженные в том числе в орнаментах. Например, к ним можно отнести изображения барана, сюжеты «свернувшегося зверя», фратриально-космогоническую символику (олицетворяемую орлом и медведем), архаическую космологическую символику (Солнечная система, медведь, лось). Исследователь обских угров В. Н. Чернецов упоминал о следующих наиболее важных тотемах предков хантов и манси: медведь, лось, заяц, гусь и орел (т. е. типичная таежная фауна). Ханты и манси особенно почитали медведя, существовал культ коня [7, с. 48]. Также они почитали бобра, тетерева, лося, духа-кузнеца и своих предков. Были распространены мифы о птице Гаруде (или небесном Карсе – элемент индоиранской культуры) и мировом дереве, мотивы борьбы Солнечной птицы, Небесного всадника (персонификация Солнца) с медведем или лосем, борьбы

духов-предков с духами Нижнего мира (водяными животными), о предке-лягушке фратрии (мось). На медвежьих праздниках пелись «птичьи песни».

На орнаментах древней утвари обских угров встречаются изображения лыж, мотивы лося, водоплавающих птиц, головы куньих, солярные знаки, изображения изгородей и заколов для охоты и рыбной ловли [7, с. 62]. Существовали человекообразные идолы, изображения змеи, роговые молоты с головой животного. На наскальных рисунках встречается множество солярных символов и знаков, изображений магических действий при обрядах, сцены охоты, загороди, засеки, заклы и запоры. Однако наиболее характерны для хантов и манси геометрические ленточные орнаменты. Журавль использовался как «южный» мотив (лира, распространенный музыкальный инструмент, напоминал по форме журавля) [7, с. 502]. На арфах изображались головы животных и людей.

В целом орнаменты хантов и манси имеют много общего, различия определяются наличием или отсутствием отдельных видов рисунка или частотой, с которой их можно встретить. Наиболее распространен орнамент с изображением животных (в основном стилизованным). Изображений с религиозным смыслом сравнительно немного; с ними часто связаны мотивы птиц (обычно символизируют душу).

Особенно богата орнаментация обских угров на одежде и изделиях из бересты. Одной из ее отличительных особенностей является мозаика. Для орнаментов хантов характерна диахромность, сочетание белого и темного тонов (что определялось цветом естественного материала). У них же встречается «зигзагово-треугольная бордюрная структура узоров» и орнитоморфные узоры [7, с. 509]. Пример орнамента хантов приведен на рис. 2.



Рис. 2. Берестяной орнаментированный туес хантов
Примечание. Составлено по материалам источника [7].

На рис. 2 заметен «криволинейный» орнамент. Распространенными являются и крестообразные узоры. У северных хантов встречается узор «щучьи зубы», у южных хантов – изображения лиственницы и ветвей берез,

стилизованные изображения человека. Среди узоров с сюжетом у хантов популярны такие, как «заброшенное селение» и «медведь, стоящий на звездах».

В орнаменте манси часто преобладает всего несколько цветов (хотя известно, что в языке манси есть названия более 60 цветов, причем, среди них много описательных терминов, таких, как «цвет высохших листьев березы») [8, с. 5]. В орнаменте из меха обычно используется темный и светлый цвета; в изделиях из ткани цветов больше – среди них преобладают темные оттенки красного, синего и зеленого, а также белый.

Цвет всегда имел для человека сильное символическое значение: белый цвет – добро, удача, благополучие; черный цвет – болезни, страх; красный – тепло, солнце; желтый – мудрость; голубой – небо; зеленый – весна, юность; оранжевый – любовь, коричневый – земля. Яркие красочные орнаменты олицетворяют животных, природные явления и жилище.

Орнаменты манси можно классифицировать следующим образом:

- линейного типа (простота, прямолинейность, строгая симметрия относительно фона и узора, геометрические фигуры);
- орнаменты-розетки (в их основе обычно лежит квадрат, на основе которого из квадратов и прямоугольников строится сложный рисунок) [8, с. 4].

В более поздних орнаментах (XVII–XVIII вв.) чаще встречаются кресты.

В качестве основы для орнаментов обычно берутся «полоски», каждая из которых имеет свое название, например, «волны» или «плывущие утята». Также используются «розетки», такие как «кедровая шишка» или «изображение медведя». Большинство названий основ для орнаментов манси имеет природные мотивы. Каждый из элементов орнамента – своеобразный знак, понимая значение которого, можно «прочитать» рисунок и некоторую информацию о владельце вещи, имеющей орнамент.

Высокое значение в орнаментации и передаче информации, как уже говорилось, имеют материалы. Обские угры наносили орнамент в основном на изделия из бересты, меха, кожи (обычно рыб) и ткани, что повышало художественную ценность вещей. Так, на ровдугу узор наносили корич-

невой краской темных или светлых тонов; краску получали из березовой коры, отвара ольхи или природной охры. Также для получения краски использовали кровь оленя, смешанную с лиственничным настоем коры [8, с. 8]. Орнаменты на изделиях из меха обычно выполнялись из двух цветов – темного и белого. Орнаменты на металле у обских угров встречаются сравнительно редко: практически весь известный им металл был привозным материалом [9, с. 4].

Апробация оригинальной трехэтапной методики формирования этнокультурной компетенции будущих педагогов проходила в рамках изучения дисциплин «Основы проектной деятельности», «Технология развития творческих способностей» и «Методика обучения изобразительному искусству в школе» в Сургутском государственном университете (СурГУ) и Сургутском государственном педагогическом университете (СурГПУ). В программу кафедры педагогики профессионального и дополнительного образования СурГУ и кафедры теории и методики дошкольного и начального образования СурГПУ входит изучение живописи, производственного обучения, макетирования и моделирования, дизайна интерьера, ландшафтного дизайна, батика, оформление выставок, компьютерная графика, проведение мастер-классов по использованию нетрадиционных техник в декоративном рисовании для формирования композиционного мышления. В связи с этим по итогам освоения дисциплин целесообразна реализация творческого проекта, направленного на формирование этнокультурных компетенций будущих педагогов на основе изучения орнаментов коренных народов Югры.

Авторами статьи выделены следующие компоненты этнокультурной компетенции: мотивационный, когнитивный и деятельностный. Мотивационный компонент определяется ценностно-смысловым отношением к традиционной культуре в процессе проектной деятельности, а также к будущей профессии в целом. Когнитивный компонент определяется стремлением к самореализации, самостоятельностью мышления, овла-

дением студентами знаний о традиционной культуре и орнаментах, о проектной деятельности. Деятельностный компонент можно связать с ожидаемыми результатами исследования, выраженными в способности студентов разбираться в орнаментах обских угров и использовать соответствующие знания для командной работы в условиях проектной деятельности, умении решать задачи в процессе творческой деятельности, реализации личностного потенциала, способности к рефлексии и анализу процесса и результата проектной деятельности.

В соответствии с выделенными структурными компонентами определен план выполнения творческого проекта:

1. Мотивационный (в условиях разработки проектов необходимо заинтересовать обу-

чающихся ханты-мансийской традиционной культурой и орнаментами).

2. Когнитивный (выполнение кейс-заданий, в ходе которых студенты проверяют свои знания о традиционной культуре и орнаментах в условиях проектной деятельности).

3. Деятельностный (разработка студентами собственного орнамента).

Для обучения студентов основам орнаментации хантов и манси предоставлена необходимая литература с изображениями орнаментов, каждый из которых имеет название и расшифровку. Книга П. Е. Шешкина и И. Д. Шабалиной «Мансийские орнаменты» [8] рекомендована в качестве материала для расшифровки. Изучение символики орнаментов осуществлялось по принципу от простого к сложному (рис. 3).



Рис. 3. Примеры простых мансийских орнаментов с названиями на мансийском и русском языках

Примечание. Составлено по материалам источника [8].

После завершения обучающего этапа студентам предлагалось выполнить кейс-задания. Каждое задание сопровождалось фотографическим материалом с определенными орнаментами, нанесенными на различные предметы хантов и манси. Студенту предстояло правильно или как можно точнее определить значение каждого орнамента, а также высказать свою точку зрения по поводу контекста: пофантазировать насчет того, как и кем использовалась та или иная вещь, насколько она древняя (как правило,

более простые орнаменты характерны для более древних этапов истории обских угров), кем был ее владелец и чем занимался. При этом допускается неточный, но близкий к точному ответ, что будет учитываться при оценке результатов по десяти балльной шкале, где «0» – полное несоответствие с действительностью, «10» – максимально совпадающий с действительностью ответ с описанием контекста. Это позволило оценить уровень знаний студентов о культуре

хантов и манси, а вместе с тем – уровень готовности к эффективному межкультурному общению. Всего предусмотрено 10 кейс-заданий, которые располагаются по принципу «от простого к сложному» (т. е. в первых заданиях преобладали более простые

орнаменты-полоски на более знакомых и понятных предметах).

В качестве примера можно привести следующий кейс, предполагающий расшифровку орнаментов на двух изображениях с описанием контекста (рис. 4).

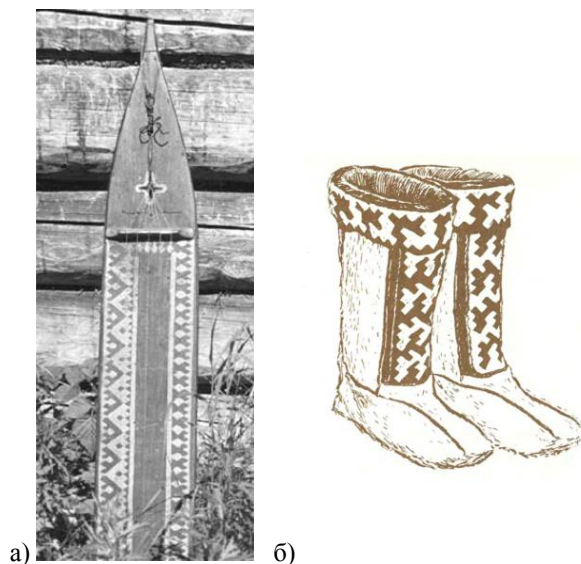


Рис. 4. Пример изображений с орнаментами для кейса:

а – санквылтап; б – кисы

Примечание. Составлено по материалам источника [8].

Согласно рис. 4а, орнамент, нанесенный на левую сторону санквылтапа (струнного музыкального инструмента), означает олени рога (или красивые рога), согласно рис. 4б, орнамент в верхней части на кисах – сидящего соболя.

Заключительным этапом являлась разработка студентами собственного орнамента для его практического использования. При этом в рамках творческого проекта возможно использование компьютерных технологий, метода творческих и проблемных задач. К сложным проблемным отнесены задачи, направленные на формирование умения находить оригинальное композиционное решение, создание декоративной композиции с учетом особенностей орнаментов народов Югры и стилизацией для украшения предметов быта [10].

Важным условием развития художественного творчества будущих педагогов является разнообразие применяемых при изобразительной, декоративной, дизайнер-

ской деятельности художественных материалов и техник. Это могут быть и нетрадиционные техники рисования, подразумевающие уверенную демонстрацию умения самостоятельно выбирать наиболее подходящий для воплощения декоративного замысла художественный материал. Педагогически значимо грамотное сочетание коллективных и индивидуальных форм работы с будущими педагогами. Так, при выполнении декоративной композиции «Древо жизни» на первом этапе создания замысла вместе работала группа студентов, а остальные могли выполнять индивидуальные работы, что способствовало реализации дифференцированного подхода, учета индивидуальных особенностей.

Для стимулирования у студентов интереса к овладению накопленным этнокультурным опытом коренных народов Югры целесообразно применять метод проектов. Метод проектов, как педагогическая технология, предполагающая совокупность исследовательских, поисковых, проблемных методов,

имеет следующие признаки: характер доминирующей деятельности (исследовательская, поисковая, творческая, прикладная); предметно-содержательная область (монопроект, межпредметный проект); координация проекта (непосредственная либо скрытая, что характерно для телекоммуникационных проектов). Для усиления заинтересованности рекомендовано предложить студентам на выбор проекты, отличавшиеся: видами деятельности – создание творческих работ (игрушки, книги, украшения, макеты и др.); подготовкой и проведением мероприятий (спектакли, показы мод, концерты и др.); проведение исследований; количество участников, которое определяется исходя из коллективной или индивидуальной деятельности, когда продукты индивидуальной деятельности могут быть объединены в коллективный продукт – выставки моделей, коллажей, макетов и др. Результатом проектной деятельности могли быть самопрезентующиеся продукты, такие как тематическая выставка декоративных работ (скульптуры, мозаики, витражи, игрушки, макеты зданий, городской инфраструктуры), оформленная в виде экспозиции, так и спектакль, для создания которого помимо актеров задействованы создатели костюмов, оформители, изготовители афиш и др.

Если предполагался дизайн-проект, то его цель – разработка дизайна рекламы определенного продукта, желательно близкого к традициям обских угров (например, травяного чая, кваса, лодки, деревянной мебели или др.) в стилистике хантов или манси. Эффективный проект должен был позиционировать продукт так, как будто его создали и рекламировали ханты или манси много веков назад, что обязательно требовало грамотного использования их орнаментов с обоснованием выбора символики с названиями (рекомендуется опираться на книгу «Мансийские орнаменты» П. Е. Шешкина и И. Д. Шабалиной) [8]. Также возможно создание студентами поделки в традиционном стиле с использованием орнаментов хантов или манси: это может быть небольшая лодочка из дерева, туес, корзинка или др. Допустимо использование уже имевшегося

в распоряжении предмета, подходившего под культуру обских угров, и его оформление (роспись) орнаментом с обоснованием выбранной символики.

Таким образом, методика предполагала последовательное выполнение трех этапов (в соответствии с компонентами этнокультурной компетенции): на первом этапе (мотивационном) в условиях разработки проектов требуется заинтересовать обучающихся ханты-мансийской традиционной культурой и орнаментами, что требовало ознакомления с содержанием этнокультурного опыта. Выполнение этапа подразумевало самостоятельную работу с заранее предоставленной литературой, примеры которой приведены в списке использованных источников. На втором этапе (когнитивном) выполнялись кейс-задания, в ходе которых студенты проверили свои знания о традиционной культуре и орнаментах, о проектной деятельности. На третьем этапе (деятельностном) предполагалась проектная работа, по оценке результатов которой в итоге определена сформированность этнокультурной компетенции на основе изучения орнаментов коренных народов Югры.

Оценка эффективности работы студентов потребовала привлечения культуролога, этнолога или музеолога, компетентных в вопросах, касающихся традиционной культуры хантов и мансов, и желательно являющегося представителем одного из этих народов. Экспертный подход в данном случае необходим для оценки глубины знаний студентов, а также для определения того, насколько точными и корректными были результаты их работы по расшифровке и интерпретации орнаментов.

Для оценки результатов творческой проектной работы студентов необходим оригинальный подход, предполагавший привлечение независимого представителя народов хантов или манси, по возможности сохраняющего традиционный образ жизни, и хорошо разбирающегося в своей культуре. Такого человека способен найти приглашенный эксперт по культуре хантов и манси. Применение данного подхода авторы сочли важным не только для получения независимой

объективной оценки, но и в целях создания необходимых условий для реального межкультурного общения с представителем народов, орнаменты которых изучали студенты, для включения социального фактора, без которого исследование в полной мере бы не состоялось. Приглашенный эксперт проанализировал и оценил работу каждого по десяти балльной шкале.

В ходе эксперимента 10 студентами выполнены 10 кейс-заданий, получены результаты их творческой работы. Среди последних пять работ предоставлено в виде дизайн-проектов (компьютерные изображения), три проекта – в виде самостоятельных поделок с орнаментами, две работы – в виде готовых поделок, оформленных студентами. Дизайн-проекты представляли собой оформление рекламы продукции разного вида: травяной чай, квас, деревянная лодка, удочка и традиционные музыкальные инструменты. Самостоятельные поделки – деревянная ложка, туес и корзинка, выполненные из бересты;

все поделки изготовлены под руководством мастера по рукоделию, приглашенного для эксперимента. Два студента расписывали уже готовые предметы – это старый деревянный стол и старый шкаф (результаты их работы предоставлены в виде фотоматериалов). Композиционные умения, которые должны сформироваться у студентов при разработке дизайн-проекта, – не только умение составить декоративную композицию из элементов орнаментов коренных народов Югры, но и сохранить смысловую нагрузку декоративной работы, соблюсти принцип утилитарности декоративно-прикладного искусства.

Для оценки результатов выполнения первого задания приглашен научный сотрудник музея. Результаты, полученные экспертной оценкой в соответствии с десяти балльной шкалой, переведены в средние арифметические значения по 10 студентам, и представлены на рис. 5.

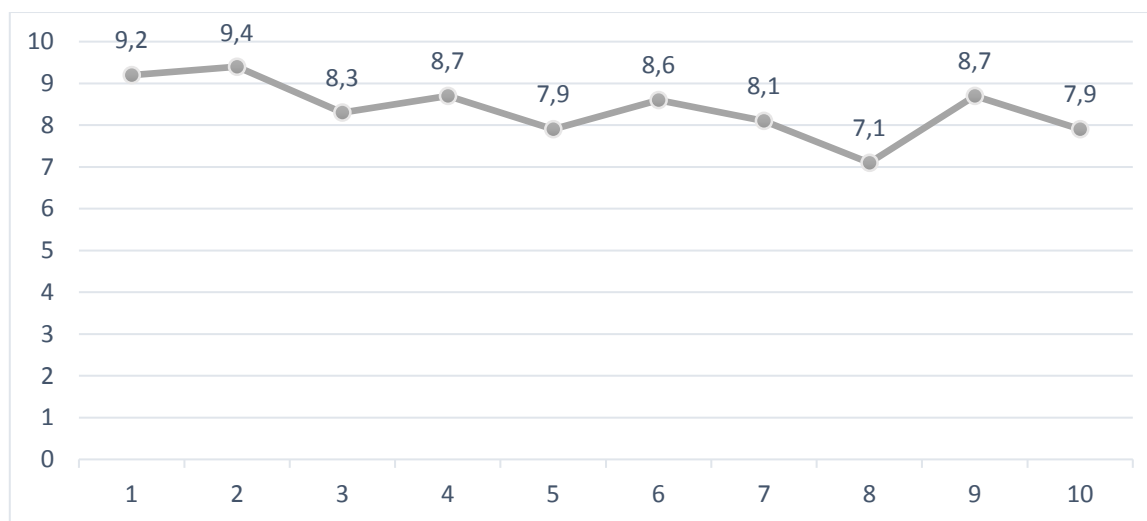


Рис. 5. Результаты выполнения кейс-заданий (в баллах, среднее арифметическое по заданиям)

Примечание. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

По результатам исследования, студенты в целом эффективно справились с кейс-заданиями: среднее арифметическое значение по итогам выполнения всех заданий составило 8,39, что фактически соответствует оценке «отлично». На графике видно, что с большинством заданий, особенно относившихся к более простым (первая половина заданий),

студенты справились без особых проблем, хотя имели место некоторые неточности, в целом несущественные. При выполнении более сложных заданий неточностей было больше, однако эксперт тоже счел их достаточно несущественными. Все это позволило утверждать о наличии у студентов достаточ-

ного объема знаний, необходимых для базовой работы с орнаментами хантов и манси, составляющих важную часть культуры последних. Наличие этих знаний показало успешную работу с мотивационным и когнитивным компонентами этнокультурной компетенции.

Значимы результаты оценки работы студентов представителем народа манси, являющегося сотрудником музея (рис. 6). В его должностные обязанности входило изучение проблем коренных народов и участие в выполнении задачи по сохранению их культурного наследия.

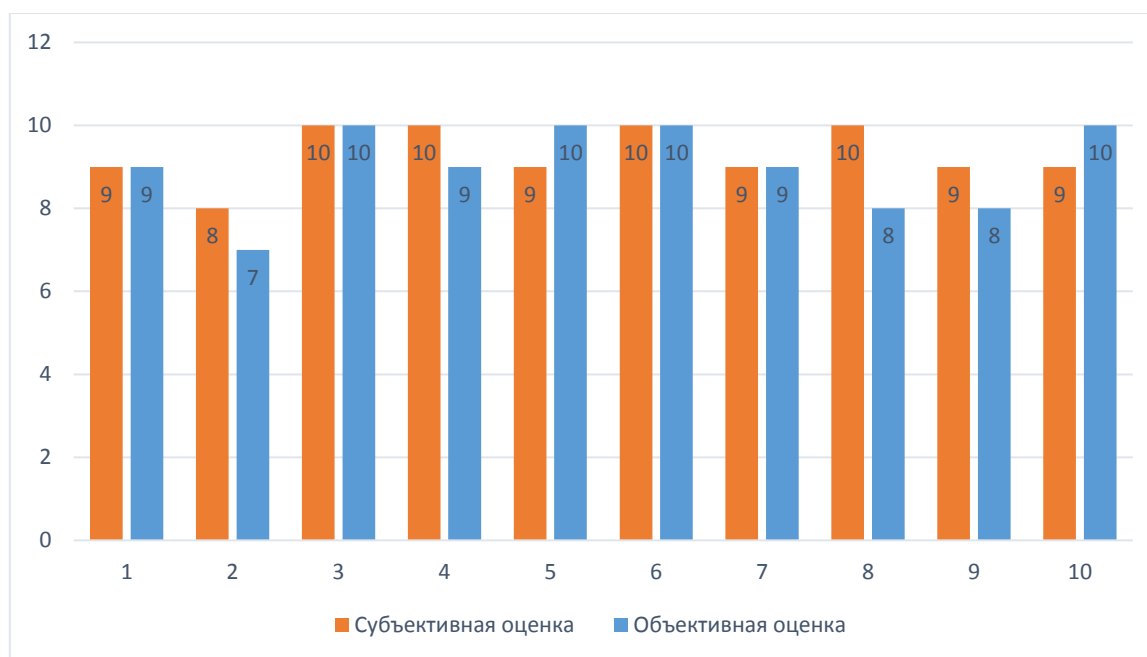


Рис. 6. Результаты оценки творческой работы студентов представителем народа манси (в баллах)

Примечания: 1. Оранжевым обозначена субъективная оценка (соотнесенная с 10-балльной оценочной шкалой), синим – объективная оценка, обозначенная по предоставленному бланку в соответствии с 10-балльной оценочной шкалой; цифры на графике соответствуют работам студентов в порядке, обозначенном выше при описании их работ.
2. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

Ряд недочетов, выявленных в исследовании, обусловлен в основном техническими сложностями, связанными с нанесением орнамента на предметы сложной формы (например, стол), что требует достаточного опыта и мастерства. Специфические знания о предметах быта манси и особенностях их орнаментации в соответствии с традициями доступны лишь представителям коренного народа, занимающимся определенным трудом (например, рыбалкой), и очень редко – ученым-исследователям, поэтому подобные недочеты в данном случае несущественны, учитывая, что исследование не предусматривало полного изучения культуры манси.

Во внимание также следует принять высокую объективную оценку, поставленную всем

участникам представителем народа манси, подметившим как оптимальные для современной молодежи знания орнаментации, символики и традиционной культуры манси, так и их творческие способности, выраженные не только в умении работать с помощью компьютерных технологий, но и в умении заниматься рукоделием, традиционной работой, искусствами. Поскольку социальное одобрение является важным компонентом в успешной коммуникации (готовность студентов взаимодействовать с представителем другой культуры), можно констатировать эффективность применения выбранного подхода к оценке сформированности этнокультурной компетенции.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенный теоретический и методический анализ научной литературы по теме исследования позволил уточнить содержание понятия этнокультурной компетенции как умения ориентироваться в ситуациях межкультурного общения с учетом этнокультурного опыта в условиях культурного многообразия, теоретически обосновать использование проектно-творческой деятельности на основе изучения орнаментов коренных народов Югры в качестве методического средства для эффективного формирования этнокультурной компетенции будущих педагогов. В ходе исследования апробированы центральные положения методики проектно-творческой деятельности на основе изучения орнаментов коренных народов Югры для формирования этнокультурной компетенции будущих педагогов:

1. Содержание обучения, которое подлежит усвоению при формировании этнокультурной компетенции, должно основываться на освоении будущими педагогами этнокультурного опыта в процессе изучения орнаментов коренных народов Югры.

2. В качестве методического средства формируемой компетенции необходимо при-

менять проектно-творческую деятельность, при организации которой требуется учитывать личностные качества обучающихся, обеспечивающие продуктивность деятельности и предполагающую создание нового продукта, реализацию собственных творческих способностей, а также развитие познавательных умений обобщать, анализировать уже имеющийся накопленный опыт.

Результаты исследования подтвердили сформированность у будущих педагогов этнокультурной компетенции, выраженной в наличии у них достаточных знаний и умений, необходимых для взаимодействия с представителями другой культуры (манси и хантов). Используемая методика формирования этнокультурной компетенции будущих педагогов в процессе проектно-творческой деятельности на основе изучения орнаментов коренных народов Югры и выбранные подходы к оценке результатов позволили сделать вывод об эффективности использования методики в аналогичной работе, связанной с решением задач межкультурного взаимодействия. В дальнейшем целесообразно совершенствование методики путем включения в нее приемов изучения языка другой культуры.

Список источников

1. Мартиросян С. А., Овруцкая Г. К. Становление гражданского общества в контексте диалога культур // Инженерный вестник Дона. 2014. № 3. С. 64.
2. Петрякова С. Ю., Долгова И. М. Проблемы обучения иностранных студентов в вузе. С. 42–44. URL: <http://lib.ugsha.ru:8080/bitstream/123456789/25469/1/2021-02-42-44.pdf> (дата обращения: 25.05.2024).
3. Зимняя И. А. Компетенция и компетентность в контексте компетентного подхода в образовании // Иностранные языки в школе. 2012. № 6. С. 2–10.
4. Этнопсихологический словарь / под ред. В. Г. Крысько. М. : Моск. психол.-социал. ин., 1999. 342 с.
5. Грицко А. А. Этнокультурная компетенция в системе компетенций практического психолога образования // Интеллектуальный потенциал XXI века: ступени познания. 2010. № 4–1. С. 162–167.
6. Степанова А. П. Теория орнамента. Ростов н/Д. : Феникс, 2011. 149 с.

References

1. Martirosian S. A., Ovrutskaia G. K. Stanovlenie grazhdanskogo obshchestva v kontekste dialoga kultur. *Inzhenernyi vestnik Dona*. 2014;(3):64. (In Russ.).
2. Petriakova S. Yu., Dolgova I. M. Problemy obucheniia inostrannykh studentov v vuze. P. 42–44. URL: <http://lib.ugsha.ru:8080/bitstream/123456789/25469/1/2021-02-42-44.pdf> (accessed: 25.05.2024). (In Russ.).
3. Zimniaya I. A. Kompetentsiya i kompetentnost v kontekste kompetentnostnogo podkhoda v obrazovanii. *Foreign Languages at School*. 2012;(6):2–10. (In Russ.).
4. Etnopsikologicheskii slovar. V. G. Krysko (Ed.). Moscow: Mosk. psikholog.-sotsial. in.; 1999. 342 p. (In Russ.).
5. Gritsko A. A. Etnokulturnaya kompetentsiya v sisteme kompetentsii prakticheskogo psikhologa obrazovaniia. *Intellektualnyi potentsial XXI veka: stupeni poznaniya*. 2010;(4–1):162–167. (In Russ.).
6. Stepanova A. P. Teoriya ornamenta. Rostov-on-Don: Feniks; 2011. 149 p. (In Russ.).
7. Sokolova Z. P. Khanty i mansi: vzgliad iz XXI veka. Moscow: Nauka; 2009. 755 p. (In Russ.).

7. Соколова З. П. Ханты и манси : взгляд из XXI века. М. : Наука, 2009. 755 с.
8. Шешкин П. Е., Шабалина А. Д. Мансийские орнаменты. СПб. : Просвещение, 1993. 88 с.
9. Бауло А. В. Атрибутика и миф: металл в обрядах обских угров. Новосибирск : Изд-во Ин-та археологии и этнографии СО РАН, 2004. 158 с.
10. Чупахина А. Э. Педагогические условия развития творческих способностей младших школьников во внеурочной деятельности по изобразительному искусству // Фундаментальные и прикладные научные исследования: актуальные вопросы, достижения и инновации : сб. ст. IX Междунар. науч.-практич. конф., 15 января 2018 г., г. Пенза. В 4 ч. Ч. 4. Пенза : Наука и Просвещение, 2018. С. 100–102.
8. Sheshkin P. E., Shabalina A. D. Mansiiskie ornamenty. Saint Petersburg: Prosveshchenie; 1993. 88 p. (In Russ.).
9. Baulo A. V. Atributika i mif: metall v obriadakh obskikh ugrov. Novosibirsk: Izd-vo In-ta arkheologii i etnografii SO RAN; 2004. 158 p. (In Russ.).
10. Chupakhina A. E. Pedagogicheskie usloviia razvitiia tvorcheskikh sposobnostei mladshikh shkolnikov vo vneurochnoi deiatelnosti po izobrazitelnomu iskusstvu. In: *proceedings of the 9th International scientific and practical conference "Fundamentalnye i prikladnye nauchnye issledovaniia: aktualnye voprosy, dostizheniia i innovatsii"*, January 15, 2018, Penza. In 4 Pts. Pt. 4. Penza: Nauka i Prosveshchenie; 2018. p. 100–102. (In Russ.).

Информация об авторах

О. Ю. Муллер – кандидат педагогических наук, доцент.

Н. А. Ротова – кандидат педагогических наук, доцент.

About the authors

O. Yu. Muller – Candidate of Sciences (Pedagogy), Associate Professor.

N. A. Rotova – Candidate of Sciences (Pedagogy), Associate Professor.

Научная статья

УДК 378:004

<https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-2>

Педагогические условия формирования навыков цифрового проектирования у студентов направления «Педагогическое образование»

Эльмира Фанилевна Насырова^{1✉}, Валерия Александровна Варнакова²

¹ Сургутский государственный университет, Сургут, Россия

² Гимназия «Лаборатория Салахова», Сургут, Россия

¹ nasyrova_ef@surgu.ru ✉, <https://orcid.org/0000-0001-8395-9679>

² sapozhkova.2000@mail.ru

Аннотация. Актуальность статьи обусловлена важной задачей системы высшего профессионального образования – усилением внимания к подготовке будущих учителей на качественно новом уровне. Основным аспектом решения этой задачи является развитие активной творческой личности и способностей, позволяющих самостоятельно определять и решать сложные проблемы, выходящие за рамки стандартных ситуаций, проектировать и конструировать сложные объекты и системы, а также осознанно оценивать результаты своей профессиональной деятельности.

Целью статьи является теоретическое обоснование и апробация педагогических условий формирования навыков цифрового проектирования у студентов направления «Педагогическое образование».

В статье авторы уточнили сущность понятий «цифровое проектирование» и «навыки цифрового проектирования», установили структуру понятия «навыки цифрового проектирования будущих педагогов», состоящую из мотивационного, когнитивного и деятельностного компонентов.

Достоинством исследования является определение и экспериментальная проверка педагогических условий формирования навыков цифрового проектирования у студентов направления «педагогическое образование». Доказано, что предложенные педагогические условия способствуют эффективной подготовке студентов к применению цифровых технологий в образовательной практике.

Ключевые слова: цифровое проектирование, навыки цифрового проектирования, педагогические условия, студенты направления «Педагогическое образование»

Шифр специальности: 5.8.7. Методология и технология профессионального образования.

Для цитирования: Насырова Э. Ф., Варнакова В. А. Педагогические условия формирования навыков цифрового проектирования у студентов направления «Педагогическое образование» // Северный регион: наука, образование, культура. 2024. Т. 25, № 3. С. 24–30. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-2>.

Original article

Pedagogical conditions for forming digital design skills among students in Pedagogical education

Elmira F. Nasyrova^{1✉}, Valeriya A. Varnakova²

¹ Surgut State University, Surgut, Russia

² Gymnasium “Laboratoriya Salakhova”, Surgut, Russia

¹ nasyrova_ef@surgu.ru ✉, <https://orcid.org/0000-0001-8395-9679>

² sapozhkova.2000@mail.ru

Abstract. The relevance of the article is determined by the most important task of the system of higher professional education, that is the training of future teachers at a qualitatively new level. The main aspects of solving this problem involve developing an active creative personality and abilities that enable one to independently identify and solve complex problems extending beyond standard situations, design and construct complex objects and systems, and consciously evaluate the results of their professional activities.

The purpose of the article is to theoretically substantiate and test the pedagogical conditions for developing digital design skills among students in the field of Pedagogical education.

The authors clarified the essence of the concepts of “digital design” and “digital design skills”, established the structure of the concept “digital design skills of future teachers”, consisting of motivational, cognitive and activity components.

The merits of the study are the identification and experimental verification of pedagogical conditions for the formation of digital design skills among students in Pedagogical education. The study has proven that the proposed pedagogical conditions contribute to the effective preparation of students for the use of digital technologies in educational practice.

Keywords: digital design, digital design skills, pedagogical conditions, students in Pedagogical education

Code: 5.8.7. Methodology and Technology of Professional Education.

For citation: Nasyrova E. F., Varnakova V. A. Pedagogical conditions for forming digital design skills among students in Pedagogical education. *Serny region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2024;25(3):24–30. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-2>.

ВВЕДЕНИЕ

Современное образование становится все более цифровым, и педагоги должны быть готовы к использованию новаторских технологий в учебном процессе. Понимание и умение применять цифровые инструменты и ресурсы помогает создавать интерактивные и привлекательные учебные материалы для проведения занятий, что способствует более эффективному обучению студентов.

В данном исследовании процесс формирования навыков цифрового проектирования студентов направления «Педагогическое образование» учитывает специфику профессиональной деятельности будущих педагогов. Обучение цифровому проектированию способно подготовить студентов к применению ими цифровых технологий в образовательной практике будущей профессиональной деятельности.

Вопросами цифровых технологий в образовательном пространстве занимались О. И. Ваганова, А. В. Гладков, Е. Ю. Коновалова, И. Р. Воронина. Они отмечали, что будущие педагоги должны овладеть навыками работы с программами для создания интерактивных учебных материалов, разработкой веб-ресурсов для учебной деятельности и использованием цифровых инструментов для персонализации образовательного процесса [1, с. 54–55].

По мнению Р. А. Вдовина, Г. А. Трафимовой, обучение цифровому проектированию следует включать в учебные курсы и дисципли-

плины, позволяя студентам на практике выполнять проекты с использованием цифровых технологий, создавать мультимедийные учебные материалы и разрабатывать интерактивные образовательные приложения [2, с. 995].

Студенты должны научиться эффективно и критически анализировать информацию из различных источников, а также использовать цифровые инструменты для поиска, оценки и организации данных. Это сделает их компетентными пользователями цифровых ресурсов и поможет работать с информацией продуктивно в будущей педагогической деятельности.

Автор А. К. Мурзаева обозначила, что необходимо предоставить студентам возможность самим исследовать и экспериментировать с разными цифровыми инструментами и технологиями. Это может включать доступ к онлайн-ресурсам и образовательным платформам, проведение мастер-классов и семинаров по цифровому проектированию, а также поддержку студенческих проектов в этой сфере [3, с. 15].

Формирование навыков цифрового проектирования у студентов направления «педагогическое образование» должно быть сфокусировано на их подготовке к внедрению новейших технологий в процесс обучения и на развитии компетенций, необходимых для успешной деятельности в образовательной сфере.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

В качестве теоретического метода исследования применен анализ нормативно-правовых, психологических и педагогических источников. На основе анализа теоретических исследований и опыта педагогической практики была выявлена необходимость обучения будущих педагогов цифровому проектированию и проектной деятельности. Проведенный анализ литературных источников позволил конкретизировать термины «цифровое проектирование» и «навыки цифрового проектирования», а также выявить структурно-содержательные компоненты.

Важным результатом проведенного анализа явилось определение педагогических условий формирования навыков цифрового проектирования у студентов направления «педагогическое образование».

В качестве эмпирических методов исследования применялись анкетирование и тестирование. На основе данных тестирования осуществлялась оценка уровня сформированности навыков цифрового проектирования у будущих педагогов.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Навыки цифрового проектирования являются критически важными в современном мире, где цифровые технологии проникают во все сферы жизни. Владение этими навыками позволяет специалистам создавать высококачественный цифровой контент, который может быть использован для маркетинга, образования, развлечений и многих других целей. Цифровое проектирование включает в себя использование графических инструментов, программного обеспечения для трехмерного моделирования и анимации, а также веб-технологий для создания цифровых продуктов и контента.

В научных исследованиях цифровое проектирование чаще всего рассматривается через тему 2D-моделирования и 2D-проектирования. Например, в трудах А. И. Боровкова [4] рассматриваются новые витки развития 2D-моделирования и 2D-печати.

Навыки цифрового проектирования – это комплекс умений и навыков, позволяющих создавать и воплощать идеи в цифровой фор-

ме использованием различных инструментов и технологий. Как отмечает зарубежный ученый Д. Смит (Smith J.), «эти навыки включают в себя технические знания, креативные способности, аналитические умения и коммуникативные компетенции, необходимые для успешного выполнения задач в области цифрового проектирования» [5].

Как отмечает А. Джонс (Jones A.), «навыки цифрового проектирования позволяют воплощать креативные идеи в цифровой форме, используя современные технологии и методы проектирования». Цифровое проектирование включает в себя умение работать с графическими редакторами, анимацией, веб-технологиями и другими цифровыми инструментами для создания уникальных и инновационных проектов [5].

Авторы А. С. Шкаредных и Г. И. Симонова раскрыли возможности применения электронных образовательных ресурсов в дистанционном обучении, отметили неготовность педагогов к отбору наиболее эффективных ресурсов [6, с. 86].

Справедливо заключение И. Н. Костиной о том, что дистанционное обучение будет эффективным, если использовать мультимедиа, задания в тестовой форме для онлайн-тестирования, электронные учебно-методические пособия, сборники ситуационных задач в рамках освоения учебных дисциплин [7, с. 72].

Проанализировав психолого-педагогическую литературу, сформулировано понятие «навыки цифрового проектирования будущих педагогов» как способность выполнять проекты по созданию дизайнерских объектов, таких как фирменный стиль, создание логотипов, дизайн интерьера и рекламных носителей с помощью цифровых средств CorelDRAW, AutoCAD, Autodesk 3ds Max (3ds Max) и т. д.

Для определения педагогических условий, которые, по мнению авторов статьи, эффективно влияют на формирование навыков цифрового проектирования студентов направления «Педагогическое образование», первоначально необходимо разобраться с термином «педагогические условия».

Педагогические условия, по определению Н. С. Стерховой, Н. В. Ипполитовой, – «совокупность причин, обстоятельств», влияющих «на развитие, воспитание и обучение человека», «влияние условий может ускорять или замедлять процессы развития, воспитания и обучения, а также воздействовать на их динамику и конечные результаты» [8].

Разработка и реализация электронного курса «Основы цифрового дизайна» по модели смешанного обучения являлись одним из педагогических условий в данном исследовании. В реалиях современного образования и быстрого развития технологий существует потребность в инновационных подходах к обучению. Смешанная модель обучения, сочетающая преимущества онлайн- и офлайн-формата, предоставляет возможность создания более гибкой и адаптивной системы обучения, способствующей развитию. Студентам направления «Педагогическое образование» необходимо освоить новые методы и подходы в образовании в рамках смешанной модели обучения.

Цель данного курса заключается в повышении профессиональной компетентности студентов в области смешанного обучения, повышении знаний и формировании навыков цифрового проектирования студентов направления «Педагогическое образование». Стоит учитывать, что во время прохождения курса студенты должны разработать различные цифровые продукты, создать фирменный стиль (например, эмблемы, логотипы, визитки и т. д.). Разработанный курс «Основы цифрового дизайна» включает три раздела: знакомство с дизайном и его основами, разработка фирменного стиля, рекламные носители.

В результате прохождения указанного электронного курса по модели смешанного обучения студенты должны получить практические навыки и знания, необходимые для создания и применения эффективных способов, содействующих успешному выполнению различных дизайн-проектов.

Следующим педагогическим условием предлагалось применить технологию «перевернутый класс» при решении практических заданий студентами на учебных занятиях.

Как отмечено Ю. Н. Аксеновой-Сорохтей и Е. В. Русиной, технология перевернутого класса наилучшим образом проявляет себя в учебном процессе высших учебных заведений. Это происходит за счет распределения аудиторного времени занятия, при котором большая его часть отводится на взаимодействие обучающихся друг с другом. Преподаватель использует полученное время для проработки именно тех вопросов, которые вызвали затруднение у обучающихся [9, с. 242].

Исследователь А. Л. Цепов установил, что использование видео и других, предварительно записанных, информационных носителей позволяет обучающимся полностью контролировать ход изучения лекции: они могут посмотреть заново, перемотать назад или вперед по мере необходимости. Совместные проекты при реализации модели «перевернутый класс» могут способствовать социальному взаимодействию между студентами [10, с. 180].

Для более глубокого погружения в работу с проектами необходимо организовывать учебный процесс так, чтобы практический материал отрабатывался студентами на занятиях совместно, а теоретический материал изучался индивидуально, и при этом к нему можно было возвращаться. Такой процесс можно организовать с помощью технологии «перевернутый класс». Изучив теорию онлайн, студентами были выполнены следующие практические задания на базе исследования: шрифтовое оформление стихотворения, имиджевый плакат, создание визитной карточки.

Можно сделать вывод, что применение технологии «перевернутый класс» в практических работах на разработанном обучающем сайте позволило сократить время на освоение теоретического материала, делать это индивидуально и в удобном темпе, что предоставило большее время для совместной работы над практическим материалом.

Еще одним из педагогических условий была организация проектной деятельности студентов по созданию дизайнерских объектов.

В современном образовании при стремительном техническом прогрессе необходимо использовать инновационные технологии обучения. Одним из них является проектная

деятельность, которая, как педагогическая технология, позволяет создавать более гибкую и адаптируемую учебную систему, способствующую качественному формированию навыков цифрового проектирования у будущих педагогов. Проектная деятельность должна базироваться на самостоятельной работе студентов по решению проблемных задач, включающей разработку и выполнение проекта.

В рамках организации проектной деятельности по созданию дизайнерских объектов студенты выполняли проектные работы по разработке логотипов, используя программное обеспечение CorelDRAW.

В ходе данного исследования выявлено, что организация проектной деятельности студентов по созданию дизайнерских объектов способствовала более глубокому и качественному освоению материала, развитию профессиональных компетенций студентов и их адаптации к современным тенденциям в образовании.

Для проведения экспериментальной работы была определена структура понятия «навыки цифрового проектирования», анализ работ ученых А. Иванова, А. И. Боровковой, В. А. Крутецкого, В. И. Селиверстова, В. Дукельского, Г. Л. Коптевой позволил определить следующие компоненты: мотивационный, когнитивный и деятельностный.

Мотивационный компонент предполагал заинтересованность студентов к цифровому проектированию и удовлетворение от процесса обучения, проявление активности в про-

цессе проектирования посредством цифровых инструментов и программ, положительную мотивацию к проектированию собственных дизайн-объектов. Для определения сформированности данного компонента был использован опросник Т. Элерса (Ehlers T.).

Когнитивный компонент состоял из знаний теоретических основ цифрового проектирования, знаний основ работы в программах CorelDRAW, AutoCAD, 3ds Max, знаний в области цифрового дизайна, знаний основ 2D- и 3D-проектирования, знаний интерфейса программ CorelDRAW, AutoCAD, 3ds Max, знаний проектирования дизайн-объектов. Для определения уровня когнитивного компонента у студентов был использован опросник «Цифровое проектирование».

Деятельностный компонент выражался в умении пользоваться программами CorelDRAW, AutoCAD, 3ds Max, умении работать в области цифрового дизайна, умении создавать 2D- и 3D-объекты, умении работать в команде, умении использовать компьютерный дизайн/графику, умении проявлять креативность при выполнении работ. Задание на определение деятельностного компонента было представлено в виде практической работы и проектной деятельности.

В данном исследовании сопоставлены результаты оценки уровня сформированности структурных компонентов навыков цифрового проектирования у студентов направления «Педагогическое образование» (рисунок).

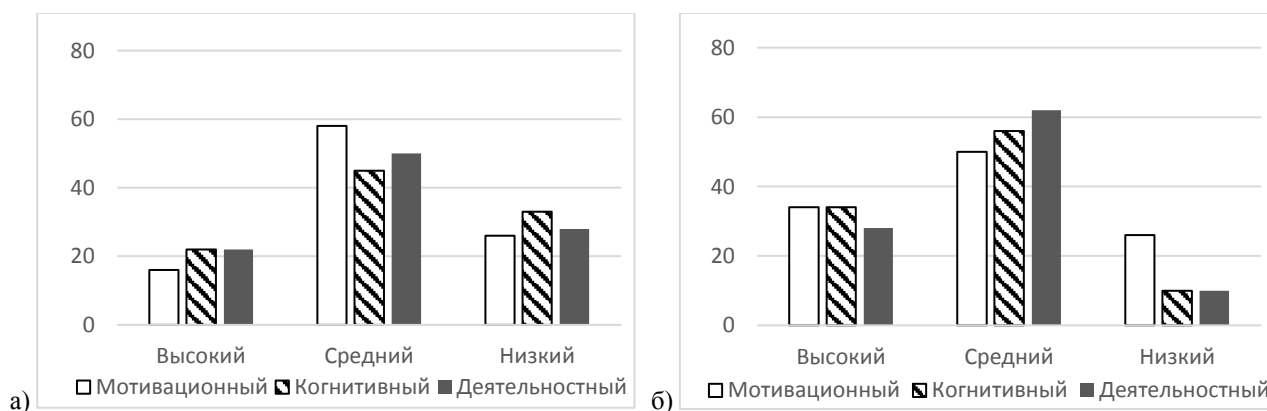


Рисунок. Сравнительные результаты оценки уровня сформированности структурных компонентов навыков цифрового проектирования у студентов направления «Педагогическое образование»:

а – на начало эксперимента; б – после эксперимента

Примечание. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

После реализации всех педагогических условий выявлено, что показатели всех трех компонентов улучшились. Обучающиеся имели высокий (34 %, 6 чел.) и средний (50 %, 9 чел.) уровни сформированности мотивационного компонента, на низком уровне остались 16 % (3 чел.) студентов. Высокий уровень сформированности когнитивного компонента наблюдался у 34 % (6 чел.) обучающихся, средний – у 56 % (10 чел.), низкий – у 10 % (2 чел.). Высокий уровень сформированности деятельностного компонента обнаружен у 38 % (7 чел.), средний – у 52 % (9 чел.), низкий – у 10 % (2 чел.).

По результатам проведенной экспериментальной работы можно сделать вывод, что внедренные педагогические условия оказывают положительное влияние на формирование навыков цифрового проектирования у студентов направления «Педагогическое образование».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Цифровые технологии предоставляют широкий спектр инновационных возможно-

стей для образования, включая разработку интерактивных учебных игр, виртуальных экскурсий, онлайн-курсов и других. Будущие преподаватели, обладающие навыками цифрового проектирования, могут активно внедрять такие новшества в профессиональную практику и способствовать использованию современных подходов к обучению.

Успешное обучение студентов направления «Педагогическое образование» навыкам цифрового проектирования способствовало развитию их графических способностей, улучшило их визуальное восприятие явлений и объектов окружающей действительности, помогло в профессиональной деятельности, стимулировало быстрые и креативные решения нестандартных задач и приобретение необходимых практических умений и навыков.

Внедренные педагогические условия способствовали эффективному формированию навыков цифрового проектирования у студентов направления «Педагогическое образование», являясь значимым аспектом их подготовки к будущей профессиональной деятельности в сфере образования.

Список источников

1. Ваганова О. И., Гладков А. В., Коновалова Е. Ю. и др. Цифровые технологии в образовательном пространстве // Балтийский гуманитарный журнал. 2020. Т. 9, № 2. С. 53–56.
2. Вдовин Р. А., Трафимова Г. А. Опыт использования специализированного программного обеспечения в образовательном процессе и науке // Современные информационные технологии и ИТ-образование. 2019. Т. 15, № 4. С. 992–1002. <https://doi.org/10.25559/SITITO.15.201904.992-1002>.
3. Мурзаева А. К. Ориентация инновационной деятельности кафедр на формирование профессиональных компетенций студентов технических вузов : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Душанбе, 2018. 36 с.
4. Боровков А. И. Цифровое проектирование. URL: <https://postnauka.org/video/63239> (дата обращения: 30.09.2024).
5. Цифровые лаборатории для школ и вузов: преимущества, разновидности, перспективы. URL: <https://neramsc.ru/blog/tekhnologii/tsifrovye-laboratorii-dlya-shkol-i-vuzov-preimushchestva-raznovidnosti-perspektivy/> (дата обращения: 30.09.2024).
6. Шкаредных А. С., Симонова Г. И. Возможности электронных образовательных ресурсов как средств дистанционного обучения // Вестник

References

1. Vaganova O. I., Gladkov A. V., Konovalova E. Yu. et al. Digital technologies in education space. *Baltic Humanitarian Journal*. 2020;9(2):53–56. (In Russ.).
2. Vdovin R. A., Trafimova G. A. Experience of Using Specialized Software in the Educational Process and Science. *Modern Information Technologies and IT-Education*. 2019;15(4):992–1002. <https://doi.org/10.25559/SITITO.15.201904.992-1002>. (In Russ.).
3. Murzaeva A. K. Orientatsiia innovatsionnoi deiatelnosti kafedr na formirovanie professionalnykh kompetentsii studentov tekhnicheskikh vuzov: Extended abstract of Cand. Sci. (Pedagogy). Dushanbe; 2018. 36 p. (In Russ.).
4. Borovkov A. I. Tsifrovoe proektirovanie. URL: <https://postnauka.org/video/63239> (accessed: 30.09.2024). (In Russ.).
5. Tsifrovye laboratorii dlia shkol i vuzov: preimushchestva, raznovidnosti, perspektivy. URL: <https://neramsc.ru/blog/tekhnologii/tsifrovye-laboratorii-dlya-shkol-i-vuzov-preimushchestva-raznovidnosti-perspektivy/> (accessed: 30.09.2024). (In Russ.).
6. Shkarednyh A. S., Simonova G. I. Possibilities of electronic educational resources as means of distance learning. *Herald of Vyatka State University*. 2022;(2):86–96. (In Russ.).

- Вятского государственного университета. 2022. № 2. С. 86–96.
7. Костина И. Н., Нерсисян П. М. Использование электронных образовательных ресурсов при обучении студентов стоматологического факультета на профильной кафедре // Актуальные задачи педагогики : материалы IX Междунар. науч. конф., июнь 2018, г. Москва. М. : Буки-Веди, 2018. С. 70–73.
8. Ипполитова Н. В., Стерхова Н. С. Анализ понятия «педагогические условия»: сущность, классификация // *General and Professional Education*. 2012. № 1. С. 8–14.
9. Аксенова-Сорохтей Ю. Н., Русина Е. В. Применение модели «перевернутый класс» в образовательном процессе // Наука и техника: новые вызовы современности : сб. ст. XIV Междунар. науч.-практ. конф. Саратов : НОП «Цифровая наука». 2022. С. 240–243.
10. Цепов А. Л. Перевернутый класс // Смоленский медицинский альманах. 2019. № 3. С. 175–184.
7. Kostina I. N., Nersesian P. M. Ispolzovanie elektronnykh obrazovatelnykh resursov pri obuchenii studentov stomatologicheskogo fakulteta na profilnoi kafedre. In: *proceedings of the 9th International Scientific conference “Aktualnye zadachi pedagogiki”*, June, 2018, Moscow. Moscow: Buki-Vedi; 2018. p. 70–73. (In Russ.).
8. Ippolotova N. V., Sterkhova N. S. Analysis of the notion “pedagogical conditions”: essence and classification. *General and Professional Education*. 2012;(1):8–14. (In Russ.).
9. Aksenova-Sorokhtei Yu. N., Rusina E. V. Primenenie modeli “perevernutyi klass” v obrazovatelnom protsesse. In: *proceedings of the 14th International scientific and practical conference “Nauka i tekhnika: novye vyzovy sovremennosti”*. Saratov: NOP “Tsifrovaia nauka”; 2022. p. 240–243. (In Russ.).
10. Tsepov A. L. “Flipped” classroom. *Smolensk Medical Almanac*. 2019;(3):175–184. (In Russ.).

Информация об авторах

Э. Ф. Насырова – доктор педагогических наук, профессор.
В. А. Варнакова – учитель.

About the authors

E. F. Nasyrova – Doctor of Sciences (Pedagogy), Professor.
V. A. Varnakova – Teacher.

ОБЩАЯ ПЕДАГОГИКА, ИСТОРИЯ ПЕДАГОГИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

Научная статья

УДК 379.8

<https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-3>

Молодежный досуг в условиях современного мегаполиса

Александр Николаевич Тесленко

Кокшетауский университет имени Абая Мырзахметова, Кокшетау, Республика Казахстан

Центр ювенологических исследований, Астана, Республика Казахстан

teslan@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0003-1398-1832>

Аннотация. Статья посвящена анализу особенностей организации молодежного досуга в условиях мегаполиса. На материалах социологического опроса молодых жителей столицы Казахстана города Астаны выявлена специфика инфраструктуры большого города и особенности культурно-досуговой деятельности молодого поколения. Показана глубокая трансформация молодежных досуговых практик, обусловленная как изменением глобальной социокультурной ситуации, так и появлением у самой молодежи новых интересов и ценностей в процессе реализации свободного времени. Определен спектр досуговых предпочтений молодых астанчан: в структуре молодежного досуга снижается рейтинг культурно-творческих практик, а культурно-потребительских форм увеличивается. Дана краткая характеристика динамики роста сегмента развлечений в Астане и описаны технологии организации культурно-досуговой деятельности. Особое внимание уделено технологии социокультурной анимации, призванной гуманизировать свободное время молодежи, создать условия для самореализации, самоутверждения молодых людей в процессе социокультурной анимации и досуговой деятельности. Главным педагогическим смыслом социокультурной анимации является создание условий для социальных проб молодых людей в разнообразных сферах социальной деятельности. Технология социокультурной анимации наиболее ярко проявляется в клубной работе молодежных центров досуга, дополнительного образования. Проведенный автором анализ теоретических и прикладных аспектов организации молодежного досуга в условиях мегаполиса позволил выявить специфику досугового времени столичной молодежи и особенности ее культурно-досуговых практик: нерегламентированность и добровольность использования досугового времени, позволяющие выделить досуг в отдельный социальный институт; разнообразие форм досуговой деятельности, где наряду с традиционными формами появляются новые течения и увлечения; особенности среды протекания молодежного досуга (в компании друзей, сверстников, вне дома); преобладание в структуре молодежного досуга культурно-потребительских практик. В целом выявлено укрепление гедонистических составляющих в системе ценностно-смысловых установок молодежи, становление новой социальной общности, ориентированной не на культурно-творческие практики, а на потребление досуговых услуг.

Ключевые слова: мегаполис, молодежь, молодежный досуг, свободное время, организация молодежного досуга, инфраструктура досуга, технологии культурно-досуговой деятельности, социально-культурная анимация, молодежный центр

Финансирование: исследование выполнено в рамках научного проекта АР 14869235 «Молодежная работа как условие успешной социализации учащейся молодежи» по программе грантового финансирования Комитета науки Министерства науки и высшего образования Республики Казахстан.

Шифр специальности: 5.8.1. Общая педагогика, история педагогики и образования.

Для цитирования: Тесленко А. Н. Молодежный досуг в условиях современного мегаполиса // Северный регион: наука, образование, культура. 2024. Т. 25, № 3. С. 31–40. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-3>.

Youth leisure time in a modern metropolis

Aleksandr N. Teslenko

Abay Myrzakhmetov Kokshetau University, Kokshetau, Republic of Kazakhstan

Center of Youth Researches, Astana, Republic of Kazakhstan

teslan@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0003-1398-1832>

Abstract. The article focuses on analyzing the peculiarities of organizing youth leisure in a metropolis. The materials of a sociological survey among young residents of the capital of Kazakhstan, Astana, reveal the specifics of the infrastructure of a large city and the features of the cultural and leisure activities of the young generation. A profound transformation of youth leisure practices associated with the modernization of public consciousness and changes in youth leisure expectations is shown. The range of leisure preferences of young Astana residents has been determined: in the structure of youth leisure, the rating of cultural and creative practices is decreasing, while that of cultural and consumer forms is increasing. The article briefly describes how the entertainment segment is growing in Astana and outlines the technology used to organize cultural and leisure activities. The author's attention is directed towards the technology of sociocultural animation, aiming to humanize the free time of young people and create conditions for their self-realization and self-affirmation through sociocultural animation and leisure activities. Creating conditions for engagement of young people in various spheres of social activity is the primary pedagogical meaning of sociocultural animation. The technology of sociocultural animation is most clearly manifested in the club work of youth leisure centers and additional education. The author's analysis of theoretical and applied aspects of youth leisure organization in a metropolis allowed to identify the specifics of the leisure time of the capital's youth and the features of its cultural and leisure practices. Among the specifics are unregulated and voluntary use of leisure time, which makes it possible to single out leisure as a separate social institution; a variety of forms of leisure activity, where new trends and hobbies appear along with traditional forms; features of the environment of youth leisure (in the company of friends, peers, outdoors); predominance of cultural and consumer practices in the structure of youth leisure. The strengthening of hedonistic components in the system of value-semantic attitudes of young people, the formation of a new social community oriented to the consumption of leisure services were revealed.

Keywords: metropolis, youth, youth leisure, free time, organization of youth leisure, leisure infrastructure, technologies of cultural and leisure activities, sociocultural animation, youth center

Financing: the study was supported by the Committee of Science of the Ministry of Science and Higher Education of the Republic of Kazakhstan within the framework of the scientific project AR 14869235 "Molodezhnaya rabota kak uslovie uspeshnoi sotsializatsii uchashcheisya molodezhi".

Code: 5.8.1. General Pedagogy, History of Pedagogy and Education.

For citation: Teslenko A. N. Youth leisure time in a modern metropolis. *Severny region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2024;25(3):31–40. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-3>.

ВВЕДЕНИЕ

В условиях глобальных изменений во всех сферах общественной жизни молодое поколение проявляет больше пластичности и восприимчивости к инновациям и социальным изменениям. Она выступает важнейшим фактором модернизационных процессов в социуме [1, с. 10]. В этих условиях культурно-досуговая сфера, и молодежный досуг в частности, становится важным индикатором социального и личностного развития молодого поколения, расширяющим мировоззренческие ориентиры, формирующим позитивные ценности и идеалы, коммуникативные навыки и социокультурные компетенции.

Неслучайно в социально-гуманитарном дискурсе все чаще обсуждаются проблемы свободного времени молодежи, являющегося временем самоорганизации и свободного самовыражения сущностных сил личности. В большей степени исследованы: теоретические и методические основы организации культурно-досуговой деятельности (Г. А. Аванесова, О. Д. Дашковская, А. Д. Жарков, З. С. Тинькова, В. М. Чижиков); проблемы педагогики досуга (А. Ф. Воловик, Р. И. Бурганова, И. Ю. Исаева, В. П. Крестьянов); специфика и содержание организации молодежного досуга (И. Н. Ерошников, Т. И. Гальперина, С. Н. Литвинова, М. Е. Кульпетдинова); сущность и специфика

современных социокультурных технологий организации молодежного досуга (Е. И. Григорьева, Т. Г. Кисилева, Ю. Д. Красильников, А. Н. Тесленко).

В публикациях западных ученых заслуживают внимания такие аспекты молодежного досуга, как влияние мотивации досуга на удовлетворенность отдыхом [2]; потребности в свободном времени и досуге маргинальной молодежи [3]; потенциал досуговых технологий в коррекции и профилактике девиантного поведения [4]; анализ реакций подростков на стресс, основанный на досуге [5]; место и роль культурных центров в организации досуга молодежи [6, 7], роль цифровых технологий и массмедиа в досуговой деятельности поколения Z [8, 9].

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

При подготовке статьи использованы методы, основанные на теоретическом анализе научной литературы по проблеме организации молодежного досуга, систематизации и обобщению данных собственных социологических опросов, выполненных в рамках реализации национального грантового финансирования научного проекта АР 14869235 на тему «Молодежная работа как условие успешной социализации учащейся молодежи», анализа собственной практической деятельности по организации досуга учащейся и студенческой молодежи.

Материал данной статьи основан на анализе научной литературы по проблеме орга-

низации молодежного досуга и эмпирических данных собственного социологического опроса ($N = 206$), выполненного в рамках научного проекта «Молодежная работа как условие успешной социализации учащейся молодежи», а также собственного опыта социокультурной анимации в молодежной среде.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Содержание досуга как рекреационного процесса, с одной стороны, ставит задачу восстановления интеллектуального, культурного и физического потенциалов, а с другой – комплексно развивает систему духовных и физических качеств личности, опираясь на ее потребности и возможности. Следовательно, досуговая деятельность молодежи, как самостоятельная сфера личностного развития, выступает одним из важнейших индикаторов социального благополучия молодого поколения. При этом обнаруживается основная специфическая черта молодежного досуга в условиях большого города – разнообразие и многообразие форм проведения свободного времени (молодежные центры, фитнес-клубы, ночные клубы, боулинг-клубы, кафе и т. п.). В ходе исследования выявлена возрастная специфика степени потребительской активности (рис. 1). Анализируя данные опроса, автор статьи исходил из того, насколько активна возрастная группа как потребитель досуговых услуг; если индекс характерности выше 120, то он характерный (рис. 1).

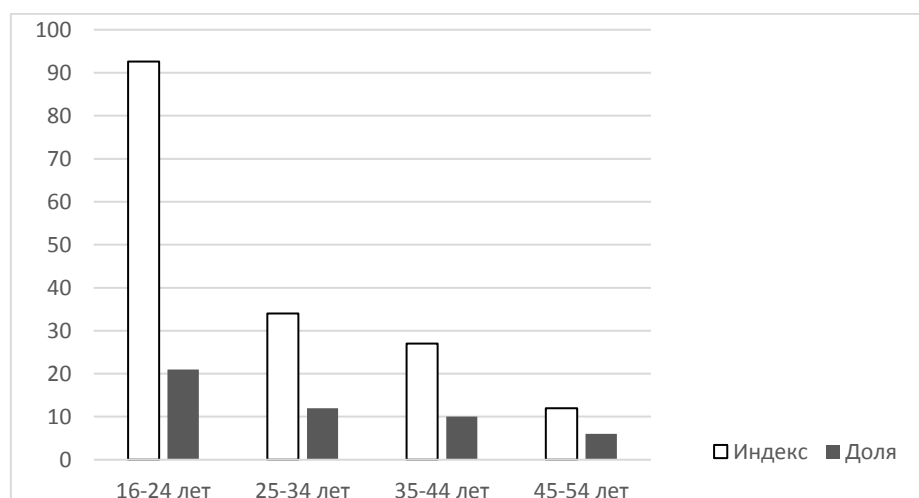


Рис. 1. Индекс характерности досуговых услуг в разрезе возрастных групп

Примечание. Составлено автором на основании данных, полученных в исследовании.

По данным рис. 1, наиболее высокий индекс посещения астанинской культурно-досуговой инфраструктуры у возрастной группы 16–24 лет. Другой важной особенностью молодежного досуга является среда проведения. Как правило, семья и родительская среда находятся вне зоны ценностных ориентиров молодежи. Подавляющее большинство молодых людей предпочитают проводить свободное время вне дома, в компании сверстников (91,2 %). При этом выбор форм проведения, круга общения, музыки, одежды они оставляют за собой (89,8 %). Эту особенность молодежного возраста очень точно подметил и описал российский социолог И. В. Бестужев-Лада: «... для молодежи “посидеть компанией” – жгучая потребность, один из факультетов жизненной школы, одна из форм самоутверждения. При всей важности и силе социализации молодого человека в учебном или производственном коллективе, при всей необходимости содержательной деятельности на досуге, при всей масштабности роста “индустрии свободного времени” – туризма, спорта, библиотечного и клубного дела – при всем этом молодежь, упрямо “сбивается” в компании сверстников. Значит, общение в молодежной компании – это форма досуга, в которой юный человек нуждается органически» [10]. Такое общение формирует в молодом человеке необходимые коммуникативные навыки для взаимодействия с людьми разного социально-психологического склада, разных социальных групп.

В условиях нарастания прагматизации и коммертизации различных областей общественной жизни происходит глубокая трансформация молодежных досуговых практик и изменение общей социокультурной ситуации в сфере организации свободного времени. В первую очередь это связано с трансформацией ценностно-мотивационных приоритетов и ожиданий в молодежном сознании. Так выявлено, что сфера технического и народного творчества менее востребована, чем рекреативные (компьютерные игры, дискотеки, общение в социальных сетях и т. д.).

Безусловно, накладывает свой отпечаток социокультурная среда Астаны – современного мегаполиса, который привлекает молодых людей своей позитивной социально-психологической аурой, достойным уровнем жизни и развитой культурно-развлекательной инфраструктурой. Это место концентрации амбициозной молодежи со всего Казахстана, стремящейся самоактуализироваться и реализовать свои жизненные планы и амбиции.

Астанинский рынок культурно-досуговых услуг достаточно динамичен: наряду с расширением торгово-досуговой сферы с широким спектром развлекательных услуг, респонденты отметили недостаток новых форм качественного досуга (домов творчества, молодежных центров, стадионов и т. п.), а также актуальной информации о культурной жизни столицы. Основным местом проведения свободного времени молодые астанчане назвали крупнейшие предприятия развлечений столицы (KeruenCity, «Хан Шатыр», MEGA Silk Way и др.), на территории которых функционируют кинотеатры, анимационные зоны, кафе и т. п.

За последние десятилетия культурно-досуговая инфраструктура Астаны заметно трансформировалась под влиянием глобальных тенденций урбанизации и коммерциализации, что отразилось на досуговых практиках столичной молодежи. Достаточно условно можно выделить следующие досуговые практики молодых астанчан:

1) культурно-потребительские, включая развлекательный сектор, ориентированный на активные формы (кинотеатры, ночные клубы, дискотеки и т. п.) и пассивные формы (просмотр видео-контента и прослушивание музыки в Интернете, социальные сети);

2) рекреативные, представляющие сектор спортивного досуга (шейпинг-залы, фитнес-центры, спортивные клубы), а также рекреативно-туристический сектор;

3) культурно-творческие, включающие разные формы творческой самореализации и саморазвития молодежи (посещение театров, концертов, музеев, художественная самодеятельность, клубы по интересам и т. п.).

Данные досуговые практики выступают значимым институтом социализации молодежи, от которого зависит формирование многих личностных черт молодого человека через освоение им актуальной культуры. Молодежь осваивает самые общераспространенные, жизненно важные элементы городской культуры. С позиции педагогики освоение культуры, досуговые практики характеризуются целенаправленным воздействием на молодого человека с целью формирования у него адекватных навыков, необходимых для

нормальной социокультурной жизни. В любой культуре существуют специальные формы и способы культурной социализации, которые обеспечивают молодым людям нужное количество знаний и навыков для их повседневной практики [11].

Высокая динамика роста сегмента развлечений в Астане сказалась на досуговых интересах молодежи: культурно-потребительские практики менее популярны, чем рекреативные, а культурно-творческие уступают им значительно (табл. 1).

Таблица 1

Досуговые предпочтения молодых астанчан

Форма досуга	%
Кинотеатр	11
Театр	5
Филармония	3
Музеи, выставки	3
Концерты поп-музыки	11
Ночные клубы, дискотеки	10
Кафе быстрого питания	16
Хобби, творчество	4
Клубы по интересам	5
Интернет, социальные сети	14
Компьютерные игры	9
Спорт, фитнес	6
«Ничего неделание»	2
Другое	0,7

Примечание. Составлено автором на основании данных, полученных в исследовании.

Опрос показал, что в среднем 5 % опрошенных в свободное время посещают театры, музеи и другие культурные мероприятия. На этом фоне превалируют пассивные формы

культурно-потребительского досуга. Данная тенденция обусловлена прежде всего проблемами финансово-экономического характера (табл. 2).

Таблица 2

Причины отсутствия полноценной культурно-досуговой деятельности молодежи

Причины	%
Высокая стоимость услуг учреждений культуры	18
Культура не интересна современной молодежи	12
«Нехватка» культурных мероприятий для молодежи	8
Низкое качество досуговых услуг	6
Несоответствие предложения запросам молодежи	11
У молодежи на культуру нет времени	6
У молодежи на культуру нет денег	26
Недостаток информации об учреждениях культуры	9
Другое	2
Затрудняюсь ответить	2

Примечание. Составлено автором на основании данных, полученных в исследовании.

Безусловно, качественный досуг молодежи возможен только при наличии соответствующего столичному статусу уровня доходов, а недостаток финансовых средств ограничивает расходы на развлечения и досуг, что на практике приводит к виртуальному времяпрепровождению в социальных сетях и компьютерным играм, другим формам досуга, не требующим значительных финансовых расходов. Соответственно, это сказывается на структуре молодежного досуга: рейтинг культурно-творческих практик снижается, а культурно-потребительских – увеличивается. Причины этой тенденции большинство респондентов видят в архаичности некоторых форм работы учреждений культуры, в результате чего культурные ценности прошлых лет неинтересны современной молодежи. Учреждениям культуры необходимо смелее использовать разнообразные технологии организации культурно-досуговой деятельности.

Под технологией организации молодежного досуга следует понимать «теоретически

обоснованную и ориентированную на результат систему последовательных действий по упорядочению, обеспечению согласованности, взаимодействия всех частей процесса организации досуга на основе использования имеющихся ресурсов – информационных, интеллектуальных, кадровых, методических, материальных» [12, с. 167]. С позиции системного подхода организация молодежного досуга представляет собой совокупность трех последовательно реализуемых компонентов: 1) целевого – стратегическое, тактическое и локальное видение результата деятельности; 2) содержательного – социальная направленность и идейно-смысловое наполнение деятельности субъектов организации досуга; 3) организационно-деятельностного – взаимодействие субъектов организации досуга, их социальное партнерство; 4) оценочно-результативного – мониторинг эффективности досуговой деятельности, сопоставление достигнутых результатов и заявленных целей (рис. 2).

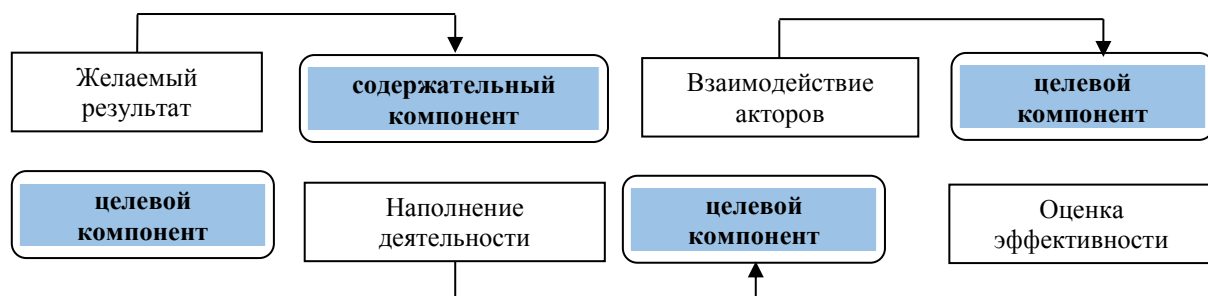


Рис. 2. Компоненты технологии организации молодежного досуга

Примечание. Составлено автором на основании данных, полученных в исследовании К. Г. Гаркуша [11].

Другими словами, технология организации молодежного досуга запрограммирована на целенаправленное функционирование основных компонентов (целевого, содержательного, организационно-деятельностного, оценочно-результативного) культурно-досуговой деятельности, обеспечивающих субъект-объектные связи и коммуникацию с внешней социокультурной средой. Эта внешняя среда достаточно разнообразна, что требует разнообразных технологий организации. По мнению автора статьи, особого внимания в организации молодежного досуга требует технология социокультурной анимации, которая призвана гума-

низировать свободное время молодежи и создать условия для полноценной самореализации личности в досуговой деятельности [11].

Социально-педагогическая миссия социокультурной анимации заключается в организации социально одобряемой и полезной деятельности детей и молодежи, создающей условия для самоорганизации и социальных проб, когда молодые люди должны самостоятельно и ответственно делать свой выбор, ориентируясь на сформированные у них ценностно-смысловые установки. Опираясь на мнение известного российского педагога-методолога И. А. Липского, целью практиче-

ской социально-педагогической деятельности в сфере досуга является гармонизация взаимодействия (отношений) личности и социума для сохранения, восстановления, поддержания, развития социальной активности молодого поколения [13]. Не опровергая данную позицию, автор считает, что цель социокультурной анимации надо трактовать шире, исходя из понимания сущности социализации, сформулированной М. И. Рожковым, рассматривающим ее как получение доступа к социальным ценностям [14].

В основе социально-культурной анимации лежат игровые методики, прежде всего социально-одобряемые. Общеизвестным является положение о том, что в процессе игры происходит повышение активности, самостоятельности, инициативности и потребно-

сти в творчестве у детей и подростков. Заслуживает внимания мнение С. А. Шмакова о том, что «все-таки существуют игры с наибольшим социальным запасом и ориентацией на социализацию личности человека» [15, с. 45].

В данном случае поле функционирования социально-культурной анимации в молодежной работе достаточно полно отражается в программах дополнительного образования: музыкальная педагогика, театральная педагогика, художественная педагогика, народные ремесла и т. д. (рис. 3). Она включает всю проблематику свободного времени, а также проблемы детского и молодежного движения, направленные на создание автономных детско-юношеских, молодежных домов или центров [16].



Рис. 3. Поле функционирования социально-культурной анимации и молодежной работы

Примечание. Составлено автором на основании данных, полученных в исследовании [17].

Технология социокультурной анимации идеальна для организации молодежного досуга в специализированных учреждениях культуры и образования типа Дворцов творчества детей и юношества, Дворцов школьников, Дворцов молодежи, Молодежных центров досуга и т. п. Сегодня в Астане два Дворца школьников в ведомственной подчиненности Министерства просвещения Республики Казахстан (республиканского и городского), которые более-менее удовлетворяют запросы детей и подростков в занятиях художественным, прикладным и техническим творчеством, в том числе на бесплатной основе. С 1 мая 2021 г. в Казахстане вступил в силу Закон РК «О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты Республики Казахстан по вопросам культуры, физической культуры и спорта»,

официально закрепляющий понятия государственного заказа в сфере культуры и спорта, его подушевого финансирования [18]. Благодаря закону у казахстанских детей в возрасте от 4 до 17 лет появилась возможность за счет государственного бюджета бесплатно посещать одновременно несколько спортивных секций и творческих кружков. Зарегистрировавшись на портале artsport.kz, объединяющем поставщиков досуговых услуг, потребители (дети, родители, органы власти, операторы госзаказа) имеют возможность в режиме реального времени формировать очередность на зачисление в секции и кружки, получать актуальную информацию о содержании досуговой деятельности [19].

Позитивный опыт организации досуговой деятельности школьной молодежи пока не распространяется на более старшие по воз-

расту молодежные группы. В советский период, тогда еще в Целинограде, был построен и успешно функционировал Дворец молодежи с разветвленной сетью клубов по интересам, спортивных секций и творческих студий. В результате постперестроечной приватизации различными коммерческими структурами он со временем превратился в бизнес-центр, а часть инфраструктуры функционирует на коммерческой основе. Всеобщая коммерциализация сферы досуга и отдых не только лишает молодежь возможности полноценного и качественного организованного свободного времени, но и ведет к трансформации потребительского поведения, ценностно-мотивационным девиациям,

социальному негативизму. Следует признать, что система социального воспитания значительно растеряла позитивный опыт, накопленный в советский период. Так, в прошлом именно Дворцы молодежи, Дворцы творчества детей и юношества, сельские клубы давали возможность миллионам советских детей, юношам и девушкам заниматься в студиях и кружках по интересам с юных лет и до полноценной взрослой жизни. Но сегодня самодетельность молодого человека в свободное время сведена к минимуму, его социальное пространство и время развивается в ритме общества всеобщего потребления – гедонистические установки на удовольствие и развлечение становятся базовыми (рис. 4).

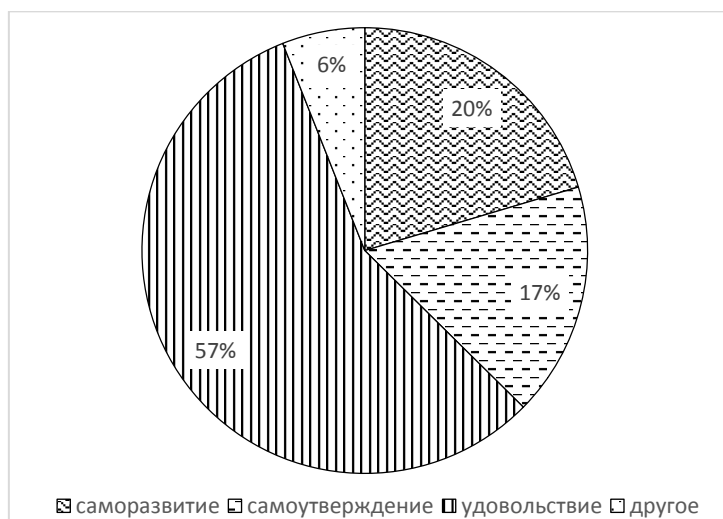


Рис. 4. Цели молодежного досуга

Примечание. Составлено автором на основании данных, полученных в исследовании.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенный автором статьи анализ теоретических и прикладных аспектов организации молодежного досуга в условиях мегаполиса выявил особенности организации молодежного досуга в условиях мегаполиса:

1) нерегламентированность досугового времени, добровольность выбора и использования форм досуга;

2) устойчивость сферы досуга как сферы личностной самореализации и социализации с возможностью удовлетворения определенных потребностей общества;

3) разнообразие форм досуговой деятельности по времени (регулярные, одноразовые),

по характеру (активные, пассивные), по содержанию (развлекательные, познавательные);

4) особенности взаимовлияния внешней среды мегаполиса и культурно-досуговых практик молодежи;

5) в структуре молодежного досуга преобладают культурно-потребительские практики и укрепление гедонистических составляющих в системе ценностно-смысловых установок молодежи.

Все вышесказанное подводит к мысли, что в современных условиях необходимо сфокусировать усилия официальных властей и гражданского общества на создании специализированных молодежных центров на меж-

ведомственной основе, нацеленных на социальное развитие и интеграцию молодого поколения в социум. Предоставляя весь спектр социальных услуг, подобные центры основной акцент должны делать на удовлетворении потребности молодежи в качественных и доступных досуговых программах. В бли-

жайшей перспективе при стратегическом планировании молодежного досуга в Астане необходимо наполнить его новым содержанием, которое позволило бы посредством технологии социокультурной анимации перейти от «потребляющих культуру» к «производящим культуру» формам досуга.

Список источников

1. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development. Experiments by Nature & Design. Harvard University Press, 1979. 219 p.
2. Berggs B. A., Elkins D. J. The Influence of Leisure Motivation on Leisure Satisfaction // LABNet: The Cyber Journal of Applied Leisure and Recreation Research. 2010. Vol. 31, no. 1. P. 201–229.
3. Byrne T., Nixon E., Mayock P. et al. Free-time and Leisure needs of young people living in disadvantaged communities // Combat Poverty Agency. 2006. No. 1.
4. Caldwell L. L., Smith E. A. Leisure as a context for youth development and delinquency prevention // Australia and New Zealand Journal of Criminology. 2006. No. 39. P. 398–418.
5. Hutchinson S. L., Baldwin C. K., Oh S. S. Adolescent coping: Exploring adolescent's leisure – based response to stress // Leisure Science. 2006. Vol. 28, no. 2. P. 115–131.
6. Perkumiene D., Kleiniene D. The impact of culture center activities on the community leisure organization // 14th International Scientific Conference “Creating the Future Communication, Education, Business”. 2013. P. 110–117.
7. Grimley M. Digital leisure-time activities, cognition, leaning behavior and information literacy: What are children leaning? // E-learning and Digital Media. 2012. Vol. 9, no. 1. P. 13–28.
8. McGillivray D., McPherson G. Young people, digital media making and critical digital citizenship // Leisure Studies. 2015. Vol. 15, no. 6. P. 724–738.
9. Morimoto S. A., Friendland L. A. The lifeworld of youth in the information society // Youth and Society. 2015. Vol. 43, no. 2. P. 549–567.
10. Бестужев-Лада И. В. Вернуть молодежи ее естественное состояние // CREDO NEW. 2003. № 4. С. 2.
11. Тесленко А. Н. Культурная социализация молодежи: казахстанская модель : моногр. Саратов : Саратовский гос. технический ун-т, 2007. 369 с.
12. Гаркуша К. Г. Технологический подход организации молодежного досуга // Вестник Казахского национального университета. Серия: Педагогические науки. 2021. Т. 68, № 3. С. 164–175. <https://doi.org/10.26577/JES.2021.v68.i3.14>.
13. Липский И. А. Социальная педагогика. Методологический анализ. М. : Творч. Центр Сфера, 2004. 316 с.
14. Рожков М. И. Педагогическое обеспечение работы с молодежью. Юногика. М. : ВЛАДОС, 2008. 262 с.

References

1. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development. Experiments by Nature & Design. Harvard University Press; 1979. 219 p.
2. Berggs B. A., Elkins D. J. The Influence of Leisure Motivation on Leisure Satisfaction. *LABNet: The Cyber Journal of Applied Leisure and Recreation Research*. 2010;31(1):201–229.
3. Byrne T., Nixon E., Mayock P. et al. Free-time and Leisure needs of young people living in disadvantaged communities. *Combat Poverty Agency*. 2006;(1).
4. Caldwell L. L., Smith E. A. Leisure as a context for youth development and delinquency prevention. *Australia and New Zealand Journal of Criminology*. 2006;(39):398–418.
5. Hutchinson S. L., Baldwin C. K., Oh S. S. Adolescent coping: Exploring adolescent's leisure – based response to stress. *Leisure Science*. 2006;28(2):115–131.
6. Perkumiene D., Kleiniene D. The impact of culture center activities on the community leisure organization. In: *14th International Scientific Conference “Creating the Future Communication, Education, Business”*; 2013. p. 110–117.
7. Grimley M. Digital leisure-time activities, cognition, leaning behavior and information literacy: What are children leaning? *E-learning and Digital Media*. 2012;9(1):13–28.
8. McGillivray D., McPherson G. Young people, digital media making and critical digital citizenship. *Leisure Studies*. 2015;15(6):724–738.
9. Morimoto S. A., Friendland L. A. The lifeworld of youth in the information society. *Youth and Society*. 2015;43(2):549–567.
10. Bestuzhev-Lada I. V. Vernut molodezhi eyo estestvennoe sostoyanie. *CREDO NEW*. 2003;(4):2. (In Russ.).
11. Teslenko A. N. Kulturnaya sotsializatsiya molodezhi: kazakhstanskaya model: Monograph. Saratov: Saratovskiy gos. tekhnicheskij un-t; 2007. 369 p. (In Russ.).
12. Garkusha K. Technological approach in the organization of youth leisure activities. *Journal of Educational Sciences*. 2021;68(3):164–175. <https://doi.org/10.26577/JES.2021.v68.i3.14>. (In Russ.).
13. Lipskii I. A. Sotsialnaia pedagogika. Metodologicheskii analiz. Moscow: Tvorch. Tsentr Sfera; 2004. 316 p. (In Russ.).
14. Rozhkov M. I. Pedagogicheskoe obespechenie raboty s molodezhiu. Yunogika. Moscow: VLADOS; 2008. 262 p. (In Russ.).

15. Шмаков С. А. Игры учащихся – феномен культуры. М. : Новая шк., 1994. 238 с.
16. Тесленко А. Н. Дополнительное образование в системе молодежной работы: современные тренды и тенденции // Дополнительное образование – эффективная система развития способностей детей и воспитания социально ответственной личности : сб. науч. ст. междунар. науч.-практич. конф., 6–7 февраля 2020 г., г. Курск. Курск : ЗАО «Университетская книга», 2020. С. 71–78.
17. Тесленко А. Н. Хип-хоп культура как средство социокультурной анимации и молодежной работы // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2019. Т. 25, № 1. С. 39–45.
18. О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты Республики Казахстан по вопросам культуры, физической культуры и спорта : закон Республики Казахстан от 30.12.2020 № 395-VI. URL: https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=31707151 (дата обращения: 18.08.2024).
19. Платформа подушевого нормативного финансирования государственного спортивного и творческого заказов. URL: <https://artsport.edu.kz/ru> (дата обращения: 18.08.2024).
15. Shmakov S. A. Igry uchashchikhsia – fenomen kultury. Moscow: Novaia shk.; 1994. 238 p. (In Russ.).
16. Teslenko A. N. Dopolnitelnoe obrazovanie v sisteme molodezhnoi raboty: sovremennye trendy i tendentsii. In: *proceeding of the International scientific and practical conference “Dopolnitelnoe obrazovanie – effektivnaia sistema razvitiia sposobnostei detei i vospitaniia sotsialno otvetstvennoi lichnosti”*, February 6–7, 2020, Kursk. Kursk: ZAO “Universitetskaia kniga”; 2020. p. 71–78. (In Russ.).
17. Teslenko A. N. Khip-khop kultura kak sredstvo sotsiokulturnoi animatsii i molodezhnoi raboty. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika*. 2019;25(1):39–45. (In Russ.).
18. O vnesenii izmenenii i dopolnenii v nekotorye zakonodatelnye akty Respubliki Kazakhstan po voprosam kultury, fizicheskoi kultury i sporta: zakon Respubliki Kazakhstan ot 30.12.2020 No. 395-VI. URL: https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=31707151 (accessed: 18.08.2024). (In Russ.).
19. Platforma podushevogo normativnogo finansirovaniia gosudarstvennogo sportivnogo i tvorcheskogo zakazov. URL: <https://artsport.edu.kz/ru> (accessed: 18.08.2024). (In Russ.).

Информация об авторе

А. Н. Тесленко – профессор, доктор педагогических наук (РК), доктор социологических наук (РФ), директор.

About the author

A. N. Teslenko – Professor, Doctor of Sciences (Pedagogy) of the Republic of Kazakhstan, Doctor of Sciences (Sociology) of the Russian Federation, Director.

ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Научная статья

УДК 159.944:614.8

<https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-4>

Взаимосвязь личностных особенностей и эмоционального выгорания сотрудников МЧС в повседневных условиях профессиональной деятельности

Майя Эдуардовна Гузич^{1✉}, Ирина Петровна Грехова²

^{1,2} Сургутский государственный университет, Сургут, Россия

¹ gyzich@mail.ru ✉

² iri_gre@mail.ru

Аннотация. В статье проанализированы результаты исследования взаимосвязи типологических личностных особенностей сотрудников МЧС и отдельных признаков эмоционального выгорания. Актуальность рассматриваемой проблемы обусловлена комплексом социально-политических, правовых и экономических преобразований, происходящих в российском обществе, а они вызывают потребность в улучшении деятельности сотрудников силовых ведомств, обладающих высоким уровнем профессионализма, мотивацией к профессиональному росту, а также психологической устойчивостью.

Полученные результаты позволяют констатировать, что психологический механизм длительного воздействия стресса на организм сотрудников служебных органов в обычных условиях служебной деятельности представляет собой изменение личности, являющееся потенциальной причиной возникновения эмоционального выгорания и профессиональной деструкции.

Авторами сформулирована идея о необходимости организации целенаправленной работы по психологическому сопровождению деятельности сотрудников данных ведомств, направленному как на оказание экстренной психологической помощи, так и на профилактику состояния чрезмерного эмоционального напряжения в целях повышения эффективности деятельности.

Ключевые слова: силовые ведомства, служебная деятельность, экстремальные условия деятельности, стрессовое состояние, личностные черты, эмоциональное выгорание

Шифр специальности: 5.3.7. Возрастная психология.

Для цитирования: Гузич М. Э., Грехова И. П. Взаимосвязь личностных особенностей и эмоционального выгорания сотрудников МЧС в повседневных условиях профессиональной деятельности // Северный регион: наука, образование, культура. 2024. Т. 25, № 3. С. 41–50. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-4>.

Original article

Connection between personality traits and burnout of EMERCOM employees in everyday professional activities

Mayya E. Guzych^{1✉}, Irina P. Grekhova²

^{1,2} Surgut State University, Surgut, Russia

¹ gyzich@mail.ru ✉

² iri_gre@mail.ru

Abstract. The article analyzes the study results of the connection between typological personality traits of the EMERCOM of Russia employees and individual signs of emotional burnout. The relevance of the problem lies in a complex of social and political, legal and economic transformations taking place in the Russian society, which have determined the need to improve the performance of law enforcement officers with a high level of professionalism, motivation for professional growth, and psychological stability.

The results reveal that the psychological mechanism of the long-term impact of stress on the body of service employees under normal conditions of service activity is a change in personality, which is a potential cause for burnout and professional destruction.

The authors focus on the need to organize targeted work on psychological support of employees of these departments, aimed at both providing emergency psychological assistance and preventing a state of excessive emotional stress in order to improve the effectiveness of work.

Keywords: law enforcement agencies, official activities, extreme conditions, stressful state, personality traits, burnout

Code: 5.3.7. Developmental Psychology.

For citation: Guzich M. E., Grekhova I. P. Connection between personality traits and burnout of EMERCOM employees in everyday professional activities. *Severnny region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2024;25(3):41–50. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-4>.

ВВЕДЕНИЕ

Деятельность силовых ведомств неизменно находится в фокусе внимания не только различных ветвей власти и средств массовой информации, но и рядовых жителей. Подобный повышенный интерес объясняется тем, что именно сотрудники этих структур обеспечивают безопасность и суверенитет государства, защищают жизнь и законные интересы его граждан, первыми приходят на помощь в случае непредвиденных ситуаций. Неудивительно, что, по данным ВЦИОМа, «... граждане РФ хорошо информированы о работе существующих в России силовых ведомств» [1], а «... первые строчки в рейтинге эффективности занимают Минобороны и МЧС» [1]. В комментариях к полученным результатам Р. Ф. Туровский, вице-президент Центра политических технологий, отметил, что активнее всего россияне выражают свою поддержку тем силовым структурам, чья деятельность связана с отстаиванием национальных интересов Родины, а также с защитой от природных и техногенных катастроф и бедствий [1].

Решение этих благородных и чрезвычайно важных задач зачастую проходит в условиях, связанных с воздействием патогенных факторов различного происхождения, в результате чего у сотрудников данных ведомств может возникнуть стресс, под которым понимают «совокупность защитных физиологических реакций в организме человека и других животных в ответ на воздействие неблагоприятных факторов (стрессоров): холода, голода, психических и физических травм, облучения, загрязнения окружающей среды и т. п.» [2].

Как отмечают исследователи, «к наиболее мощным объективным стрессорам относятся: угроза собственной жизни, жизни товарищей по службе, некоторых категорий граждан (женщин, детей, стариков). Специфичным стрессогенным фактором для профессиональной деятельности сотрудников МЧС является режим тревожного ожидания при несении суточного боевого дежурства» [3]. Личностные особенности сотрудников (слабая нервная система, низкая эмоциональная устойчивость, неразвитость волевой сферы и т. п.) могут в некоторых обстоятельствах привести к тому, что стресс станет не мотиватором для мобилизации всех систем человека на преодоление возникших трудностей, а причиной серьезных расстройств. Эти расстройства могут иметь различный характер, но в любом случае они разрушительны для личности и, как следствие, потенциально опасны для общества. Так, в числе наиболее часто возникающих признаков длительного стресса называют раздражительность, чрезмерную возбудимость, агрессивность, апатию, чувство беспомощности и страха, потерю интереса к жизни, трудности концентрации внимания и т. д. [4, 5]. Закономерным следствием подобных личностных трансформаций являются возникновение напряжения в межличностных отношениях и сужение социальных контактов, и как результат – эмоциональное выгорание.

Нетрудно предположить, что наиболее серьезную опасность подобные нарушения представляют для тех людей, чья профессиональная деятельность проходит в экстре-

мальных условиях и сопряжена с постоянным риском и ответственностью за жизнь и здоровье как самих сотрудников, так и других людей. К таковым, в частности, относится деятельность Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России), в число основных функций которого входит организация работы «... по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций межрегионального и федерального характера, спасению людей при этих чрезвычайных ситуациях» [6], поэтому в МЧС, как и других силовых ведомствах, активно развивается психологическая служба, основная цель которой «заключается в психологическом обеспечении профессиональной деятельности сотрудников, несущих службу для сохранения безопасности общества» [7], при этом, как считает ведущий психолог Центра экстренной психологической помощи МЧС России С. Н. Савинков, «одним из условий для успешного функционирования психологических служб в силовых структурах является научно-обоснованная организация их деятельности» [7]. Таким образом, исследование личностных особенностей сотрудников МЧС и их взаимосвязи со стрессоустойчивостью и возникновением профессиональных деформаций представляет не только научный, но и практический интерес, поскольку способствуют сохранению психического здоровья сотрудников, работающих в экстремальных ситуациях.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Объектом исследования стали личностные особенности сотрудников служебной деятельности, предметом – взаимосвязь типологических личностных особенностей сотрудников служебных органов с отдельными признаками эмоционального выгорания.

Исследование проводилось с командой одной из служебных организаций города Ханты-Мансийска (естественная группа в количестве 22 чел.), возраст респондентов находится в диапазоне от 30 до 60 лет: 50 % респондентов – это молодые люди 30–40 лет;

36 % сотрудников – в возрасте от 40 до 50 лет; 14 % служащих имеют возрастной диапазон 50–60 лет.

Для достижения поставленной цели (изучение роли личностных факторов в возникновении феномена эмоционального выгорания у сотрудников служебных органов в повседневных условиях профессиональной деятельности) были использованы: методика Многофакторного исследования личности Р. Кеттелла (16 PF-опросник) [8], позволяющая получить разностороннюю информацию о личностных чертах (факторах), а также методика «Диагностика эмоционального выгорания личности» В. В. Бойко [9], выявляющая ведущие симптомы эмоционального выгорания и доминирующие фазы развития стресса.

Для классификации респондентов по важным критериям был осуществлен кластерный анализ; для проверки объективности полученных данных и установления статистических различий между группами был использован *U*-критерий Манна – Уитни; для изучения взаимосвязей между значениями переменных был выполнен факторный анализ.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Теоретическим анализом определено, что компонентами деятельности сотрудников служебной сферы, требующими психологического сопровождения в ходе реализации служебных задач, являются самостоятельность, уравновешенность, волевая регуляция, эмоциональная устойчивость, самоконтроль, коммуникация и пр. На первом этапе данного исследования была использована методика Р. Кеттелла (*Cattell R.*) [8], статобработка полученных результатов проводилась с помощью кластерного анализа, который показал, что при рассмотрении личностных особенностей сотрудников исследуемой служебной организации выделены два кластера (две сравнительно однородные группы): первый кластер – 14 респондентов, второй кластер – 8 испытуемых.

Результаты свидетельствовали, что представители первого кластера характеризуются конкретностью и некоторой ригидностью

мышления, им свойственны затруднения при решении абстрактных задач, но они достаточно успешны при решении задач практического плана. Испытуемым присущи практичность и реалистичность, склонность проявлять повышенную осторожность в нестандартной ситуации.

Показатели эмоционально-волевой сферы продемонстрировали, что респонденты, вошедшие в данный кластер, эмоционально устойчивы, трезво оценивают окружающую действительность, отличаются стабильными установками относительно норм и правил социальной жизни. Представители данного кластера требовательны к себе, склонны руководствоваться прежде всего чувством долга, настойчивы в решении служебных задач и полагаются на себя при их решении. Они обладают сильной волей, не терпят бессмысленности.

Значения, которые описывают коммуникативные свойства и особенности межличностного взаимодействия испытуемых первого кластера, характерны для людей подозрительных и осторожных, им свойственны малая коммуникабельность, избыточная требовательность в оценке других, они ощущают затруднения в установлении контактов. В общении с коллегами эти сотрудники часто бывают излишне прямолинейны; в своем поведении нередко проявляют агрессию, не всегда могут объективно анализировать мотивы партнера по общению.

Для типичных представителей второго кластера также характерна некоторая ригидность мышления. Они практичны, конвенциальны, консервативны, терпимы к традиционным трудностям.

Показатели эмоционально-волевой сферы указывали, что сотрудники служебной деятельности, объединенные во второй кластер, более чувствительны, эмоционально нестабильны, могут падать духом под влиянием внешних обстоятельств. Для них характерна эмоциональная дезорганизация, им свойственны перепады настроения, импульсивные поступки, а также переменчивость интересов. В поведенческом плане респонденты данной группы нередко проявляют каприз-

ность, требуют к себе повышенного внимания, часто просят о помощи; внутренне недисциплинированны и конфликтны.

Значения, характеризовавшие коммуникативные свойства испытуемых второго кластера, свидетельствовали, что его представители легко сходятся с людьми, склонны к авантюризму и проявлению лидерских качеств. Им присущи независимость, самостоятельность, находчивость; они стремятся к возможности иметь собственное мнение и ориентации на собственные решения. При этом данным респондентам не чужды хитрость и расчетливость: в случае возникновения ошибок они предпочитают возложить ответственность на окружающих.

Подводя итог данному этапу исследования, можно констатировать наличие у представителей двух выделенных кластеров определенных личностных особенностей, относящихся прежде всего к коммуникативной и эмоционально-волевой сфере, а именно:

1. Для представителей первого кластера характерно наличие психологических затруднений в коммуникативной сфере, что находит свое выражение в снижении роли межличностного взаимодействия: данные респонденты проявляют инициативу в общении только при необходимости отстоять собственные интересы или в случае отсутствия иных способов решения возникшей проблемы. Представители второго кластера общение рассматривают в первую очередь с точки зрения возможностей для самоутверждения, извлечения личной выгоды и демонстрации доминирующей позиции; они имеют достаточный опыт межличностного общения, но нередко их взаимоотношения носят поверхностный характер, используются лишь как средство для решения собственных задач и, как следствие, непродолжительны.

2. Особенности проявления эмоционально-волевой сферы также имеют амбивалентный характер, выражающийся в том, что для представителей первого кластера характерно соблюдение моральных норм и стандартов; стремление действовать с учетом последствий, которые могут наступить в результате их поступков. Они готовы преодолевать

внутреннее сопротивление и внешние препятствия, чтобы достичь поставленных целей, способны в критических ситуациях сохранять твердость духа и контролировать проявление эмоций. Представителям же второго кластера свойственна импульсивность, что свидетельствует о выраженной беспечности, граничащей с небрежностью; для них эмоции становятся основным средством управления поведением и выстраивания взаимоотношений с людьми.

Вместе с тем анализ, проведенный с помощью *U*-критерия Манна – Уитни, не выявил статистически значимых различий между двумя группами испытуемых (действующие сотрудники МЧС, представители первого и второго кластеров): $U_{\text{эмп.}} = 121,5$.

Как отмечалось ранее, деятельность сотрудников МЧС характеризуется высокой долей стрессогенности, поскольку каждое происшествие, на которое они в силу своих профессиональных обязанностей должны оперативно реагировать, впоследствии имеет

то или иное влияние на их физическое и психическое здоровье. В связи с этим для диагностики симптомов выгорания и фаз развития стресса использована методика «Диагностика эмоционального выгорания личности» В. В. Бойко [9]. В соответствии с этапами обработки результатов определен, во-первых, показатель выраженности каждого симптома, во-вторых, показатель сформированности фаз развития эмоционального выгорания.

Кластерный анализ индивидуальных показателей ведущих симптомов эмоционального выгорания сотрудников исследуемого отряда МЧС также выделил два кластера: в первый кластер вошло 14 респондентов, во второй – 8 испытуемых.

Полученные результаты (рис. 1) показали, что у респондентов первого кластера присутствовали три складывающихся симптома выгорания, у представителей второго кластера диагностировано пять складывающихся симптомов.

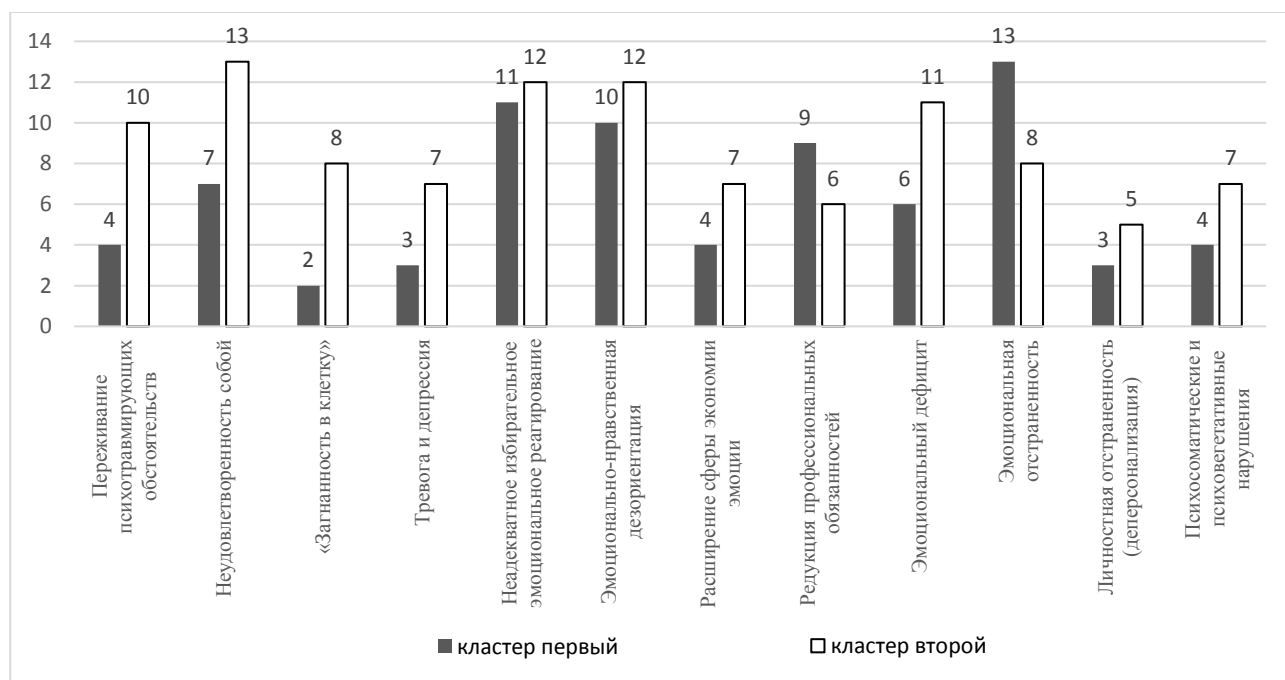


Рис. 1. Результаты диагностики эмоционального выгорания
 Примечание. Составлено авторами на основании проведенного исследования.

Доминирование складывающегося симптома эмоциональной отстраненности может подтверждать то, что респонденты первого класте-

ра пытаются контролировать свои эмоции и по возможности исключать их из сферы профессиональной деятельности. Однако,

как показывает практика, «реагирование без чувств и эмоций – наиболее яркий симптом “выгорания”. Он свидетельствует о профессиональной деформации личности и наносит ущерб субъекту общения» [10].

Ведущий симптом у респондентов второго кластера – неудовлетворенность собой, который может указывать не только на их недовольство собственными личностными качествами, но и на разочарование в выбранной сфере деятельности, негативное отношение к своим должностным обязанностям и пр., поскольку, как считает Ю. Г. Глинянников, «в сложившейся ситуации действует механизм “эмоционального переноса” – энергия эмоций направляется не столько вовне, сколько на себя» [10].

Складывающийся симптом эмоционального дефицита (рис. 1) показал, что для испытуемых 2-го кластера характерно отсутствие эмпатии; нормой поведения для них становятся дерзость, грубость и взвинченность, что проявляется не только в рабочей обстановке, но и за ее пределами. По мнению Ю. Г. Глинянникова, подобная симптоматика может сигнализировать о том, что «...к профессионалу приходит ощущение, что эмоционально он не может помочь своим клиентам, подопечным. Не в состоянии войти в их положение, соучаствовать и сопереживать. О том, что это не что иное, как эмоциональное выгорание, свидетельствует прошлое: раньше таких ощущений не было, и личность переживает их появление» [10].

Диагностированное у испытуемых второго кластера активное переживание психотравмирующих обстоятельств (рис. 1) может быть результатом осознания ими того факта, что профессиональная деятельность негативно влияет на их психическое здоровье, однако специфика их службы такова, что они ограничены в возможности скорректировать возникающие в процессе профессиональной деятельности психотравмирующие воздействия и тем более избежать их. Вследствие этого у сотрудника может накапливаться раздражение и отчаяние, а ощущение собственного бессилия способно привести к развитию и других симптомов «выгорания».

Доминирующим складывающимся симптомом, характерным для всех сотрудников МЧС исследуемой организации, являлся симптом неадекватного избирательного эмоционального реагирования, что указывает на развитие профессиональных искажений. Можно сказать, что в этом случае сотрудник жестко контролирует и чрезвычайно экономично дозирует проявление своих эмоций, пытаясь тем самым ограничить свою эмоциональную отдачу. Кроме того, для представителей обоих кластеров характерно формирование симптома эмоционально-нравственной дезориентации, что обычно является следствием не вполне корректного взаимодействия с коллегами и свидетельствует «как об отсутствии должного эмоционального отношения к субъекту своей деятельности, так и о дистанцировании нравственных чувств, об отсутствии безоценочного отношения к людям» [9].

Таким образом, для всех испытуемых в данном исследовании характерно снижение коммуникативных качеств и эмоционального тонуса, формирование особых, деструктивных взаимоотношений с окружающими людьми, что может демонстрировать формирование симптоматики синдрома эмоционального выгорания как неблагоприятной реакции на рабочий стресс.

Вместе с тем можно выделить и особенности, различающие представителей разных кластеров. Так, для испытуемых первого кластера не выявлена симптоматика неудовлетворенности собой: в отличие от своих коллег, респондентов второго кластера, они уверены, что им по силам влиять на психотравмирующие обстоятельства служебной деятельности. У представителей второго кластера не сформировался симптом эмоциональной отстраненности, в то время как для представителей 1-го кластера данный симптом являлся доминирующим.

Анализ сформированности фаз развития эмоционального выгорания свидетельствовал, что у испытуемых второго кластера (рис. 2) фаза напряжения имела показатели, стремившиеся к формированию данной фазы. По мнению В. В. Бойко, «нервное (тревожное)

напряжение является предвестником и запускающим механизмом выгорания» [9]. Такое состояние развивается из-за обстоятельств, способствующих возникновению нервного напряжения: например, ситуаций, когда про-

фессиональная деятельность не в полной мере соответствует имеющимся представлениям о ней, либо данная ситуация возникает в связи с отсутствием требуемых профессиональных навыков и пр.

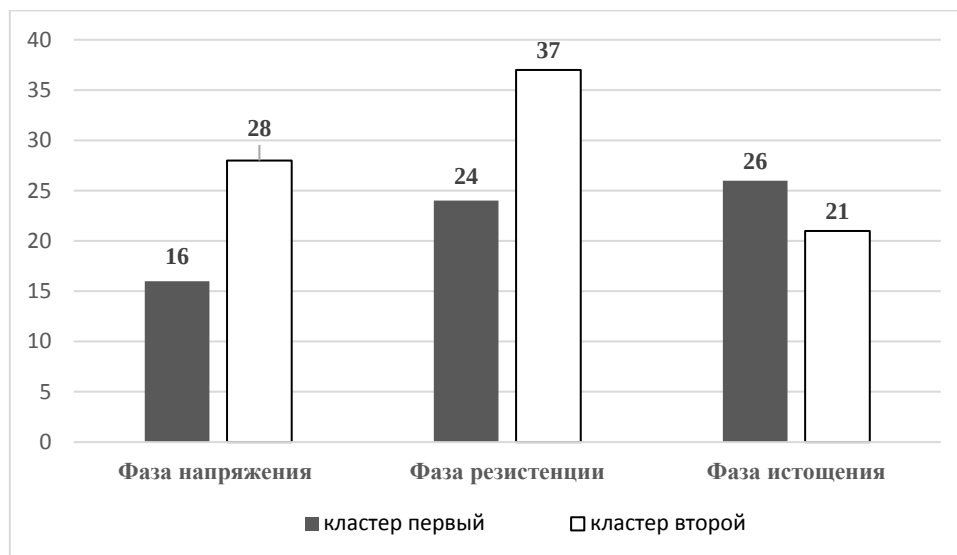


Рис. 2. Сформированность фаз развития эмоционального выгорания
Примечание. Составлено авторами на основании проведенного исследования.

Полученные значения суммарных показателей фазы резистенции указали на то, что данная фаза находилась в стадии формирования у представителей второго кластера и имела тенденцию к формированию у респондентов первого кластера. Результаты свидетельствовали о сопротивлении действующих сотрудников МЧС нарастающему стрессу, формировании у них защитных механизмов, стремлении к психологическому комфорту, желании снизить давление внешних обстоятельств служебной деятельности.

Суммарный показатель фазы истощения указывал на тенденцию к формированию данной фазы у действующих сотрудников МЧС Ханты-Мансийского автономного округа – Югры как первого, так и второго кластера, что находило свое выражение в падении общего энергетического тонуса и ослаблении нервной системы и проявлялось в бессоннице, физическом утомлении, слабости и пр. Кроме того, наблюдались и психологические симптомы: усиливалась тревожность, часто менялось настроение, возникали неконтролируемые эмоции; по-

явились зависимости (никотиновая, пищевая, алкогольная и др.).

Подводя итог эмпирической части работы, можно сделать вывод о том, что у 50 % респондентов первого кластера и 88 % респондентов второго кластера диагностированы признаки эмоционального выгорания, дисфункциональные результаты которого негативно сказывались как на реализации профессиональных обязанностей, так и на отношениях с коллегами.

Как уже отмечалось ранее, длительное воздействие стресса на организм человека в обычных условиях профессиональной деятельности может стать причиной изменения его личностных особенностей и профессиональной деформации. Для установления взаимосвязи типологических личностных особенностей сотрудников служебных органов с отдельными признаками эмоционального выгорания был выполнен факторный анализ полученного массива данных.

Результаты факторизации позволили сделать вывод о положительной корреляции между симптомом эмоционального выгора-

ния «Загнанность в клетку» и такими личностными качествами, как конформизм, высокая нормативность поведения и высокий уровень самоконтроля, а также между симптомом эмоционального выгорания «Тревога и депрессия» и подозрительностью. Возможно, это указывает на то, что чрезмерное следование за общественным мнением, неукоснительная ориентация на социальное одобрение и точность выполнения социальных требований, строгое соблюдение предписанных норм и правил поведения становятся потенциальной причиной ощущения безнадежности, тупика в интеллектуальном и эмоциональном плане (загнанности в клетку), а конкретность и некоторая ригидность мышления, его эмоциональная дезорганизация порождают ревность, завистливость, подозрительность и, как следствие, тревогу и депрессивное состояние.

Кроме того, полученные результаты свидетельствовали об отрицательной (обратной) корреляции между симптомом эмоционального выгорания «Загнанность в клетку» и таким личностным качеством, как замкнутость. Снижение общения с коллегами и близкими людьми, замкнутость, излишняя строгость в оценке людей, скептический настрой, холодность по отношению к окружающим, использованные как попытки установления «личных границ», способствуют возникновению обратного эффекта – эмоциональной и интеллектуальной безысходности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ теоретических подходов к психологическому сопровождению служебной деятельности показал, что в научной практике накоплен богатый опыт, нашедший свое выражение в многообразии научных подходов: биологическом, бихевиористическом, когнитивном, психоаналитическом, феноменологическом и пр. Несмотря на то, что в основе каждого подхода лежат свои специфические теоретические постулаты, все представители едины во мнении о том, что служебная деятельность – это сложный по своей структуре процесс, направленный на работу с людьми. К тому же в настоящее время термин «служ-

ба» имеет несколько значений: под службой подразумевается и самостоятельное ведомство, и ведомственное подразделение, и особый вид профессиональной деятельности. Субъекты службы занимают должности в конкретной социальной структуре, то есть имеют свой комплекс прав и обязанностей для осуществления функций, целей и задач отдельного элемента социума.

Анализируя психологические особенности профессиональной деятельности сотрудников служебной сферы, авторы статьи пришли к выводу о том, что внешние и внутренние факторы, характеризующие работу спасателя МЧС, являются потенциальными причинами возникновения стресса. При этом научно доказано, что постоянное воздействие стрессовых факторов на психическое и физическое состояние человека не может пройти бесследно. Длительное воздействие стресса на организм человека в обычных условиях профессиональной деятельности может стать причиной изменения его личностных особенностей и эмоционального состояния.

Результаты проведенной работы позволили сделать следующие выводы:

1. Психологический механизм возникновения посттравматического стрессового состояния у сотрудников служебных органов в обычных условиях служебной деятельности представляет собой изменение личности, а именно: снижение личностной роли в отношении сферы межличностного общения, эмоционально-волевой сферы, сферы функциональных характеристик поведения и самооценки.

2. Личностные изменения, возникшие в условиях служебной деятельности, находят свое выражение в недостаточном принятии себя, ревности и завистливости к успехам коллег, пассивности и подозрительности при выполнении служебных обязанностей, ригидности мышления, чрезмерной критичности к себе и событиям профессиональной деятельности, эмоциональной дезорганизации.

3. У сотрудников служебной деятельности диагностированы признаки эмоционального выгорания, дисфункциональные последствия

которого могут отрицательно сказываться на исполнении профессиональных обязанностей и психоэмоциональном состоянии сотрудников. Полученная симптоматика может свидетельствовать о наличии трех фаз развития стресса: напряжения, резистенции и истощения.

4. Установлена корреляционная связь между личностными особенностями сотрудников служебных органов и отдельными признаками эмоционального выгорания.

С уверенностью можно сказать, что для сохранения эмоционального и психического состояния сотрудников служебной деятельности, которые в силу экстремальных условий своей службы ежедневно подвержены воздействию стресса, необходимо психологическое сопровождение их деятельности, направленное как на оказание экстренной психологической помощи, так и на профилактику предупреждения состояния чрезмерной тревожности, эмоционального напряжения, усталости, повышения эффективности деятельности, улучшения самочувствия и настроения.

По мнению авторов статьи, заслуживает внимания тот факт, что в обоих случаях использования кластерного анализа в исследовании выделение двух кластеров по анализируемым психологическим переменным совпало с разделением по полу: первый кластер всегда состоял из мужчин, второй –

женщин. И если по личностным характеристикам статистически значимых различий выявлено не было, то по ведущим признакам эмоционального выгорания U -критерий Манна – Уитни выявил статистически значимые различия: $U_{\text{эмп.}} = 39,5$. Возможно, это объясняется тем, что личностные особенности, которые обеспечивают успешное выполнение должностных обязанностей в данном виде служебной деятельности, являются универсальными, и сотрудники обоих полов стараются активно культивировать у себя их развитие, чему способствуют и условия их профессиональной деятельности, и должностные инструкции. В тоже время способы эмоционального реагирования, особенно в стрессогенных ситуациях, менее подвержены сознательному контролю, и здесь обычно используются те паттерны поведения, которые сложились в процессе всего онтогенеза человека, а требования социума к поведению и эмоциональному реагированию мальчиков и девочек заметно различаются. Впрочем, анализ испытуемых по данному критерию не входил в цели работы, к тому же состав исследуемой естественной группы в силу своей малочисленности не предоставил возможности глубоко изучить этот вопрос, поэтому возможно обозначить его в качестве одной из задач дальнейших исследований.

Список источников

1. Россияне оценили работу силовиков. URL: <https://iz.ru/685351/angelina-galanina/rossiiane-otcenili-rabotu-silovikov> (дата обращения: 12.04.2024).
2. Термины МЧС России. URL: <https://mchs.gov.ru/ministerstvo/o-ministerstve/terminy-mchs-rossii/term/2093> (дата обращения: 12.04.2024).
3. Петрова Ю. В., Жигинас Н. В. Стресс и готовность к риску сотрудников МЧС // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2014. № 1. С. 52–55.
4. Стрельникова Ю. Ю. Типы психологических и соматических последствий, возникающих у сотрудников МЧС России в процессе профессиональной деятельности // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2016. Т. 9, № 1. С. 55–63.
5. Темур Г. М. Диагностика отдаленных последствий посттравматического стрессового расстройства // Научно-методический электрон-

References

1. Rossiiane otsenili rabotu silovikov. URL: <https://iz.ru/685351/angelina-galanina/rossiiane-otcenili-rabotu-silovikov> (accessed: 12.04.2024). (In Russ.).
2. Terminy MChS Rossii. URL: <https://mchs.gov.ru/ministerstvo/o-ministerstve/terminy-mchs-rossii/term/2093> (accessed: 12.04.2024). (In Russ.).
3. Petrova Y. V., Zhiginas N. V. Stress and the willingness to risk the rescuers. *Tomsk State Pedagogical University Bulletin*. 2014;(1):52–55. (In Russ.).
4. Strel'nikova Yu. Yu. The types of psychological and somatic consequences arising at the employees' of EMERCOM of Russia in process professional activity. *Bulletin of the South Ural State University. Ser. Psychology*. 2016;9(1):55–63. (In Russ.).
5. Temur G. M. Diagnostics of the long-term effects of post-traumatic stress disorder. *Scientific-methodological electronic journal "Koncept"*. 2018;(10). URL: <http://e-koncept.ru/2018/182031.htm> (accessed: 12.04.2024). (In Russ.).

- ный журнал «Концепт». 2018. № 10. URL: <http://e-koncept.ru/2018/182031.htm> (дата обращения: 12.04.2024).
6. МЧС России : офиц. сайт. URL: <https://mchs.gov.ru/> (дата обращения: 12.04.2024).
 7. Савинков С. Н. Психологическая служба в силовых структурах: история становления, развития и современные проблемы // Гаудеамус. 2021. Т. 20, № 2. С. 15–24.
 8. Капустина А. Н. Многофакторная личностная методика Р. Кеттелла. СПб. : Речь, 2001. 112 с.
 9. Бойко В. В. Синдром «Эмоционального выгорания» в профессиональном общении. СПб. : Сударыня, 2000. 28 с.
 10. Глинянников Ю. Г. Методика диагностики уровня «Эмоционального выгорания» В. В. Бойко. URL: <https://www.b17.ru/article/4338/> (дата обращения: 12.04.2024).
 6. MChS Rossii. URL: <https://mchs.gov.ru/> (accessed: 12.04.2024). (In Russ.).
 7. Savinkov S. N. Psychological service in law enforcement agencies: history of formation, development and current issues. *Psychological-Pedagogical Journal "Gaudeamus"*. 2021;20(2):15–24. (In Russ.).
 8. Kapustina A. N. Mnogofaktornaia lichnostnaia metodika R. Kettella. Saint Petersburg: Rech; 2001. 112 p. (In Russ.).
 9. Boiko V. V. Sindrom "Emotsionalnogo vygoraniia" v professionalnom obshchenii. Saint Petersburg: Sudyarnia; 2000. 28 p. (In Russ.).
 10. Gliniannikov Yu. G. Metodika diagnostiki urovnia "Emotsionalnogo vygoraniia" V. V. Boiko. URL: <https://www.b17.ru/article/4338/> (accessed: 12.04.2024). (In Russ.).

Информация об авторах

М. Э. Гузич – кандидат психологических наук, доцент.

И. П. Грехова – кандидат психологических наук, доцент.

About the authors

M. E. Guzich – Candidate of Sciences (Psychology), Associate Professor.

I. P. Grekhova – Candidate of Sciences (Psychology), Associate Professor.

Научная статья

УДК 316.624

<https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-5>

Взаимосвязь искаженного представления о себе и уровня созависимости в период молодости

Майя Владимировна Самойлова¹, Валерий Александрович Меренков²,
Василиса Вячеславовна Бицаева^{3✉}

^{1, 2, 3} Сургутский государственный университет, Сургут, Россия

¹ samoilova_mv@surgu.ru

² merenkov_va@surgu.ru

³ bitsaeva_vv@mail.ru ✉

Аннотация. В статье проанализированы взаимосвязи искаженного представления о себе, деструктивного отношения к себе, понятия «созависимость». Цель статьи заключается в определении степени влияния оценки отношения и представления о себе на выраженность созависимости. Полученные результаты исследования позволили установить позитивные тенденции коррекционного эффекта в рамках проектной формы деятельности с группой лиц, имевших созависимые тенденции в поведении. Статья предназначена для специалистов, работающих в области психического здоровья, практикующих специалистов, сотрудников реабилитационных центров, студентов психологических факультетов.

Ключевые слова: созависимость, автономность, отношение к себе, искаженное отношение к себе, деструктивное отношение к себе, проектная форма деятельности

Шифр специальности: 5.3.7. Возрастная психология.

Для цитирования: Самойлова М. В., Меренков В. А., Бицаева В. В. Взаимосвязь искаженного представления о себе и уровня созависимости в период молодости // Северный регион: наука, образование, культура. 2024. Т. 25, № 3. С. 51–58. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-5>.

Original article

Correlation between distorted self-image and level of codependency during youth

Mayya V. Samoylova¹, Valeriy A. Merenkov²,
Vasilisa V. Bitsaeva^{3✉}

^{1, 2, 3} Surgut State University, Surgut, Russia

¹ samoilova_mv@surgu.ru

² merenkov_va@surgu.ru

³ bitsaeva_vv@mail.ru ✉

Abstract. The article analyzes the connection between a distorted self-image, a destructive self-attitude, and the concept of “codependency”. The purpose of the article is to determine the influence degree of the assessment of attitudes and self-image on the severity of codependency. Positive trends in the correction effect were established through the results of the study, specifically within the framework of the project form of activity, with a group of people exhibiting codependent tendencies. The article is aimed at specialists in the field of mental health, practitioners, employees of rehabilitation centers, and students of psychological faculties.

Keywords: codependence, independence, self-attitude, distorted self-image, destructive self-attitude, project form of activity

Code: 5.3.7. Developmental Psychology.

For citation: Samoylova M. V., Merenkov V. A., Bitsaeva V. V. Correlation between distorted self-image and level of codependency during youth. *Severny region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2024;25(3):51–58. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-5>.

ВВЕДЕНИЕ

В последние годы феномен созависимости широко распространен в обществе. Созависимость стала излюбленной темой для обсуждения среди молодежи и зрелого населения, отражая стойкий интерес людей к вопросу отношений, семьи и любви. Повышенное внимание к теме созависимости вполне объяснимо ориентацией современного общества на познание себя как личности, повышение самоосознания, понимания отношений, закономерностей в поведении. Безусловно, в данном аспекте прослеживается положительная динамика, связанная с популяризацией психологии.

Созависимость понимается как неконструктивное взаимодействие двух лиц – партнеров, которое характеризуется разрушительностью, зависимостью друг от друга, «прилипчивостью», отсутствием самостоятельности, принуждением и манипулированием. В таких отношениях партнеры теряют себя, растворяются друг в друге и собственных переживаниях и, главное, тормозят личностное развитие каждого партнера. Подобные отношения считаются «нездоровыми», желательно закончить их как можно скорее [1–3]. Однако тема созависимости неоднозначна и многогранна.

Изучаемый феномен созависимости не имеет единого понимания, каждый исследователь толкует его по-своему, основываясь на собственном профессиональном взгляде и руководствуясь терминологией и методологией разделяемой концепции личности и подхода в психологии. Многообразие взглядов на феномен и большое количество его интерпретаций побудили авторов статьи исследовать тему детальнее, чтобы понять ее природу, проявления, механизм.

Вопрос об однозначности проявления созависимости в рамках интимно-личностных отношений сфокусировал внимание на изучении типа личности и психологических особенностей человека, находящегося в созависимых отношениях. Появилась гипотеза о первопрочине созависимости. Созависимость зарождается в определенных семей-

ных условиях: в дисфункциональной семье, где потребности ребенка не реализуются [1]. В связи с этим созависимость – набор личностных характеристик, личностная особенность, дезорганизованный тип личности, выстраивающий впоследствии созависимые отношения.

Созависимость, сформированная в семье, передается ребенку в виде поведенческих реакций и глубинных убеждений о мире и себе, закладывая основы его личности. Ребенок растет и развивается, взрослеет и строит свою семью, ненароком повторяя путь родителей и закладывая то, что от них получил, то есть становится эмоционально зависим от другого [2, 3]. На данном примере иллюстрируется механизм передачи такой структуры, как созависимость.

Проблема созависимости относится не только к отдельному индивиду, но и к обществу в целом. Созависимость, первоначально формируясь в условиях неблагоприятной среды и приобретая определенные поведенческие и духовно-смысловые аспекты, проникает в общество, создавая собой неблагоприятные условия развития и жизни для себя и других людей – социальные девиации. Такое влияние на жизнь человека вызывает дискомфорт, препятствует самореализации и получению удовольствия от жизни. На фоне сниженного психоэмоционального состояния возможно появление коморбидных расстройств и саморазрушающего поведения, проявляющегося в разных видах зависимости (химического и нехимического типа). Велика вероятность появления самоповреждающего и суицидального поведения. Такие поведенческие особенности несут вред для индивида и общества, демонстрируя негативное отношение к себе, общее психоэмоциональное истощение и неспособность эффективно реагировать на обстоятельства жизни, дезадаптивность [4].

В основе исследования лежит коррекционная работа с созависимыми личностями, которая базируется на качественной трансформации искаженного представления о себе в сторону позитивной тенденции, развитии

самоуважения и самоинтереса. Именно эти качества должны стать для личности опорными и ресурсными для дальнейших изменений [5].

Для реализации исследовательской и коррекционной задач выбран метод проектной формы обучения (ПФО) В. Б. Хозиева. Основу метода составил формирующий эксперимент Л. С. Выготского, в рамках которого возможно создать необходимые новообразования. В процессе проектной деятельности экспериментатор (ведущий) наблюдал за деятельностью участников здесь и сейчас, отслеживая проявления особенностей личности и свойств когнитивных процессов, созависимых черт и стиля коммуникаций, и взаимодействия. В то же время через выстроенный заранее сценарий в группе велась коррекционная работа, реализуемая в когнитивном, эмоциональном и поведенческом направлениях, сфокусированная на самопознании, исследовании собственных реакций, самораскрытии в безопасной и принимающей обстановке группы.

Цель исследования состояла в выявлении взаимосвязи оценки отношения к себе и уровня созависимости, объектом являлось созависимое поведение, предметом – взаимосвязь искаженного представления о себе и созависимости в партнерских отношениях.

Критерий отношения к себе отражен в отрицательных представлениях субъекта о самом себе и наличии негативного и искаженного «образа Я».

Созависимость выявлялась в таких аспектах, как направленность ориентировки в собственной личности (вовне, а не на себя), степень автономности (низкая; эмоциональная зависимость), обнаружение которых прогнозировалось у участников.

В ходе исследования предполагалось выявление корреляции между критериями созависимости и отношения к себе с помощью специально организованной деятельности, направленной на ориентировку в собственной личности и взаимодействие в группе, трансформация «образа Я» участников с негативного на позитивный и принимающий,

снижение уровня созависимости личности, увеличение степени автономности участников, эффективность предложенной авторами специально организованной деятельности в работе с созависимыми лицами в рамках коррекции представления о себе и отношения к себе, в результате чего характер взаимоотношений участников с окружающими предположительно должен измениться в сторону позитивной конструктивной тенденции.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Метод ПФО основан на нескольких методологических моделях, продолжающих наследие культурно-исторической концепции Л. С. Выготского. Это деятельностный подход А. Н. Леонтьева, метод планомерно-поэтапного формирования действия П. Я. Гальперина и теория развивающего обучения В. В. Давыдова.

Данный комплексный метод позволил рассмотреть деятельность человека здесь и сейчас, заметить и проанализировать поведенческие реакции, эмоции человека не только в рамках одной или нескольких встреч, но и в рамках сложившихся отношений между участниками и ведущим. Выстроив доверительные отношения с участником и создав безопасную атмосферу для самовыражения, исследователь может заметить, как участники раскрепощаются и переносят закрепившиеся модели поведения на других участников и ведущего.

Еще одно достоинство проектной формы деятельности заключается в групповой работе. Групповая работа стала для участников «психологическим полем», в котором становится возможным обсуждение собственных проблем и проблем участников. Такой «взаимообмен» позволил участникам заметить общность проблемы и разделить ее с другими, что помогло снизить уровень тревоги и укрепить чувство единения [6].

Для реализации корректирующего эффекта крайне важны тематика занятий и выстроенный сценарий работы. Коррекция в данном случае направлена на изменение искаженного представления о самом себе, что, по мне-

нию авторов статьи, является основой закрепления феномена созависимости в личности человека. Метод ПФО направлен на развертывание ориентировки в собственной личности, которое состоит в том, что человек посредством тематических встреч знакомится с собой, собственными переживаниями, проявлениями, поведенческими реакциями.

Групповая работа в рамках ПФО должна стать для участников местом исследования себя и развертывания ориентировки в собственной личности [7, 8].

С целью проверки намеченной гипотезы было проведено исследование, направленное на поиск корреляции, в котором приняли участие 6 женщин молодого возраста, имевших проблемы в отношениях и минимум средний уровень созависимости. Контрольные группы составили 6 женщин молодого возраста, не участвовавших в проекте, которые также имели уровень созависимости не ниже среднего.

В качестве диагностических инструментов использовались опросник для выявления уровня созависимости «Тест на созависимость» (Спанн – Фишер (*Spann L., Fischer J.*)), опросник уровня автономности – зависимости (методика «Автономность – зависимость», Г. С. Парыгин) и методика исследования самоотношения («Методика исследования самоотношения», С. Р. Пантеев) для выявления оценки представления о себе и отношения к себе.

В качестве психологического инструмента, способствовавшего преобразованию представления о себе и отношения к себе в позитивную сторону, исследователями использован метод проектной формы деятельности в рамках проекта «Карта Мира».

Метод ранговой корреляции Спирмена (*Spearman Ch.*) позволил определить тесноту (силу) и направление корреляционной связи между двумя признаками или двумя профилями (иерархиями) признаков.

В выборку вошли женщины от 20 лет, имевшие жалобы на отношения с противоположным полом, со средним и высоким уровнем созависимости (всего 12 чел.). Экс-

периментальная группа (6 чел.; ЭГ) – участники проектной групповой работы; контрольная группа (6 чел.; КГ) – участники исследования, не вовлеченные в проектную групповую работу.

Проектная групповая работа реализована в рамках 16 групповых встреч, разбитых на темы («Эмоции и чувства», «Телесность, границы, отношение к себе», «Коммуникация, родительская семья», «Целеполагание»).

Продукт проектной деятельности – рисунок «Карта Мира», иллюстрирующий то, как участник представляет себя. В ходе работы изображение дополнялось, преобразовалось под влиянием нового видения себя в процессе взаимодействия с другими.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Феномен созависимости имеет разрушительное влияние на личность и качество жизни человека. Целая личность характеризуется низким или средним уровнем созависимости, высоким уровнем автономности, высокими показателями критериев отношения к себе и другим, низким уровнем самообвинения, при этом сохраняя способность к децентрации и рефлексии. Одним словом, самодостаточная личность имеет конструктивное (позитивное) отношение к себе. Конструктивное отношение к себе понимается как «непосредственная представленность в сознании личностью собственных черт по отношению к мотивам, выражающим потребность в самореализации» [5, 9]. Таким образом, самоотношение – это целостная личностная система, которая обеспечивает переживание смысла «Я», определяемого, в конечном итоге, реальными жизненными отношениями субъекта [5, 9].

Настоящее исследование имело две контрольные точки – претест и посттест.

По результатам претеста в ЭГ было отмечено наличие низкого уровня созависимости всего в 33 % случаев. После проведения проекта в этой же группе показатели низкого уровня созависимости поднялись до 50 %. Снижение уровня созависимости в ЭГ представлено в диаграмме (рис. 1).

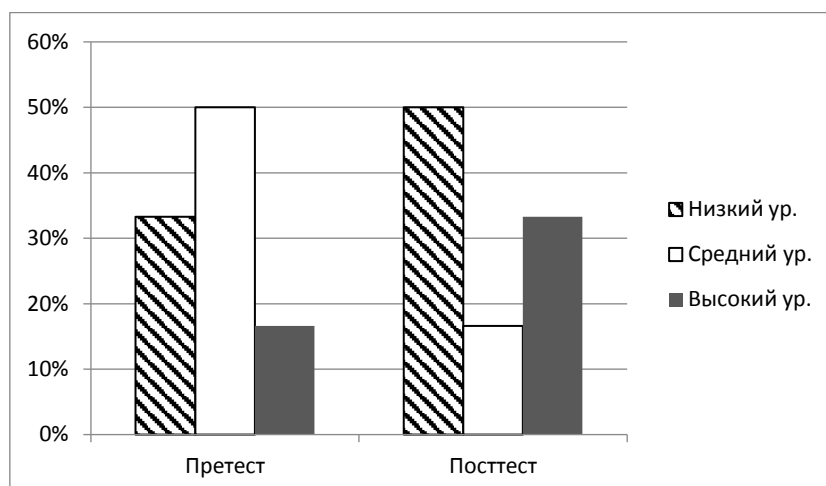


Рис. 1. Результаты выявления уровня созависимости респондентов ЭГ в пре- и посттесте, (в %)

Примечание. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

Наблюдается повышение по шкале «Высокий уровень созависимости». Данный факт можно объяснить изменением вектора созависимости одного из участников, который перешел из контрзависимой стратегии в созависимую.

Показатели КГ (66 % и 83 % соответственно) сосредоточены на высоком уровне созависимости (рис. 2).

Таким образом, зафиксированы произошедшие изменений только в ЭГ. Необходимо

отметить, что на этапе формирования терапевтической группы все 12 чел. с выраженной созависимостью были приглашены в терапевтическую проектную группу, однако участники КГ отказались от участия. Предположительно, разница между изначальным уровнем созависимости в группах объяснима спецификой степени самого феномена, оказывающего негативное, «парализующее» влияние на личность [4, 10].

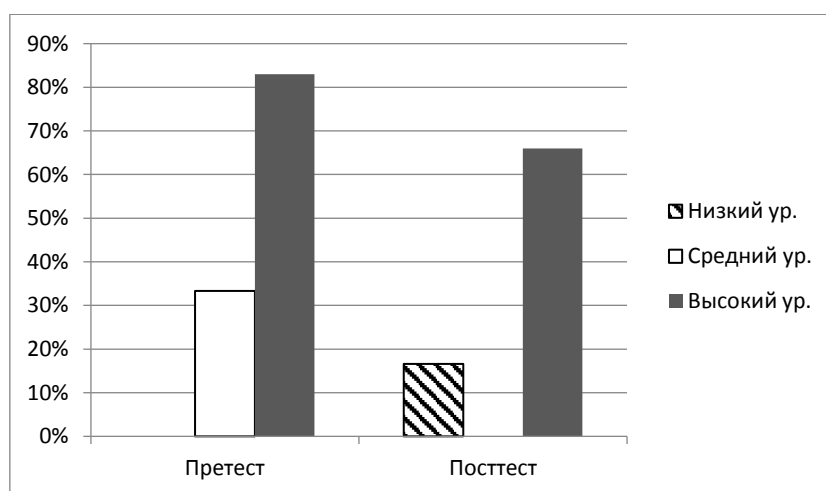


Рис. 2. Результаты уровня созависимости респондентов КГ в пре- и посттесте, (в %)

Примечание. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

В ЭГ выявлена тенденция к снижению эмоциональной зависимости и переходу в смешанную степень проявления данного критерия (50 % и 16,6 % соответственно).

Показатели эмоциональной зависимости участников КГ – без позитивных сдвигов, составили 50 % и 66,6 % соответственно (рис. 3).

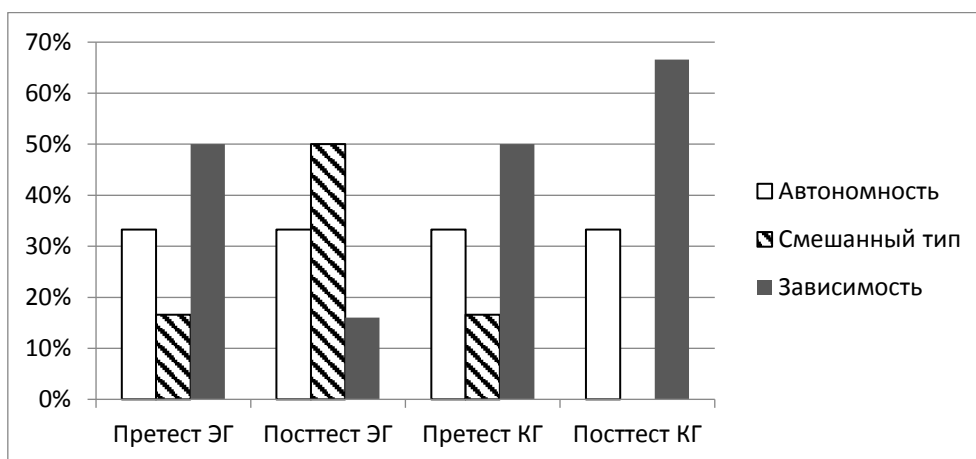


Рис. 3. Результаты выявления уровня автономности и зависимости респондентов ЭГ и КГ в пре- и посттесте, (в %)

Примечание. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

Критерий отношения к себе и представления о себе включает несколько подкритериев: самоуважение, самоуверенность и самопринятие (рассматривались в общем как критерий «самоотношение»), а также критерий самообвинения (рассматривался отдельно). Показатели ЭГ по критерию «Отношение к себе, представление о себе» повысились с 38,9 % до 50 %. Для участников характерны наличие дружественного принимающего отношения к себе и собственным проявлени-

ям, в том числе к ошибкам, неудачам и недостаткам, уважение к себе со стороны собственной личности, одобрение к собственным планам и желаниям.

При анализе результатов КГ зафиксировано снижение позитивных тенденций (от 22 % до 6 %) в сторону средних показателей (от 22 % до 72 %). Участники характеризовались средним уровнем принятия себя, уверенности и самоуважения (рис. 4).

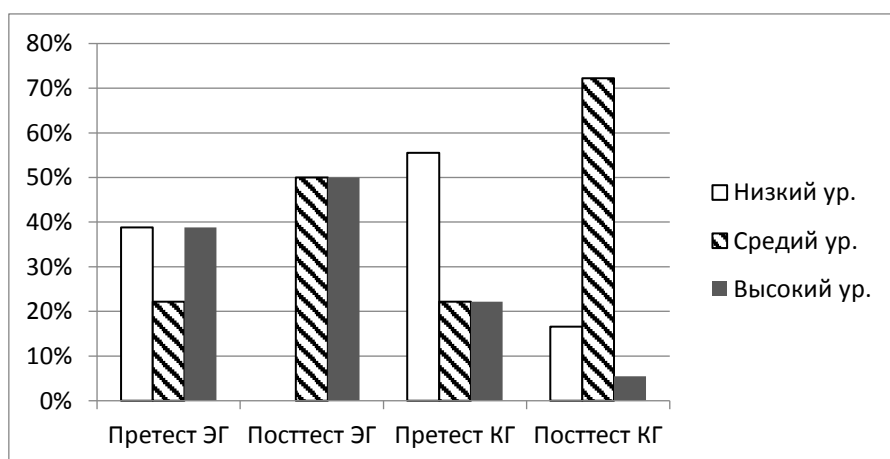


Рис. 4. Результаты выявления уровня отношения и представления о себе респондентов ЭГ и КГ в пре- и посттесте, (в %)

Примечание. Составлено автором на основании данных, полученных в исследовании.

Важно отметить снижение уровня самообвинения – с 16 % до 0 %. Данный факт может свидетельствовать об отсутствии негативных эмоций в собственный адрес,

наличии симпатии к себе, отсутствию чувства вины, являющегося ярким маркером созависимости [1–3].

Критерий самообвинения с высокого уровня спустился до среднего (83 % и 66 % соответственно). Однако это высокий уровень для данного специфического критерия. Такое соотношение проиллюстрировало де-

структивное отношение к себе, наличие стойкого ощущения вины, что оказывает неблагоприятное влияние на эмоционально-личностную и поведенческую сферы личности человека (рис. 5).

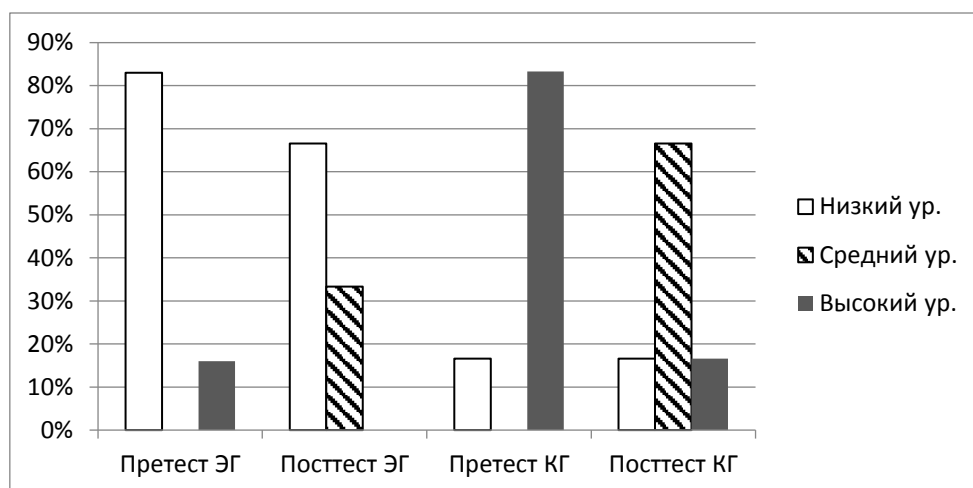


Рис. 5. Результаты выявления уровня самообвинения респондентов ЭГ и КГ в пре- и посттесте, (в %)

Примечание. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

С помощью критерия Спирмена определена статистически значимая взаимосвязь между критерием созависимости и критерием отношения к себе, равная $r_s = -0,757$ (при $p \leq 0,05$ или $0,01$). Характерна обратная взаимосвязь между критериями: повышение одного критерия и одномоментное понижение другого, и наоборот.

Отмечены позитивные тенденции при введении проектной формы деятельности в работу с созависимыми лицами. Данный факт доказал эффективность в коррекции созависимости и эмоциональной зависимости у лиц с созависимыми тенденциями. Посредством развертывания ориентировки человека в собственной личности становятся возможными коррекция созависимости и преобразование таких личностных изменений, как конструктивное отношение к себе и представление о себе.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ результатов исследования выявил обратную взаимосвязь уровня созависимости, показателей отношения к себе, представления о себе в экспериментальной группе при показателе критерия Спирмена $-0,757$ (при $p \leq 0,05$

или $0,01$), что свидетельствует о взаимовлиянии между повышением одного критерия и одномоментным понижением другого, и наоборот.

С помощью специально организованной деятельности, направленной на ориентировку в собственной личности, удалось снизить уровень созависимости, увеличить степень автономности и преобразовать искаженный «образ Я».

Предложенная специально организованная деятельность эффективна в работе с созависимыми лицами с целью коррекции уровня созависимых тенденций и искаженного представления о себе и отношения к себе лишь при условии участия в данном проекте и отсутствии вовлеченности в дополнительные проекты, личностные тренинги.

Сравнительная эффективность данного проекта и других программ коррекции не выявлена.

Участники, вошедшие в группу проектной формы деятельности, имели показатели созависимости и зависимости ниже по сравнению с участниками контрольной группы. Стоит отметить, что участники, составля-

шие контрольную группу, ранее были приглашены в проектную групповую работу, однако отказались от участия. Разница между исходными данными групп может быть объяснима спецификой степени самого феномена.

Ориентировка в собственной личности способствует снижению уровня созависимости, повышению автономности личности, а также позитивным изменениям показателей отношения к себе и представления о себе.

Список источников

1. Москаленко В. Д. Зависимость: семейная болезнь. 6-е изд. М. : ПЕР СЭ, 2011. 352 с.
2. Артемцева Н. Г. Феномен созависимости: психологический аспект : моногр. М. : МГУДТ, 2012. 222 с.
3. Емельянова Е. В. Кризис в созависимых отношениях. Принципы и алгоритмы консультирования. СПб. : Речь, 2014. 320 с.
4. Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Освобождение от созависимости / пер. с англ. А. Г. Чеславской. М. : Независимая фирма «Класс», 2002. 224 с.
5. Пантелеев С. Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. М. : Изд-во МГУ, 1991. 108 с.
6. Кочюнас Р. Психотерапевтические группы: теория и практика. М. : Академический проект, 2000. 238 с.
7. Хозиев В. Б. Опосредствование в становящейся деятельности. Сургут : Сургут. гос. ун-т : Дефис, 2000. 357 с.
8. Хозиев В. Б. Проектная форма обучения: основные понятия и психолого-педагогическое обеспечение // Вестник государственного университета «Дубна». Серия «Науки о человеке и обществе». 2018. № 4. С. 7–40.
9. Дробышевская Н. Ю. Понятие самоотношения в современной психологии // Исследования молодых ученых : материалы XXV Междунар. науч. конф., ноябрь 2021 г. г. Казань. Казань : Молодой ученый, 2021. С. 12–16.
10. Капитанаки В. Е., Гринева А. С. Особенности самоотношения женщин с созависимыми моделями поведения // Актуальные проблемы клинической психологии и практика их решения : материалы Всерос. науч.-практич. конф., 23–24 ноября 2023 г., г. Ростов-на-Дону. М. : ООО «Кредо», 2023. С. 160–166.

Информация об авторах

М. В. Самойлова – кандидат психологических наук, доцент, старший преподаватель.
В. А. Меренков – старший преподаватель.
В. В. Бицаева – студент.

References

1. Moskalenko V. D. Zavisimost: semeinaia bolezni. 6th ed. Moscow: PER SE; 2011. 352 p. (In Russ.).
2. Artemtseva N. G. Fenomen sozavisimosti: psikhologicheskii aspekt: Monograph. Moscow: MGUDT; 2012. 222 p. (In Russ.).
3. Emelianova E. V. Krizis v sozavisimyykh otnosheniakh. Printsipy i algoritmy konsultirovaniia. Saint Petersburg: Rech; 2014. 320 p. (In Russ.).
4. Weinhold B. K., Weinhold J. B. Breaking Free of the Co-Dependency Trap. A. G. Cheslavskaya (trans.). Moscow: Nezavisimaia firma "Klass"; 2002. 224 p. (In Russ.).
5. Panteleev S. R. Samootnoshenie kak emotsionalno-otsenochnaia sistema. Moscow: Izd-vo MGU; 1991. 108 p. (In Russ.).
6. Kochiunas R. Psikhoterapevticheskie gruppy: teoriia i praktika. Moscow: Akademicheskii proekt; 2000. 238 p. (In Russ.).
7. Khoziev V. B. Oposredstvovanie v stanoviasheisia deiatelnosti. Surgut: Surgut. gos. un-t: Defis; 2000. 357 p. (In Russ.).
8. Khoziev V. B. Project form of education: basic concepts and psycho-pedagogical support. *E-Journal of Dubna State University. A series of "Science of man and society"*. 2018;(4):7–40. (In Russ.).
9. Drobyshevskaya N. Yu. Poniatie samootnosheniia v sovremennoi psikhologii. In: *proceedings of the XXV International scientific conference "Issledovaniia molodykh uchenykh"*, November 2021, Kazan. Kazan: Molodoi uchenyi; 2021. p. 12–16. (In Russ.).
10. Kapitanaki V. E., Grineva A. S. Osobennosti samootnosheniia zhenshchin s sozavisimymi modeliami povedeniia. In: *proceeding of the All-Russian scientific and practical conference "Aktualnye problemy klinicheskoi psikhologii i praktika ikh resheniia"*, November 23–24, 2023, Rostov-na-Donu. Moscow: ООО "Kredo"; 2023. p. 160–166. (In Russ.).

About the authors

M. V. Samoilova – Candidate of Sciences (Psychology), Associate Professor, Senior Lecturer.
V. A. Merenkov – Senior Lecturer.
V. V. Bitsaeva – Student.

Научная статья
УДК 159.942
<https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-6>

Стрессоустойчивость и копинг-стратегии у студентов

Елена Сафиулловна Шамухаметова^{1✉}, Ольга Анатольевна Самылова²

¹ Сургутский государственный университет, Сургут, Россия

² Шадринский государственный педагогический университет, Шадринск, Россия

¹ shamukhametova_es@surgu.ru ✉, <https://orcid.org/0009-0007-9986-8000>

² olgas2770@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0003-1864-1466>

Аннотация. Современный рынок труда предъявляет к личности будущего специалиста особые требования: высокие волевые качества, способности преодолевать трудности в профессиональной деятельности, контролировать эмоции в стрессовых ситуациях. В статье раскрыты результаты исследования уровня стрессоустойчивости и способов совладающего поведения у студентов, зафиксирована корреляционная связь между ними. Авторами проанализированы теоретические подходы к понятиям стресса и стрессоустойчивости, совладающего поведения, изучены ведущие копинг-стратегии. В работе использованы психологические методы и методики, для проверки объективности данных применены методы математической статистики. Выявлены динамика изменения уровня стресса в учебный период, уровень стрессоустойчивости и ведущие копинг-стратегии студентов, корреляционная связь между показателями. Статья предназначена для педагогов высших учебных заведений и специалистов, интересующихся данной проблемой.

Ключевые слова: студент, юношеский возраст, стресс, стрессоустойчивость, копинг-стратегии, враждебность, агрессивность, цинизм

Шифр специальности: 5.3.7. Возрастная психология.

Для цитирования: Шамухаметова Е. С., Самылова О. А. Стрессоустойчивость и копинг-стратегии у студентов // Северный регион: наука, образование, культура. 2024. Т. 25, № 3. С. 59–67. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-6>.

Original article

Stress resistance and coping strategies in students

Elena S. Shamukhametova^{1✉}, Olga A. Samylova²

¹ Surgut State University, Surgut, Russia

² Shadrinsk State Pedagogical University, Shadrinsk, Russia

¹ shamukhametova_es@surgu.ru ✉, <https://orcid.org/0009-0007-9986-8000>

² olgas2770@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0003-1864-1466>

Abstract. Future specialists face special demands in the modern labor market, including high volitional qualities, the ability to overcome professional challenges, and emotional control in stressful situations. According to the article, a correlation was found between the level of stress resistance and the method of coping behavior in students. The authors analyzed theoretical approaches to the concepts of stress and stress resistance, coping behavior, and studied basic coping strategies. Psychological methods and techniques are employed in the work to verify the reliability of the data, along with the methods of mathematical statistics. The study revealed the dynamics of changes in the level of stress during the academic period, the level of stress resistance, and the primary coping strategies in students, as well as the correlation between the indicators. The article is intended for teachers of higher educational institutions and specialists interested in this problem.

Keywords: student, adolescence, stress, stress resistance, coping strategies, hostility, aggressiveness, cynicism

Code: 5.3.7. Developmental Psychology.

For citation: Shamukhametova E. S., Samylova O. A. Stress resistance and coping strategies in students. *Severnny region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2024;25(3):59–67. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-6>.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема стресса и стрессоустойчивости студентов является актуальной в области психологии и образования. Стресс оказывает негативное влияние на физическое и психологическое здоровье студентов, академическую успеваемость, социальное взаимодействие. Они могут испытывать трудности в общении с другими студентами, преподавателями или членами семьи, что может привести к конфликтам и проблемам в отношениях.

Термин «стресс» был введен физиологом Г. Селье (*Selye H.*) для обозначения неспецифической реакции организма на любое требование извне. В дальнейшем этот термин стал использоваться не только в физиологии, но и в других областях, в том числе и в психологии [1].

Изучению стресса посвящены работы многих авторов: Ю. А. Александровский, В. Д. Менделевич, Л. Г. Попова, О. И. Жданов, А. Б. Леонова, А. Н. Татарко и др. Они выделили отрицательное влияние стресса на физиологическую и психическую составляющие жизнедеятельности человека.

В современной науке для описания способности личности сохранять адекватность психического состояния и эффективность деятельности в сложных условиях исследователи применяют различные термины: «психическая устойчивость», «психологическая устойчивость», «стрессоустойчивость», «нервно-психическая устойчивость», «помехоустойчивость», «морально-психологическая устойчивость», «эмоционально-волевая устойчивость», «психофизиологическая устойчивость», «профессионально-психологическая устойчивость» и др.

Исследователи В. А. Бодров и А. А. Обознов под термином «стрессоустойчивость» понимают интегративное свойство человека, которое характеризуется необходимой степенью адаптации индивида к воздействию экстремальных факторов среды и профессиональной деятельности, детерминируется уровнем активации ресурсов организма и психики индивида, проявляется в показа-

телях его функционального состояния и работоспособности [2].

Благодаря развитой стрессоустойчивости человек способен осуществлять деятельность эффективно и с высокой продуктивностью, у него достаточно позитивно складываются взаимоотношения с окружающими людьми, он доброжелателен и спокоен в стрессовых ситуациях, несмотря на трудности, которые ему необходимо преодолевать.

Стрессоустойчивость – системная динамическая характеристика, определяющая способность человека противостоять стрессорному воздействию или совладать со многими стрессогенными ситуациями, активно преобразовывая их или приспособляясь к ним без ущерба для своего здоровья и качества выполняемой деятельности [3].

В данной работе учтено определение стрессоустойчивости, сформулированное Б. Б. Величковским, как умения преодолевать трудности, подавлять свои эмоции, проявляя выдержку и такт. Стрессоустойчивость представляется совокупностью личностных качеств, позволяющих человеку переносить значительные интеллектуальные, волевые и эмоциональные нагрузки, обусловленные особенностями профессиональной деятельности, без вредных последствий для деятельности, окружающих и своего здоровья [4].

Одним из интенсивных стрессовых факторов, воздействующих на молодых людей, является неудовлетворенность выбором профессии, которая может возникнуть: из-за несоответствия ожиданий и реальности относительно получаемой профессии (чаще всего на этапе поступления молодые люди недостаточно информированы о специфике профессии, ее перспективах и востребованности) [5]; привлекательности внешней стороны профессии, ее престижа, необычности, популярности; выбора под влиянием родителей и друзей; недооценки своих способностей, значительных при выборе профессии; неуверенности в себе. В результате данная профессия может не отвечать способностям и интересам и привести к разочарованию, эмоциональным переживаниям.

Неопределенность как черта возраста вызывает тревогу у молодых людей и влечет за собой стрессовые ситуации, связанные с самоопределением и способами социальной самореализации. Социальная ситуация развития юношеского возраста – это стрессогенный фактор. Проблема психофизиологического обеспечения стрессоустойчивости человека в повседневных и экстремальных условиях является актуальной на современном этапе развития общества.

Учебный стресс – это состояние, которое характеризуется высоким перенапряжением тела, снижением эмоционального и интеллектуального потенциала, что может привести к психосоматическим заболеваниям и остановке личностного роста студента [6].

Студенты, в особенности первокурсники, практически постоянно находятся под воздействием стрессовых факторов, испытывая стресс и напряжение. Важная причина учебного стресса сложность и интенсивность учебных нагрузок, а также адаптация к новым условиям. Экзаменационный стресс занимает одно из первых мест среди причин, которые вызывают психическое напряжение у студентов. Часто экзамен становится значительным психотравмирующим фактором.

Исследователь И. С. Кон полагал, что психическое и эмоциональное напряжение, которое отмечается в период юности, может стать причиной агрессивного и враждебного поведения [7]. Такое напряжение чаще всего испытывают те, для кого характерны высокие требования к результатам собственной деятельности, для чего необходим постоянный продолжительный самоконтроль в процессе учебной деятельности без возможности снятия напряжения. Совершенные ошибки, свойственные любой деятельности, воспринимаются как крах, и студенты в силу этого могут находиться в постоянном стрессе. Это может привести к повышению уровня стресса и возникновению негативных эмоциональных состояний, раздражительности и агрессии.

Неспособность к преодолению состояния стресса несет в себе опасность возникновения пограничных расстройств и патологических заболеваний, таких как неврозы [8]. Умение противостоять напряжению помогает студенту справиться с воздействующи-

ми на него стрессогенными факторами, приводит в психологическое равновесие.

Логическим продолжением изучения стресса и стрессоустойчивости является изучение процессов, направленных на преодоление стрессовых состояний – копинг-поведения. Копинг объединяет когнитивные, эмоциональные и поведенческие стратегии, которые используются, чтобы справиться с напряженными ситуациями. Психологическая значимость копинга заключается в том, чтобы эффективнее адаптировать человека к требованиям ситуации, позволяя ему смягчить или взять под контроль эти требования, избежать или привыкнуть к ним и таким образом погасить стрессовое воздействие.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

В работе использовались следующие методы исследования: теоретический анализ психологической и методической литературы, метод теоретических построений (выдвижение гипотезы, теоретических основ и исходных положений); эмпирические: психодиагностический метод, количественный и качественный анализ результатов исследования, метод математической статистики.

Диагностический инструментарий подбирался с учетом возрастных показателей, информативности и возможности группового проведения. Тест самооценки стрессоустойчивости, разработанный С. Коухеном, Г. Виллиансоном (*Cohen S., Williamson G.*), помог установить у испытуемых уровень стрессоустойчивости к различным факторам и событиям с помощью таблицы на основании количества баллов.

Применен тест на учебный стресс Ю. В. Щербатых с целью определения его основных причин, приемов снятия стресса, используемых студентами. Испытуемые ответили на семь вопросов разного содержания. В первом, третьем и пятом вопросах оценивались собственные ответы по десятибалльной шкале, где 1 балл – минимум, 10 баллов – максимум. Второй, четвертый и шестой вопросы предполагали выбор подходящего ответа. На седьмой вопрос испытуемые дали свои варианты ответов. Тест оценивался по заданным в методике показателям.

Тест «Диагностика враждебности» (по шкале Кука – Медлей) проводился для выявления взаимосвязи уровня стрессоустойчивости и враждебного агрессивного поведения.

Методика «Копинг-тест» Р. Лазаруса (Lazarus R.) и С. Фолкмана (Folkman S.) предназначена для определения копинг-стратегий, используемых студентами в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах. К рассмотрению предлагалось 50 утверждений, касающихся поведения в трудной жизненной ситуации. Каждый испытуемый оценивал, как часто проявляются у него данные варианты поведения.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Среди студентов юношеского возраста организовано опытно-экспериментальное исследование с целью выявления уровня стрессоустойчивости, способов совладающего поведения (копинг-стратегий), а также связи между показателями стрессоустойчивости и враждебности, агрессивности, цинизма, характерных при стрессе.

На основании цели и задач исследовательской работы проведено диагностическое обследование 36 чел., студентов 1-го и 5-го курсов обучения.

Первоначально проведен тест самооценки стрессоустойчивости, разработанный С. Коухеном, Г. Виллиансоном. Испытуемым необходимо было ответить на все вопросы, даже если утверждение не относилось к ним. Выставлены оценки: «никогда» – 0, «почти никогда» – 1, «иногда» – 2, «довольно часто» – 3, «очень часто» – 4. Обработка данных осуществлялась путем подсчета суммы баллов, соотношения результата с информацией специальной таблицы.

Анализ результатов до периода сессии определил у испытуемых обеих групп удовлетворительный уровень стрессоустойчивости. Данные примененной в период сессии методики показали заметные изменения уровня стрессоустойчивости у обеих групп студентов. Графическое отображение результатов представлено на рис. 1, 2.

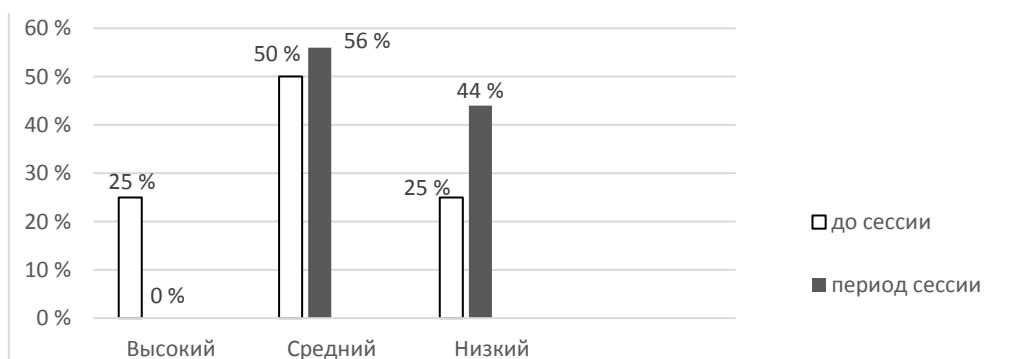


Рис. 1. Распределение испытуемых 1-го курса по уровню стрессоустойчивости
Примечание. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

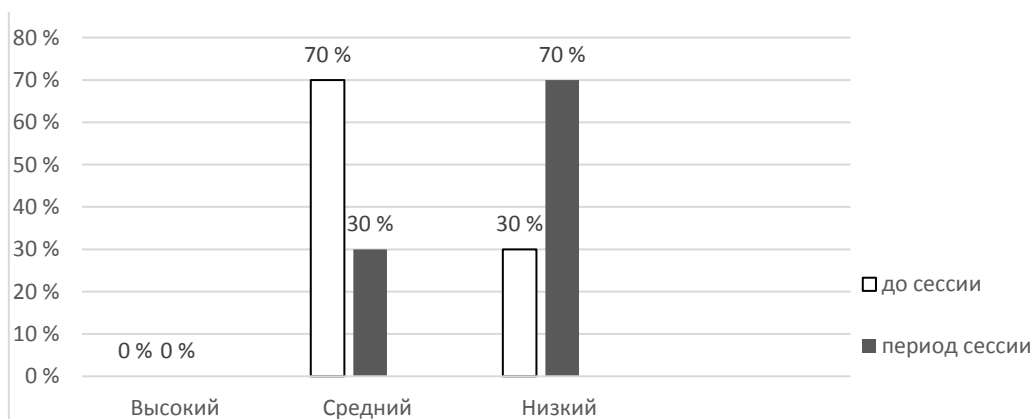


Рис. 2. Распределение испытуемых 5-го курса по уровню стрессоустойчивости
Примечание. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

Изменение уровня постоянного стресса 1-го курса обучения продемонстрировано за последние три месяца учебы у студентов на рис. 3.

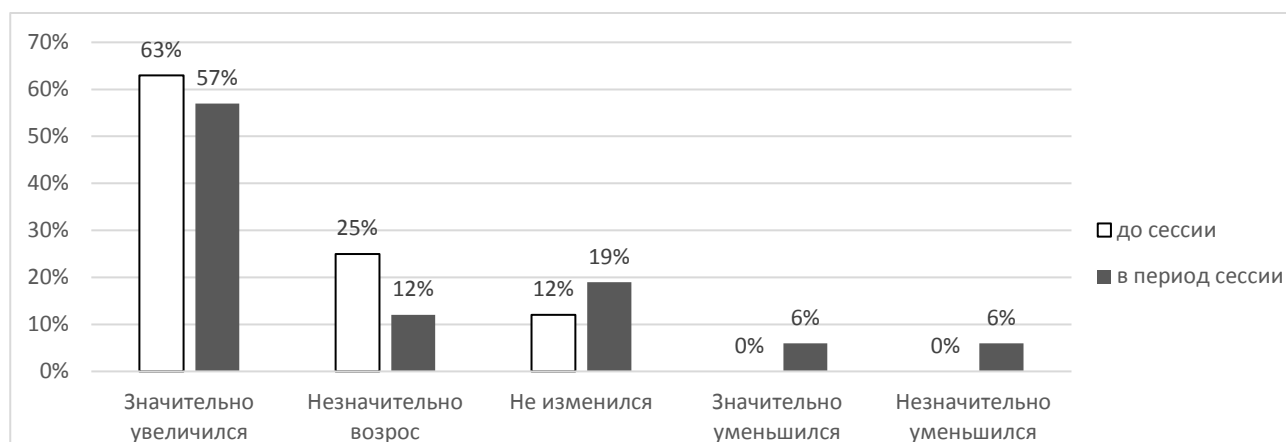


Рис. 3. Распределение испытуемых 1-го курса в зависимости от изменения уровня стресса

Примечание. Составлено автором на основании данных, полученных в исследовании.

На рис. 3 показано, что в обычной учебной деятельности 63 % первокурсников отметили значительное увеличение уровня постоянного стресса.

Результаты исследования изменения уровня стресса у испытуемых 5-го курса представлены на рис. 4.

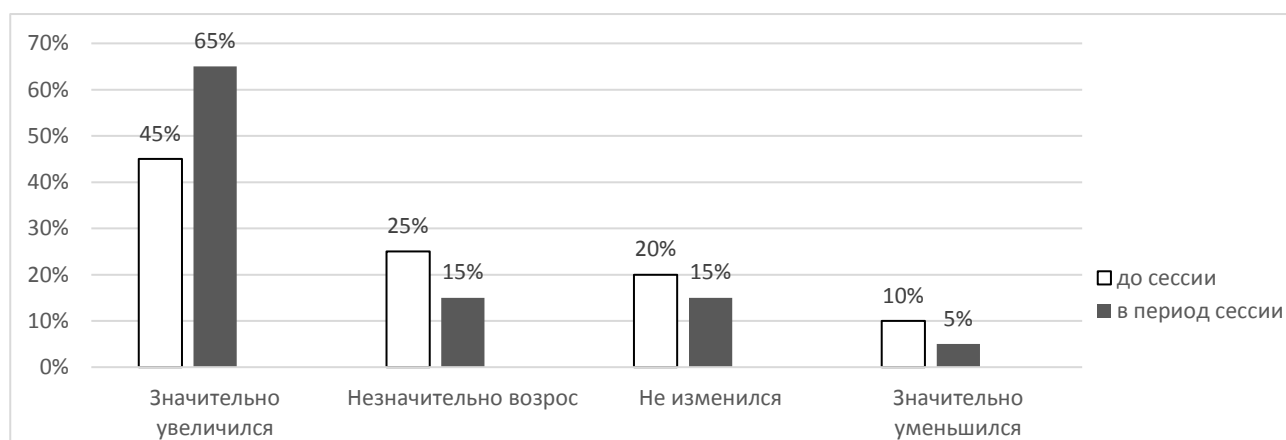


Рис. 4. Распределение испытуемых 5-го курса в зависимости от изменения уровня стресса

Примечание. Составлено автором на основании данных, полученных в исследовании.

В обычной учебной деятельности 45 % пятикурсников отметили значительное увеличение уровня постоянного стресса, у 20 % студентов уровень не изменился, 25 % опрошенных отметили, что уровень возрос незначительно, 10 % пятикурсников – стресс значительно уменьшился. В период экзаменационной сессии 65 % студентов зафиксировали, что стресс значительно увеличился, 15 % опрошенных – незначительно возрос,

также у 15 % пятикурсников – не изменился, у 5 % студентов наблюдалось значительное уменьшение уровня стресса.

Результаты исследования показали, что учебный стресс у студентов обеих групп проявляется на психологическом уровне. В период обычной учебной деятельности первокурсникам свойственны такие признаки стресса, как плохое настроение, утомляемость и негативные эмоциональные состояния, возможна

депрессия, присущи низкая работоспособность, нежелание продуктивной деятельности. Аналогичные показатели отмечены и в сессионный период, в комплексе с нарушением сна и ощущением недостатка времени на подготовку к зачетам и экзаменам.

Студентам 5-го курса в повседневной учебной деятельности характерно наличие страхов и тревожности, повышенной утомляемости, снижение работоспособности как в учебной, так и во внеучебной деятельности, а также неуверенность в завтрашнем дне. Во время сессии данные показатели дополнены тем, что студенты не могли концентрировать внимание на поставленных задачах при подготовке к сессии.

Следующим шагом было выявление основных причин учебного стресса с помощью теста Ю. В. Щербатых. Анализ полученных результатов подтвердил, что в целом факторы учебного стресса как до, так и после сессии у студентов обеих групп остались неизменными. Главной причиной возникновения учебного стресса у студентов 1-го курса является большая учебная нагрузка. Это может быть связано с тем, что студенты еще не привыкли к учебе в вузе, требующей новой и более сложной формы умственной деятельности. Пятикурсники видят главную причину учебного стресса в страхе перед будущим. Это может свидетельствовать о том, что студенты, находясь на последнем этапе обучения, переживают состояние тревоги в отношении неизвестности дальнейших событий жизни, боязни не реализоваться в профессиональной деятельности, неуверенности в своих способностях.

Для исследования корреляционных связей между уровнем стрессоустойчивости и учебной стрессовой ситуацией применен метод математической статистики, коэффициент корреляции Пирсона, позволивший установить связи между компонентами. Выявлена взаимосвязь между уровнем стрессоустойчивости и учебной стрессовой ситуацией: чем ближе сессионный период, тем заметнее снижались показатели уровня стрессоустойчивости. У студентов 1-го курса сохранен удовлетворительный уровень стрессоустой-

чивости, что говорит о сопротивляемости первокурсников трудным событиям, которые нарушают привычную деятельность. Это может свидетельствовать о хорошей адаптации студентов к условиям учебной деятельности в вузе: приспособление к новым формам преподавания, режиму труда и отдыха, самостоятельному образу жизни.

При изучении корреляционных связей между уровнем стрессоустойчивости и учебной стрессовой ситуацией у студентов 5-го курса также обнаружена статистическая значимость между уровнем стрессоустойчивости и сессионным периодом при $p \leq 0,01$. В период экзаменов у пятикурсников значительно снижены показатели уровня стрессоустойчивости до низкого. Такой результат может быть связан с тем, что кроме экзаменов они проходили практику и готовились к защите диплома. Обучаясь на последнем курсе, студенты чаще оказываются в стрессовых ситуациях, находясь на пороге серьезной профессиональной деятельности, поэтому испытывают состояние тревоги в отношении неизвестности дальнейших событий жизни, боязни не реализоваться в профессии, неуверенности в своих способностях. Экспериментально зафиксировано, чем ближе сессионный период, тем заметнее снижение показателей уровня стрессоустойчивости.

Для диагностики склонности к враждебному и неявному агрессивному поведению, которое может проявляться при снижении уровня стрессоустойчивости, авторами статьи проведен тест «Диагностика враждебности» (по шкале Кука – Медлей). Результаты диагностики враждебности у студентов 1-го и 5-го курсов подтвердили, что высокий и низкий показатели шкал враждебности, агрессивности и цинизма в данной выборке не наблюдались.

Можно заключить, что основной процент выборки студентов 1-го курса продемонстрировал средний уровень с тенденцией к высокому: по шкале враждебности – 78 %, по шкале цинизма – 78 %, по шкале агрессивности – 62 %. Средний уровень с тенденцией к низкому: шкала враждебности – 22 %, шкала цинизма – 22 %, шкала агрессивности – 22 %.

сти – 38 %. Цинизм в поведении выражен через недоверие, скептицизм и критическое отношение к ценностям, убеждениям и мотивам других людей. Показатель «78 %» по шкале враждебности может говорить об определенной осторожности, недоверчивости в поведении; 62 % по шкале агрессивности о проявлении раздражительности и злости, может наблюдаться отстаивание своих интересов с притеснением ценностей и интересов других людей.

Студентам 5-го курса свойственен средний уровень с тенденцией к высокому: по шкале враждебности – 50 %, по шкале цинизма – 58 %, по шкале агрессивности – 58 %; средний уровень с тенденцией к низкому: шкала враждебности – 50 %, шкала цинизма – 42 %, шкала агрессивности – 42 %. Высокий и низкий показатели также не наблюдались. Подробные данные по шкалам представлены в таблице.

Таблица

Курс обучения	Шкалы, выраженность в %			Шкалы, выраженность в %		
	средний уровень с тенденцией к высокому			средний уровень с тенденцией к низкому		
	враждебность	цинизм	агрессивность	враждебность	цинизм	агрессивность
1	78	78	62	22	22	38
5	50	58	58	50	42	42

Примечание. Составлено автором на основании данных, полученных в исследовании.

Из таблицы видно, что у студентов 1-го курса выше показатели по шкалам среднего уровня с тенденцией к высокому, в отличие от показателей у студентов 5-го курса.

Авторами статьи изначально выдвинута гипотеза о том, что показатели шкал враждебности коррелируют с уровнем стрессоустойчивости: чем ниже уровень стрессоустойчивости, тем выше показатели шкал враждебности. Анализ корреляционного исследования в группе 1-го курса показал отрицательную корреляцию между уровнем стрессоустойчивости и шкалами враждебности ($-0,832$), цинизма ($-0,832$), агрессивности ($-0,849$).

В группе 5-го курса также установлена отрицательная корреляционная связь: враждебность ($-0,845$), цинизм ($-0,714$), агрессивность ($-0,714$). Таким образом, студенты, тяжело справляющиеся со стрессом, в меньшей степени контролируют свое поведение, из-за чего происходит выход отрицательных эмоций, с чем и связаны враждебность, агрессивность и цинизм.

Определены используемые студентами копинг-стратегии в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах с помощью методики «Копинг-тест» (Р. Лазарус, С. Фолкман).

Анализ полученных результатов показал, что у студентов 1-го курса доминирующими

копинг-стратегиями являются: «бегство – избегание» – 61 % и «положительная переоценка» – 22 %. Лишь небольшой процент испытуемых применяют стратегии «самоконтроль» и «планирование решения проблемы» (12 % и 5 % соответственно). Большой процент студентов, обучающихся на 1-м курсе, чаще избегают ответственности, в стрессовой ситуации могут игнорировать или отрицать проблему с целью ослабить эмоциональный дискомфорт. Стратегия «положительная переоценка» предполагает попытку переосмыслить проблему в позитивную сторону, рассматривать ситуацию как стимул для саморазвития, полезный опыт.

У студентов 5-го курса одной из доминирующих стратегий также является «бегство – избегание» – 34 % и «самоконтроль» – 50 %, «поиск социальной поддержки» и «планирование решения проблемы» применяют по 8 % испытуемых. Стратегия «самоконтроль» предполагает целенаправленное подавление эмоций для снижения их влияния на оценку ситуации. Для студентов характерно стремление к самообладанию в стрессовой ситуации. Вместе с тем могут наблюдаться и трудности выражения переживаний, излишняя требовательность к себе, что приводит к уязвимости и сверхчувствительности.

Анализ в группе 1-го курса показал, что установлена отрицательная корреляционная связь между уровнем стрессоустойчивости и стратегиями «бегство – избегание» ($-0,885$), «положительная переоценка» ($-0,832$). В группе 5-го курса наблюдается отрицательная связь в стратегии «бегство – избегание» ($-0,845$), прямая связь между уровнем стрессоустойчивости и стратегией «самоконтроль» ($1,000$). Студенты обеих групп с низким уровнем стрессоустойчивости подвержены уклонению от напряженных ситуаций, отрицанию проблемы. Это дает краткосрочный эффект по снижению эмоционального дискомфорта и может привести к постепенному накоплению проблем и невозможности их разрешения.

Таким образом, математико-статистический анализ показал, что уровень стрессоустойчивости связан с выбором копинг-стратегий. Чем выше показатели стрессоустойчивости, тем меньше вероятность выбора студентами неконструктивных копинг-механизмов, и наоборот.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Доказано, что есть определенные различия в оценке уровня стрессоустойчивости в группах 1-го и 5-го курсов: самооценка стрессоустойчивости первокурсников соответствует низкому уровню, у студентов 5-го курса – среднему. Можно предположить, что такой результат связан с адаптационным периодом, трудностями в приспособлении к новой системе обучения, изменению учебного режима, вхождением в новый коллектив. Средний уровень стрессоустойчивости у студентов 5-го курса свидетельствует

об уверенности в своих силах, адекватной оценке своих возможностей и благополучном преодолении стрессовых воздействий.

Основной процент выборки студентов 1-го и 5-го курсов в диагностике враждебного поведения приходится на средний уровень с тенденцией к высокому и низкому. Высокий и низкий показатели не наблюдались. Надо отметить, что у студентов 1-го курса выше показатели по шкалам среднего уровня с тенденцией к высокому, в отличие от показателей у студентов 5-го курса.

Анализ показал отрицательную корреляцию между уровнем стрессоустойчивости и шкалами враждебности, цинизма, агрессивности; корреляция значима на уровне $0,01$: чем ниже уровень стрессоустойчивости, тем выше показатели шкал враждебности. Студенты, тяжело справляющиеся со стрессом, в меньшей степени контролируют свое поведение, из-за чего происходит выход отрицательных эмоций, где выявляется враждебность, агрессивность и цинизм.

Корреляционный анализ с использованием коэффициента Пирсона позволил установить связь между уровнем стрессоустойчивости и выбором копинг-стратегий: студенты с низким уровнем стрессоустойчивости подвержены уклонению от напряженных ситуаций, отрицанию проблемы, что дает краткосрочный эффект по снижению эмоционального дискомфорта, что далее приводит к постепенному накоплению проблем и невозможности их разрешения. Также наблюдались попытки разрешения трудностей за счет привлечения социальных ресурсов, поиска эмоциональной поддержки и совета от близких людей.

Список источников

1. Реан А. А., Кудашев А. Р., Баранов А. А. Психология адаптации личности: анализ, теория, практика. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. 479 с.
2. Бодров В. А., Обознов А. А. Система психической регуляции стрессоустойчивости человека-оператора // Психологический журнал. 2000. Т. 21, № 4. С. 32–40.
3. Андреева А. А. Стрессоустойчивость как фактор развития позитивного отношения к учебной деятельности у студентов: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Тамбов, 2009. 26 с.

References

1. Rean A. A., Kudashev A. R., Baranov A. A. Psikhologiya adaptatsii lichnosti: analiz, teoriia, praktika. Saint Petersburg: Praim-EVROZNAK; 2006. 479 p. (In Russ.).
2. Bodrov V. A., Oboznov A. A. Sistema psikhicheskoi regulatsii stressoustoichivosti cheloveka-operatora. *Psikhologicheskii zhurnal*. 2000;21(4):32–40. (In Russ.).
3. Andreeva A. A. Stressoustoichivost kak faktor razvitiia pozitivnogo otnosheniia k uchebnoi deiatelnosti u studentov: Extended abstract of Cand. Sci. (Psychology). Tambov; 2009. 26 p. (In Russ.).

4. Величковский Б. Б. Многомерная оценка индивидуальной устойчивости к стрессу : автореф. дис. ... канд. психол. наук. М. : Академический проект, 2007. 28 с.
5. Столяренко Л. Д., Столяренко В. Е. Основы психологии и педагогики. 4-е изд., перераб. и доп. М. : Юрайт, 2024. 134 с.
6. Селье Г. Стресс без диастресса / общ. ред. Е. М. Крепса. М. : Прогресс, 1982. 124 с.
7. Кон И. С. Психология ранней юности. М. : Просвещение, 1989. 254 с.
8. Питкевич М. Ю. Способы оценки и повышения уровня стрессоустойчивости // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Экология и безопасность жизнедеятельности. 2013. № 55. С. 47–52.
4. Velichkovskii B. B. Mnogomernaia otsenka individualnoi ustoichivosti k stressu: Extended abstract of Cand. Sci. (Psychology). Moscow: Akademicheskii proekt; 2007. 28 p. (In Russ.).
5. Stolyarenko L. D., Stolyarenko V. E. Osnovy psikhologii i pedagogiki. 4th ed., revised. Moscow: Yurait; 2024. 134 p. (In Russ.).
6. Sele G. Stress bez diastressa. E. M. Kreps (Ed.). Moscow: Progress; 1982. 124 p. (In Russ.).
7. Kon I. S. Psikhologiya rannei yunosti. Moscow: Prosveshchenie; 1989. 254 p. (In Russ.).
8. Pitkevich M. Yu. Ways of the assessment and increase of stress resistance level. *RUDN Journal of Ecology and Life Safety*. 2013;(55):47–52. (In Russ.).

Информация об авторах

Е. С. Шамухаметова – кандидат психологических наук, доцент.

О. А. Самылова – кандидат психологических наук, доцент.

About the authors

E. S. Shamukhametova – Candidate of Sciences (Psychology), Associate Professor.

O. A. Samylova – Candidate of Sciences (Psychology), Associate Professor.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Научная статья

УДК 796.01:159.9

<https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-7>

Структура и содержание профессионально-ориентированной технологии формирования психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания в университете

Матвей Андреевич Брусов^{1✉}, Наталья Виллиевна Пешкова²

^{1,2} Сургутский государственный университет, Сургут, Россия

¹ brusov_ma@surgu.ru ✉, <https://orcid.org/0009-0002-5765-6484>

² peshkova_nv@surgu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0672-2130>

Аннотация. Организация образовательного процесса будущих медиков требует особого внимания, поскольку врачи, в зависимости от специфики выполняемой деятельности, подвержены воздействию различных негативных факторов, что отражается не только на их физической и умственной работоспособности, но и на состоянии здоровья в целом. Вышеобозначенное актуализирует необходимость формирования психофизической готовности студентов-медиков к будущей профессиональной деятельности уже в процессе обучения в университете. Ведущую роль в решении данной задачи может выполнять физическое воспитание, однако это становится возможным в случае его построения с учетом предъявляемых требований к труду медицинских работников.

Представленная в статье профессионально-ориентированная технология формирования психофизической готовности студентов-медиков апробирована на кафедре физической культуры Сургутского государственного университета и может быть рекомендована для специалистов в области физического воспитания и спорта, преподавателей университета, организующих учебный процесс по физическому воспитанию и спорту.

Ключевые слова: психофизическая готовность, студенты-медики, профессионально-ориентированная технология, физическое воспитание в университете

Шифр специальности: 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка.

Для цитирования: Брусов М. А., Пешкова Н. В. Структура и содержание профессионально-ориентированной технологии формирования психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания в университете // Северный регион: наука, образование, культура. 2024. Т. 25, № 3. С. 68–73. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-7>.

Original article

Structure and content of professionally oriented technology of forming psychophysical readiness of medical students in process of physical education in university

Matvey A. Brusov^{1✉}, Natalya V. Peshkova²

^{1,2} Surgut State University, Surgut, Russia

¹ brusov_ma@surgu.ru ✉, <https://orcid.org/0009-0002-5765-6484>

² peshkova_nv@surgu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0672-2130>

Abstract. Special attention is required in organizing the educational process for future doctors. Since doctors depending on the specifics of their work, experience various negative factors that not only affect their physical and mental performance but also their overall health. The above mentioned highlights the need to develop the psychophysical readiness of medical students for future professional activities as part of the studying process at a university. Organizing physical education in a way that takes into account the requirements for the work of medical workers can play a leading role in solving this problem.

The Department of Physical Education at Surgut State University tested the professionally oriented technology for the formation of psychophysical readiness of medical students presented in the article. This technology can be recommended for specialists in the field of physical education and sports, as well as university teachers who organize the educational process in physical education and sports at the university.

Keywords: psychophysical readiness, medical students, professionally oriented technology, physical education in university

Code: 5.8.4. Physical Culture and Professional Physical Training.

For citation: Brusov M. A., Peshkova N. V. Structure and content of professionally oriented technology of forming psychophysical readiness of medical students in process of physical education in university. *Severny region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2024;25(3):68–73. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-7>.

ВВЕДЕНИЕ

Развитие различных отраслей экономики невозможно без постоянного их пополнения квалифицированными специалистами, которые будут не только обладать достаточным уровнем универсальных и профессиональных компетенций, но и длительное время смогут сохранять физическую и умственную работоспособность как гарантов высокой производительности труда.

В связи с этим возрастает роль образовательного процесса по физической культуре и спорту в высших учебных заведениях, в рамках которого поддерживается не только актуальный уровень физической подготовленности обучающихся, но и формируется долгосрочная готовность к поддержанию оптимального состояния организма для осуществления трудовых функций в будущем.

Особого внимания в обозначенном контексте требует организация физического воспитания будущих медиков. Врач, в зависимости от специфики выполняемой профессиональной деятельности, может подвергаться воздействию различных вредных факторов (биологических, химических, физических), среди которых высокая напряженность трудового процесса (когнитивные, эмоциональные и физические перегрузки) занимает лидирующую позицию и может приводить к развитию патологических процессов, снижению в целом состояния здоровья медицинского работника.

Формирование в процессе обучения в университете психофизической готовности студентов-медиков к осуществлению будущей профессиональной деятельности обеспечивает в последующем более быструю психи-

ческую адаптацию к условиям труда, оптимальный уровень физической и умственной работоспособности.

Физическое воспитание в университете и организованная с учетом предъявляемых требований к труду медицинских работников профессионально-прикладная физическая подготовка (далее – ППФП) позволяют эффективно решать обозначенные проблемы посредством подбора и дальнейшей реализации в физкультурной деятельности разнообразных оздоровительных технологий, методов и средств, ориентированных на конкретные запросы практики.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Теоретическое обоснование, разработка и апробация профессионально-ориентированной технологии формирования психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания проводились на базе кафедры физической культуры Сургутского государственного университета. В процессе исследования использовались методы: теоретический анализ, обобщение научной и учебно-методической литературы, нормативно-правовой документации в сфере физической культуры, спорта и здравоохранения, опрос, педагогическое тестирование, констатирующий и формирующий эксперименты.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

На основании проведенного анализа научных трудов А. О. Егорычева, И. П. Ильина, О. Н. Сергеевой и др., профессиональных стандартов «Врач-лечебник» и «Врач-педиатр

участковый», профессиограмм врача были определены структура и содержание психофи-

зической готовности студентов-медиков, которая представлена на рисунке [1–6].

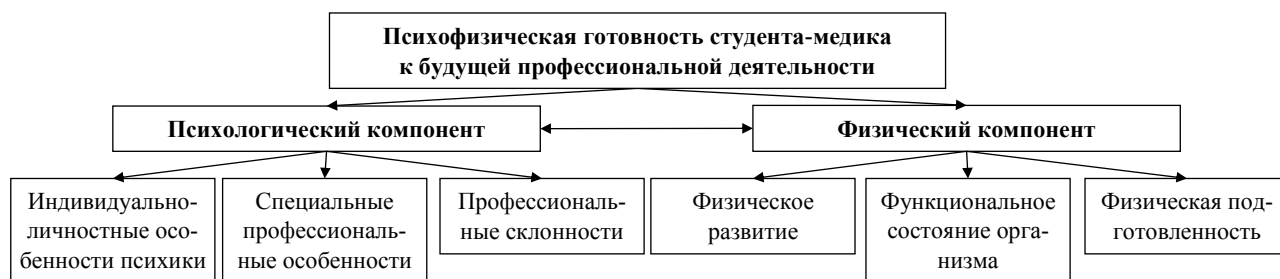


Рисунок. Структура психофизической готовности студента-медика

Примечание. Составлено по материалам источника [7].

В отношении компонентов психофизической готовности следует отметить, что их содержание, с одной стороны, в полной мере соответствует требованиям, предъявляемым к профессиям группы «человек – человек», с другой – отражает специфику трудовых функций медицинского работника, связанных с воздействием различных негативных факторов [7, 8].

Определение структурных и содержательных компонентов психофизической готовности студента-медика обусловило требования к разработке структуры и содержания профессионально-ориентированной технологии, ее формированию в процессе физического воспитания в университете (таблица).

По мнению авторов статьи, пристальное внимание необходимо акцентировать на представленных в методологическом блоке принципах ППФП. Хотя их изучению посвящены труды ряда ученых, однозначного понимания у исследователей в настоящее время нет [9, 10].

В связи с этим необходимо конкретизировать принципы ППФП:

- принцип учета специфики профессиональной деятельности: физическая подготовка должна учитывать специфические требования

и условия конкретной профессиональной деятельности;

- принцип предупреждения профессиональных заболеваний: помимо физической подготовки будущих специалистов, подбор физических упражнений определяется с учетом предупреждения возможных профессиональных заболеваний и дальнейшей профилактики их возникновения;

- принцип содействия в профессиональном обучении: средства и методы, используемые на занятиях по дисциплинам блока ФГОС ВО «Физическая культура и спорт», должны способствовать в том числе освоению базовых учебных дисциплин и формированию общепрофессиональных и профессиональных компетенций для успешного завершения образовательной программы;

- принцип сопряженного решения педагогических задач по профессионально-прикладной физической подготовке и общей физической подготовке (далее – ОФП): раскрывается посредством подбора таких физических упражнений и методов физического воспитания, которые в полной мере учитывают специфику трудовых функций, присущих конкретной профессиональной деятельности.

Таблица

Профессионально-ориентированная технология формирования психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания в университете

Структурные элементы	Содержание
Целевой блок	Формирование психофизической готовности студентов-медиков к профессиональной деятельности в процессе физического воспитания

Окончание таблицы

Структурные элементы	Содержание
Методологический блок	<i>Методологические подходы:</i> системный, деятельностный, личностно-ориентированный. <i>Принципы обучения:</i> а) содержательные, отражающие требования к гуманитарной составляющей процесса обучения, его социальную направленность; б) организационно-методические, в рамках которых определяется необходимость при построении процесса обучения учитывать возрастные и индивидуальные особенности обучающихся, уровень их подготовленности с учетом предыдущих этапов образования, необходимость развития креативного мышления и формирования активного отношения к дальнейшему профессиональному росту. <i>Принципы физического воспитания:</i> непрерывности, чередования нагрузок и отдыха, постепенного наращивания нагрузок, адаптивного сбалансирования динамики нагрузок, цикличности, возрастной адекватности [10]. <i>Принципы профессионально-прикладной физической подготовки:</i> учета специфики профессиональной деятельности, предупреждения профессиональных заболеваний, содействия в профессиональном обучении, сопряженного решения педагогических задач по ППФП и ОФП
Содержательно-организационный блок	<i>Диагностическо-проектировочный этап (оценка состояния психофизической готовности):</i> психологический компонент (коммуникативная толерантность, стрессоустойчивость, тревожность, скорость реакции, тип нервной системы, устойчивость внимания); физический компонент (физическая подготовленность и функциональные состояния). <i>Формирующий этап (направленное воздействие на формирование психофизической готовности студентов-медиков):</i> Формы проведения занятий: контактные (практические занятия, методико-практические занятия), дистанционные (СРС в ЭОиДОТ). Формы организации занимающихся: фронтальный, групповой, индивидуальный. Методы: общепедагогические (словесный, наглядный), специфические (строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный). Оздоровительно-рекреативные технологии: дыхательная, релаксационная гимнастика и др. Средства: физические упражнения (индивидуальные, парные, групповые) с акцентированным развитием скорости реакции и внимания. <i>Оценочно-корректировочный этап (оценка и коррекция текущих результатов после педагогического воздействия; оценка итоговых результатов после опытно-экспериментальной работы)</i>
Результативный блок	Высокий уровень психофизической готовности студентов медиков к профессиональной деятельности

Примечание. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

Относительно структуры содержательно-организационного блока следует обозначить, что представленный диагностический инструментарий позволяет в полной мере выявить индивидуальные и личностные особенности студентов, характеризующие актуальный уровень их психофизической готовности, которые в дальнейшем учитываются в процессе подбора форм, средств и методов, применяемых на формирующем этапе.

Так, в целях снижения утомляемости нервной системы, развития скорости реакции и повышения устойчивости внимания могут использоваться: физические упражнения с изменением скорости и направления движения по сигналу, упражнения на переключение внимания, сложнокоординационные упраж-

нения с разнообразным спортивным инвентарем, подвижные игры и др.

Развитие коммуникативной толерантности достигалось посредством разработки и реализации упражнений, направленных на всестороннее взаимодействие обучающихся не только в игровых ситуациях, но и при выполнении гимнастических и силовых упражнений.

Для формирования оптимального уровня стрессоустойчивости и снижения тревожности применяются оздоровительно-рекреативные технологии: релаксационная и дыхательная гимнастика, упражнения стретчинга и др.

Апробация разработанной профессионально-ориентированной технологии формирования психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания

в Сургутском государственном университете подтвердила ее эффективность. По всем выделенным показателям, характеризующим психофизическую готовность обучающихся, получены положительные сдвиги. Отслеживание отсроченного эффекта выявило, что студенты-медики используют самостоятельно изученные оздоровительно-рекреативные технологии, в частности релаксационную и дыхательную гимнастики, упражнения стретчинга и др., для снижения тревожности, нормализации психоэмоционального состояния.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ научной и учебно-методической литературы, нормативно-правовой докумен-

тации в сфере физической культуры, спорта и здравоохранения, практический опыт организации образовательного процесса по физической культуре в университете позволили сделать вывод о важности и целесообразности реализации профессионально-ориентированной технологии формирования психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания в университете. Это обеспечит будущим врачам более быструю психическую адаптацию к условиям труда, оптимальный уровень физической и умственной работоспособности для осуществления профессиональных функций.

Список источников

1. Егорычев А. О. Теория и технология управления психофизической подготовкой студентов к профессиональной деятельности : дис. ... д-ра пед. наук. Ярославль, 2005. 317 с.
2. Ильин Е. П. Психофизиология состояний человека. СПб. : Питер, 2005. 412 с.
3. Об утверждении профессионального стандарта «Врач-лечебник (врач-терапевт участковый)» : приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 21.03.2017 № 293н. Доступ из СПС «Гарант».
4. Об утверждении профессионального стандарта «Врач-педиатр участковый» : приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 27.03.2017 № 306н. Доступ из СПС «Гарант».
5. Романова Е. С. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. СПб. : Питер, 2003. 460 с.
6. Сергеева О. Н. Формирование психофизической готовности к профессиональной деятельности будущих специалистов по организации и безопасности движения средствами физической культуры и спорта в вузе : дис. ... канд. пед. наук. Йошкар-Ола, 2012. 262 с.
7. Брусов М. А. Формирование психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2023. № 6. С. 36–38.
8. Брусов М. А., Пешкова Н. В. Формирование психофизической готовности к профессиональной деятельности студентов-медиков в процессе обучения в вузе // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2023. № 4. С. 55–57.
9. Физическая культура студента / под ред. В. И. Ильинича. М. : Гардарики, 2000. 448 с.

References

1. Egorychev A. O. Teoriia i tekhnologiya upravleniia psikhofizicheskoi podgotovkoi studentov k professionalnoi deiatelnosti: Doctoral Thesis (Pedagogy). Yaroslavl; 2005. 317 p. (In Russ.).
2. Ilin E. P. Psikhofiziologiya sostoianii cheloveka. Saint Petersburg: Piter; 2005. 412 p. (In Russ.).
3. On approval of the professional standard “General Practitioner (District General Practitioner)”: Order of the Ministry of Labor and Social Protection of the Russian Federation dated March 21, 2017 No. 293n. Accessed through Law assistance system “Garant”. (In Russ.).
4. On approval of the professional standard “District Pediatrician”: Order of the Ministry of Labor and Social Protection of the Russian Federation dated March 27, 2017 No. 306n. Accessed through Law assistance system “Garant”. (In Russ.).
5. Romanova E. S. 99 populiarnykh professii. Psikhologicheskii analiz i professiogrammy. Saint Petersburg: Piter; 2003. 460 p. (In Russ.).
6. Sergeeva O. N. Formirovanie psikhofizicheskoi gotovnosti k professionalnoi deiatelnosti budushchikh spetsialistov po organizatsii i bezopasnosti dvizheniia sredstvami fizicheskoi kultury i sporta v vuze: Doctoral Thesis (Pedagogy). Yoshkar-Ola; 2012. 262 p. (In Russ.).
7. Brusov M. A. Formirovanie psikhofizicheskoi gotovnosti studentov-medikov v protsesse fizicheskogo vospitaniia. *Fizicheskaiia kultura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka*. 2023;(6):36–38. (In Russ.).
8. Brusov M. A., Peshkova N. V. Formirovanie psikhofizicheskoi gotovnosti k professionalnoi deiatelnosti studentov-medikov v protsesse obucheniia v vuze. *Fizicheskaiia kultura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka*. 2023;(4):55–57. (In Russ.).

- | | |
|--|--|
| 10. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М. : Академия, 2003. 480 с. | 9. Fizicheskaia kultura studenta. V. I. Ilinich (Ed.). Moscow: Gardariki; 2000. 448 p. (In Russ.). |
| | 10. Kholodov Zh. K., Kuznetsov V. S. Teoriia i metodika fizicheskogo vospitaniia i sporta. Moscow: Akademiia; 2003. 480 p. (In Russ.). |

Информация об авторах

М. А. Брусов – аспирант.

Н. В. Пешкова – доктор педагогических наук, доцент.

About the authors

M. A. Brusov – Postgraduate.

N. V. Peshkova – Doctor of Sciences (Pedagogy), Docent.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА

Научная статья

УДК 796.926.616:796.012

<https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-8>

Экспертное исследование двигательной деятельности фристайлистов

Ольга Сергеевна Зданович^{1✉}, Владимир Викторович Зебзеев²,
Наталья Андреевна Парамонова³, Даниил Истамович Гусейнов⁴

^{1, 2, 3, 4} Чайковская государственная академия физической культуры и спорта,
Чайковский, Россия

² Центр спортивной подготовки сборных команд России, Москва, Россия

^{3, 4} Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Республика Беларусь

¹ solic8233@yandex.ru ✉, <https://orcid.org/0000-0001-6671-8961>

² pro_nir@chgaafkis.ru, <https://orcid.org/0000-0002-4409-8754>

³ paramonovana@tut.by, <https://orcid.org/0000-0002-1503-3126>

⁴ guseynov.daniil@yandex.by, <https://orcid.org/0000-0003-4812-1832>

Аннотация. Цель исследования – экспертная оценка характеристик двигательной деятельности фристайлистов различных спортивных дисциплин. Результатами оценки подтверждено различное проявление координационных способностей (пространственная ориентация, сохранение равновесия, кинестетическая дифференциация, сложная двигательная реакция, ловкость), системообразующих факторов двигательной деятельности (сохранение динамического равновесия на скользящей поверхности при преодолении препятствий и в безопорном состоянии, управление телом во время передвижения по трассе, определение оптимальной траектории и скорости движения), технико-тактических компонентов спортивного мастерства (стабильность, вариативность, эффективность техники, разносторонность спортсмена, тактическое мышление, техническая сложность), а также их влияние на спортивный результат в избранной дисциплине фристайла.

Ключевые слова: двигательная деятельность, фристайл, опрос, экспертная оценка, ски-кросс, могул, акробатика, хафпайп, слоупстайл, биг-эйр

Финансирование: исследование профинансировано Министерством спорта Российской Федерации в соответствии с государственным заданием № 777-00013-24-01 на 2024 г. в рамках НИР по теме «Разработка методики оценки подготовленности высококвалифицированных фристайлистов».

Шифр специальности: 5.8.5. Теория и методика спорта.

Для цитирования: Зданович О. С., Зебзеев В. В., Парамонова Н. А., Гусейнов Д. И. Экспертное исследование двигательной деятельности фристайлистов // Северный регион: наука, образование, культура. 2024. Т. 25, № 3. С. 74–80. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-8>.

Original article

Expert assessment of the motor activity for freestyle skiers

Olga S. Zdanovich^{1✉}, Vladimir V. Zebzeev²,
Natalya A. Paramonova³, Daniil I. Guseynov⁴

^{1, 2, 3, 4} Tchaikovsky State Physical Education and Sport Academy, Chaykovsky, Russia

² Center for Sports Training of Russian National Teams, Moscow, Russia

^{3, 4} Belarusian State University of Physical Culture, Minsk, Republic of Belarus

¹ solic8233@yandex.ru ✉, <https://orcid.org/0000-0001-6671-8961>

²pro_nir@chgafkis.ru, <https://orcid.org/0000-0002-4409-8754>

³paramonovana@tut.by, <https://orcid.org/0000-0002-1503-3126>

⁴guseynov.daniil@yandex.by, <https://orcid.org/0000-0003-4812-1832>

Abstract. The aim of the study is an expert assessment of the characteristics of motor activity of freestyle skiers in various sports disciplines. The results confirmed the various manifestations for coordination abilities (spatial orientation, maintaining balance, kinesthetic differentiation, complex motor reaction, agility), system-forming factors of motor activity (maintaining dynamic balance on a sliding surface when overcoming obstacles and in an unsupported state, body control while moving along the track, determining the optimal trajectory and speed of movement), technical and tactical components of sportsmanship (stability, variability, efficiency of technique, versatility of the athlete, tactical thinking, technical complexity), as well as their influence on the sports result in a certain freestyle discipline.

Keywords: motor activity, freestyle, survey, expert assessment, ski cross, mogul, aerial skiing, half-pipe, slopestyle, big air

Financing: the study is supported by the Ministry of Sport of the Russian Federation in accordance with state assignment No. 777-00013-24-01 for 2024 as part of the research on the topic “Razrabotka metodiki otsenki podgotovlennosti vysokokvalifitsirovannykh fristailistov”.

Code: 5.8.5. Theories and Methods of Sport.

For citation: Zdanovich O. S., Zebzeev V. V., Paramonova N. A., Guseynov D. I. Expert assessment of the motor activity for freestyle skiers. *Serny region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2024;25(3):74–80. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-8>.

ВВЕДЕНИЕ

Фристайл является зимним олимпийским видом спорта, который включает в себя шесть спортивных дисциплин: ски-кросс, могул, акробатика, хафпайп, слоупстайл и биг-эйр [1]. Перечисленные дисциплины объединяет сложнокоординационная техника движений, однако ее проявление существенно различается по характеру двигательной деятельности и условиям выполнения техники соревновательных упражнений на трассах разного профиля [2, 3].

Ранее проведенные исследования в спорте убедительно показывают, что эффективное управление спортивной подготовкой базируется на полном понимании значимости различных физических качеств, технико-тактических характеристик спортивного мастерства и системообразующих факторов двигательной деятельности [4, 5]. Однако, несмотря на высокую разработанность этих вопросов в лыжном спорте, во фристайле положение другое. Работ, которые бы исчерпывающе раскрывали заявленную проблематику, авторами статьи не обнаружено, что определило цель настоящего исследования, которая заключается в экспертной оценке характеристик двигательной деятельности

фристайлистов различных спортивных дисциплин.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Исследование выполнено при поддержке Федерации фристайла России и Белорусской федерации фристайла. В экспериментальном исследовании, проходившем с апреля по сентябрь 2024 г., приняли участие 62 тренера из России и Белоруссии, имевшие следующую профессиональную квалификационную категорию: высшую ($n = 20$), первую ($n = 16$) или вторую ($n = 26$), спортивные звания, а именно: мастер спорта международного класса ($n = 9$), мастер спорта ($n = 30$), разряды: кандидат в мастера спорта ($n = 23$). Минимальный трудовой стаж опрошенных специалистов составлял 5 лет.

В работе применялись методы теоретического анализа научной литературы и обобщение практического опыта специалистов, опроса (в виде анкетирования), экспертной оценки, математической обработки результатов исследования.

В целях исследования разработана анкета, состоящая из вопросов, направленных на оценку влияния координационных способностей, системообразующих факторов двига-

тельной деятельности, технико-тактических характеристик спортивного мастерства на спортивный результат в каждой дисциплине фристайла по пятибалльной системе. Эксперты были разделены на группы в зависимости от их принадлежности к конкретной спортивной дисциплине фристайла. Для определения согласованности мнения экспертов рассчитывался коэффициент конкордации Кендалла (W), величина которого варьировалась от 0,55 до 0,88, что соответствовало заметному и высокому уровням. Поскольку экспертная оценка проводилась с использованием баллов, которые являются единицами измерения, не входящими в международную систему единиц СИ (SI), использовались медиана (M) и ошибка медианы (m). Для определения достоверности различий использовался непараметрический U -критерий Манна – Уитни для независимых выборок.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Общеизвестно, что результативность выполнения сложных двигательных действий во многом зависит от проявления координационных способностей. Учитывая, что спортивные дисциплины фристайла имеют принципиальные различия по характеру выполнения соревновательного упражнения, направленности энергообеспечения, строению трассы соревнований и условий скольжения, представ-

ляется важным установить, какое влияние координационные способности оказывают на двигательную деятельность фристайлистов в каждой спортивной дисциплине этого вида спорта.

В табл. 1 показаны результаты мнений экспертов по вопросу о значимости координационных способностей для фристайлистов различных спортивных дисциплин. В исследовании авторы статьи опирались на классификацию координационных способностей, предложенную В. Б. Иссуриным и В. И. Ляхом [6]. Анализ полученных данных показал, что в ски-кроссе наивысшую экспертную оценку получили способность сохранять равновесие, кинестетическая дифференциация и сложная двигательная реакция (все 5 баллов, $p < 0,05$). В могуле ведущими координационными способностями в двигательной деятельности спортсменов, по мнению экспертов, стали пространственная ориентация, равновесие, кинестетическая дифференциация и ловкость (все 5 баллов, $p < 0,05$). Для акробатики, хафпайпа и биг-эйра ведущими координационными способностями, получившими 5 баллов, оказались пространственная ориентация и способность сохранять равновесие. В слоупстайле ведущей координационной способностью можно назвать только сохранение равновесия.

Таблица 1

Результаты экспертной оценки по вопросу «Какими координационными способностями, по Вашему мнению, должен обладать спортсмен в избранной дисциплине фристайла для того, чтобы показать наилучший результат?»

Показатели	Ски-кросс ($n = 10$)	Могул I ($n = 14$)	Акробатика ($n = 11$)	Хафпайп ($n = 5$)	Слоупстайл ($n = 11$)	Биг-эйр ($n = 11$)	p, U							
	$M \pm m$	$M \pm m$	$M \pm m$	$M \pm m$	$M \pm m$	$M \pm m$	1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	2-3	2-4	2-5
	1	2	3	4	5	6	2-6	3-4	3-5	3-6	4-5	4-6	5-6	—
Пространственная ориентация	4,5 ± 0,06	5 ± 0,02	5 ± 0,00	5 ± 0,00	4,5 ± 0,06	5 ± 0,05	22*	8*	0,5*	2,5*	2*	40*	5*	27*
							22*	1,5*	27*	30*	2*	3*	31*	—
Способность сохранять равновесие	5 ± 0,04	5 ± 0,04	5 ± 0,05	5 ± 0,24	5 ± 0,05	5 ± 0,05	25*	28*	2*	26*	24*	33*	5*	31*
							28*	2*	29*	26*	1,5*	3,5*	26*	—
Кинестетическая дифференциация	5 ± 0,06	5 ± 0,04	4 ± 0,06	4 ± 0,24	4,5 ± 0,06	4 ± 0,07	34*	27*	1*	19*	21*	35*	4,5*	21*
							29*	3*	24*	27*	1,5*	1,5*	25*	—
Сложная двигательная реакция	5 ± 0,06	4,5 ± 0,04	3 ± 0,06	4 ± 0,00	4,5 ± 0,06	3,5 ± 0,06	16*	26*	2,5*	26*	23*	32*	4*	32*
							32*	2,5*	15*	23*	1*	2,5*	22*	—

Окончание табл. 1

Показатели	Ски-кросс (n = 10)	Могул I (n = 14)	Акробатика (n = 11)	Хафпайп (n = 5)	Слоупстайл (n = 11)	Биг-эйр (n = 11)	p, U							
	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	2-3	2-4	2-5
	1	2	3	4	5	6	2-6	3-4	3-5	3-6	4-5	4-6	5-6	–
Ловкость	4,5 ± 0,07	5 ± 0,03	4 ± 0,06	4,5 ± 0,24	4,5 ± 0,06	4 ± 0,09	35*	23*	3*	15*	17*	32*	4,5*	25*
							26*	2,5*	25*	26*	1,5*	2,5*	23*	–
W	0,55	0,62	0,71	0,88	0,69	0,65	–	–	–	–	–	–	–	–

Примечания: 1. «*» – при $p < 0,05$.

2. Составлено авторами на основе данных, полученных в исследовании.

Необходимо отметить, что специфичность двигательной деятельности во многом зависит от сопряженного проявления последовательных технико-тактических действий и физических качеств. В ранее проведенных исследованиях [7, 8] авторами статьи выделены системообразующие факторы двигательной деятельности фристайлистов, однако оценка их влияния не проводилась.

В табл. 2 представлены результаты экспертной оценки по вопросу значимости системообразующих факторов двигательной деятельности для каждой спортивной дисциплины фристайла. Установлено, что для ски-кросса ведущими факторами являлись сохранение динамического равновесия на скользящей поверхности при преодолении препятствий, управление телом во время передвижения по трассе, определение оптимальной траектории и скорости движения (все 5 баллов, $p < 0,05$). Для могула, по мнению специалистов, ключевыми факторами

при движении спортсменов необходимо считать сохранение динамического равновесия на скользящей поверхности при преодолении препятствий, управление телом во время передвижения по трассе, определение оптимальной скорости движения (все 5 баллов, $p < 0,05$). В акробатике и биг-эйре ведущими факторами с максимальным баллом оказались сохранение динамического равновесия в безопорном состоянии и управление телом во время передвижения по трассе (5 баллов, $p < 0,05$). Для хафпайпа ведущими системообразующими факторами двигательной деятельности спортсменов являлись управление телом во время передвижения по трассе (5 баллов, $p < 0,05$), а для слоупстайла – управление телом во время передвижения по трассе, сохранение динамического равновесия на скользящей поверхности при преодолении препятствий и в безопорном состоянии.

Таблица 2

Результаты экспертной оценки по вопросу «Какое влияние для избранной дисциплины фристайла имеют следующие системообразующие факторы двигательной деятельности?»

Показатели	Ски-кросс (n = 10)	Могул (n = 14)	Акробатика (n = 11)	Хафпайп (n = 5)	Слоупстайл (n = 11)	Биг-эйр (n = 11)	p, U							
	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	2-3	2-4	2-5
	1	2	3	4	5	6	2-6	3-4	3-5	3-6	4-5	4-6	5-6	–
Способность сохранять динамическое равновесие на скользящей поверхности при преодолении препятствий	5 ± 0,00	5 ± 0,00	3 ± 0,05	4 ± 0,24	5 ± 0,05	3 ± 0,05	26*	12*	2*	13*	20*	24*	3*	22*
							27*	2*	25*	25*	2,5*	1*	23*	–

Окончание табл. 2

Показатели	Ски-кросс (n = 10)	Могул (n = 14)	Акробатика (n = 11)	Хафпайп (n = 5)	Слоупстайл (n = 11)	Биг-эйр (n = 11)	p, U							
	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	2-3	2-4	2-5
	1	2	3	4	5	6	2-6	3-4	3-5	3-6	4-5	4-6	5-6	–
Способность сохранять динамическое равновесие в безопорном состоянии	3 ± 0,05	4 ± 0,04	5 ± 0,00	4,5 ± 0,24	5 ± 0,00	5 ± 0,03	24*	14*	2*	21*	2*	21*	2*	14*
							26*	2*	13*	21*	1*	2*	16*	–
Управление телом во время передвижения по трассе	5 ± 0,05	5 ± 0,02	5 ± 0,05	5 ± 0,00	5 ± 0,06	5 ± 0,06	17*	11*	2,5*	9*	17*	22*	3*	19*
							22*	1,5*	27*	30*	2*	3*	31*	–
Способность определения оптимальной траектории движения	5 ± 0,05	4,5 ± 0,04	3 ± 0,06	4 ± 0,24	4 ± 0,05	4 ± 0,05	13*	15*	1,5*	17*	24*	26*	2*	12*
							18*	2*	21*	15*	1,5*	2,5*	19*	–
Способность определения оптимальной скорости движения	5 ± 0,09	5 ± 0,00	4 ± 0,05	4 ± 0,24	4,5 ± 0,06	4,5 ± 0,06	9*	11*	1*	5*	24*	31*	2*	23*
							16*	2*	7*	8*	2*	3*	15*	–
W	0,61	0,70	0,83	0,66	0,63	0,62	–	–	–	–	–	–	–	–

Примечания: 1. «*» – при $p < 0,05$.

2. Составлено авторами на основе данных, полученных в исследовании.

Система двигательной деятельности образована за счет совершения последовательных технико-тактических действий и фаз, характеризующих уровень спортивного мастерства фристайлистов. При этом цель двигательной деятельности фристайлистов – это выполнение соревновательного упражнения с максимальной скоростью движения и минимальным временем (ски-кросс, могул) или получением самых высоких судейских баллов (могул, акробатика, хафпайп, слоупстайл, биг-эйр) в сравнении с конкурентами. Однако технико-тактические действия еще ни разу не оценивались с позиции их значимости для каждой дисциплины фристайла.

В табл. 3 приведены результаты экспертной оценки технико-тактических характеристик

двигательной деятельности фристайлистов в каждой спортивной дисциплине. Выявлено, что для ски-кросса ведущими компонентами спортивного мастерства, по мнению экспертов, стали эффективность техники и тактическое мышление (все 5 баллов, $p < 0,05$). Для могула технико-тактической характеристикой с оценкой в 5 баллов оказалась только эффективность техники. В акробатике, слоупстайле и биг-эйре самые значимые показатели – стабильность, вариативность, эффективность техники и техническая сложность соревновательной программы (все 5 баллов, $p < 0,05$), а для хафпайпа – только вариативность и эффективность техники ($p < 0,05$).

Таблица 3

Результаты экспертной оценки по вопросу «Какое влияние на спортивный результат для избранной дисциплины фристайла имеют следующие технико-тактические характеристики двигательной деятельности?»

Показатели	Ски-кросс (n = 10)	Могул (n = 14)	Акробатика (n = 11)	Хафпайп (n = 5)	Слоупстайл (n = 11)	Биг-эйр (n = 11)	p, U							
	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	2-3	2-4	2-5
	1	2	3	4	5	6	2-6	3-4	3-5	3-6	4-5	4-6	5-6	–
Стабильность техники	4 ± 0,06	4,5 ± 0,05	5 ± 0,00	4,5 ± 0,24	5 ± 0,03	5 ± 0,03	21*	15*	1,5*	20*	17*	12*	2*	25*
							17*	1*	12*	18*	20*	1*	12*	–

Окончание табл. 3

Показатели	Ски-кросс (n = 10)	Могул (n = 14)	Акробатика (n = 11)	Хафпайп (n = 5)	Слоупстайл (n = 11)	Биг-эйр (n = 11)	p, U							
	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	M ± m	1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	2-3	2-4	2-5
	1	2	3	4	5	6	2-6	3-4	3-5	3-6	4-5	4-6	5-6	—
Вариативность техники	4 ± 0,06	4,5 ± 0,05	5 ± 0,06	5 ± 0,00	5 ± 0,05	5 ± 0,05	21*	17*	15*	18*	22*	19*	3*	27*
Эффективность техники	5 ± 0,05	5 ± 0,05	5 ± 0,00	5 ± 0,00	5 ± 0,06	5 ± 0,06	26*	2*	13*	21*	1*	2*	16*	—
Разносторонность спортсмена	4 ± 0,1	4 ± 0,05	4 ± 0,07	4 ± 0,24	4 ± 0,06	4 ± 0,06	17*	11*	25*	9*	17*	22*	3*	19*
Тактическое мышление	5 ± 0,05	4 ± 0,04	4 ± 0,07	4 ± 0,24	4 ± 0,05	4 ± 0,09	25*	2*	23*	18*	3*	2*	25*	—
Техническая сложность	3 ± 0,06	4 ± 0,04	5 ± 0,00	4,5 ± 0,24	5 ± 0,03	5 ± 0,03	22*	24*	2*	22*	19*	29*	4*	19*
W	0,61	0,65	0,77	0,81	0,67	0,70	25*	2*	17*	15*	2*	2*	22*	—
							23*	3*	19*	21*	1*	2,5*	7*	—
							18*	12*	2*	12*	14*	24*	4*	19*
							8*	3*	16*	10*	2*	3*	25*	—
							—	—	—	—	—	—	—	—

Примечания: 1. «*» – при $p < 0,05$.

2. Составлено авторами на основе данных, полученных в исследовании.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты проведенного исследования позволили составить условный профиль ведущих координационных способностей, системообразующих факторов и технико-тактических показателей для каждой дисциплины фристайла.

Установлено, что специфичность ски-кросса в большей степени определяется способностью сохранения равновесия, кинестетической дифференциацией и сложной двигательной реакцией, поддержанием динамического равновесия на скользящей поверхности при преодолении препятствий, управлением телом во время передвижения по трассе, определением оптимальной траектории и скорости движения, эффективностью техники и тактического мышления. Специфичность могула в большей степени характеризуется пространственной ориентацией, равновесием, кинестетической дифференциацией, ловкостью, сохранением динамического равновесия на скользящей поверхности при преодолении препятствий, управлением телом во время передвижения по трассе, определением оптимальной скорости движения, эффективностью техники. Для акробатики и биг-эйра специфическими

показателями двигательной деятельности признаны пространственная ориентация, сохранение равновесия, поддержание динамического равновесия в безопорном состоянии и управление телом во время передвижения по трассе, стабильность, вариативность, эффективность техники и техническая сложность соревновательной программы. Специфическими характеристиками хафпайпа оказались пространственная ориентация, способность сохранять равновесие, управление телом во время передвижения по трассе, вариативность и эффективность техники. В слоупстайле показателями с наибольшим экспертным баллом оказались способность сохранять равновесие, управлять телом во время передвижения по трассе, поддерживать динамическое равновесие на скользящей поверхности при преодолении препятствий и в безопорном состоянии.

Результаты исследования создают благоприятные условия для разработки специальных средств и методов для развития и оценки отмеченных характеристик двигательной деятельности фристайлистов с учетом особенностей двигательной деятельности каждой спортивной дисциплины.

Список источников

- Wei M., Fan Y., Lu Z. et al. Eight weeks of core stability training improves landing kinetics for freestyle skiing aerials athletes // *Frontiers in Psychology*.

References

- Wei M., Fan Y., Lu Z. et al. Eight weeks of core stability training improves landing kinetics for freestyle skiing aerials athletes. *Frontiers in Psychology*.

- logy. 2022. Vol. 13. P. 994818. <https://doi.org/10.3389/fphys.2022.994818>.
2. Li H., Zhang L., Wang J. et al. Executive control of freestyle skiing aerials athletes in different training conditions // *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. P. 968651. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.968651>.
 3. Sun H., Xu M. T., Wang X. Q. et al. Comparison thigh skeletal muscles between snowboarding half-pipe athletes and healthy volunteers using quantitative multi-parameter magnetic resonance imaging at rest // *Chinese Medical Journal*. 2018. Vol. 131, no. 9. P. 1045–1050. <https://doi.org/10.4103/0366-6999.230740>.
 4. Heinrich D., van den Bogert A. J., Mössner M. et al. Model-based estimation of muscle and ACL forces during turning maneuvers in alpine skiing // *Scientific Reports*. 2023. Vol. 13, no. 1. P. 9026. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-35775-4>.
 5. Penitente G., Young H. A., Sands W. A. et al. A classification of fitness components in elite alpine skiers: A cluster analysis // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2023. Vol. 20, no. 10. P. 5841. <https://doi.org/10.3390/ijerph20105841>.
 6. Иссурин В. Б., Лях В. И. Координационные способности спортсменов / пер. с англ. И. В. Шаробайко. М. : Спорт, 2019. 208 с.
 7. Зданович О. С., Зебзеев В. В., Парамонова Н. А. и др. Системный анализ специфики двигательной деятельности фристайлистов в могуле // *Наука и спорт: современные тенденции*. 2024. Т. 12, № 3. С. 99–105. <https://doi.org/10.36028/2308-8826-2024-12-3-99-105>.
 8. Зебзеев В. В., Зданович О. С. Системный анализ специфики двигательной деятельности фристайлистов в ски-кроссе // *Наука и спорт: современные тенденции*. 2024. Т. 12, № S1. С. 30–35. <https://doi.org/10.36028/2308-8826-2024-12-S1-30-35>.
 2. Li H., Zhang L., Wang J. et al. Executive control of freestyle skiing aerials athletes in different training conditions. *Frontiers in Psychology*. 2022;13:968651. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.968651>.
 3. Sun H., Xu M. T., Wang X. Q. et al. Comparison thigh skeletal muscles between snowboarding half-pipe athletes and healthy volunteers using quantitative multi-parameter magnetic resonance imaging at rest. *Chinese Medical Journal*. 2018;131(9):1045–1050. <https://doi.org/10.4103/0366-6999.230740>.
 4. Heinrich D., van den Bogert A. J., Mössner M. et al. Model-based estimation of muscle and ACL forces during turning maneuvers in alpine skiing. *Scientific Reports*. 2023;13(1):9026. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-35775-4>.
 5. Penitente G., Young H. A., Sands W. A. et al. A classification of fitness components in elite alpine skiers: A cluster analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2023;20(10):5841. <https://doi.org/10.3390/ijerph20105841>.
 6. Issurin V. B., Liakh V. I. Koordinatsionnye sposobnosti sportsmenov. I. V. Sharobaiko (trans.). Moscow: Sport; 2019. 208 p. (In Russ.).
 7. Zdanovich O. S., Zebzeyev V. V., Paramonova N. A. et al. System analysis of the specifics of motor activity of freestyle skiers in the moguls. *Science and sport: current trends*. 2024;12(3):99–105. <https://doi.org/10.36028/2308-8826-2024-12-3-99-105>. (In Russ.).
 8. Zebzeyev V. V., Zdanovich O. S. Systematic analysis of the specifics of motor activity of freestyle skiers in ski cross. *Science and sport: current trends*. 2024;12(S1):30–35. <https://doi.org/10.36028/2308-8826-2024-12-S1-30-35>. (In Russ.).

Информация об авторах

О. С. Зданович – кандидат педагогических наук, доцент.

В. В. Зебзеев – доктор педагогических наук, профессор.

Н. А. Парамонова – кандидат биологических наук, доцент.

Д. И. Гусейнов – ведущий специалист.

About the authors

O. S. Zdanovich – Candidate of Sciences (Pedagogy), Associate Professor.

V. V. Zebzeyev – Doctor of Sciences (Pedagogy), Professor.

N. A. Paramonova – Candidate of Sciences (Biology), Associate Professor.

D. I. Guseynov – Leading Specialist.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Научная статья

УДК 796.012.412.4

<https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-9>

Анализ биомеханических особенностей кинетических показателей инициации ходьбы у девочек-подростков с идиопатическим сколиозом

Роман Олегович Солодилов^{1✉}, Олег Александрович Кошевой², Анастасия Егоровна Винс³

¹ Сургутский государственный университет, Сургут, Россия

² ООО «Медицина и реабилитация», Сургут, Россия

³ Спортивная школа паралимпийского и сурдлимпийского резерва «Центр адаптивного спорта Югры», Ханты-Мансийск, Россия

¹ solodilov_ro@surgu.ru ✉, <https://orcid.org/0000-0002-4837-7427>

² swimmerkosh@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-1770-2394>

³ ae_bazhenova@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5257-3618>

Аннотация. Несмотря на достижения современной науки и значительное количество исследований, этиология идиопатического сколиоза остается недостаточно изученной. Сколиотическая деформация позвоночного столба приводит к нарушению функциональных связей между различными частями тела, что обуславливает необходимость формирования новых компенсаторных механизмов для поддержания и контроля равновесия. Идиопатический сколиоз оказывает значительное влияние на пространственно-временные параметры двигательной активности человека, включая его осанку, походку и скорость передвижения. Изменения в кинематических и кинетических характеристиках при ходьбе обусловлены как самой деформацией позвоночника, так и компенсаторными адаптациями, которые организм вынужден использовать для поддержания устойчивости. В этом контексте изучение переходных процессов между статическими (стояние) и динамическими (ходьба) состояниями у пациентов с идиопатическим сколиозом представляется особенно актуальным, так как этот переход требует особой координации и адаптации биомеханических механизмов.

Ключевые слова: идиопатический сколиоз, биомеханика, компенсаторные механизмы

Финансирование: работа выполнена в рамках реализации программы стратегического академического лидерства «Приоритет-2030».

Шифр специальности: 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура.

Для цитирования: Солодилов Р. О., Кошевой О. А., Винс А. Е. Анализ биомеханических особенностей кинетических показателей инициации ходьбы у девочек-подростков с идиопатическим сколиозом // Северный регион: наука, образование, культура. 2024. Т. 25, № 3. С. 81–86. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-9>.

Original article

Biomechanical features analysis of kinetic indicators of gait initiation in female adolescents with idiopathic scoliosis

Roman O. Solodilov^{1✉}, Oleg A. Koshevoy², Anastasiya E. Vins³

¹ Surgut State University, Surgut, Russia

² ООО “Meditsina i rehabilitatsiya”, Surgut, Russia

³ Sports school of Paralympic and Deaflympic reserve “Tsentr adaptivnogo sporta Yugry”, Khanty-Mansiysk, Russia

¹ solodilov_ro@surgu.ru ✉, <https://orcid.org/0000-0002-4837-7427>

² swimmerkosh@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-1770-2394>

³ ae_bazhenova@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5257-3618>

Abstract. The etiology of idiopathic scoliosis remains insufficiently studied despite advances in modern science and a significant amount of research. Scoliosis of the spinal column disrupts the functional connections between different parts of the body, necessitating the formation of new compensatory mechanisms to maintain and control balance. Idiopathic scoliosis has a considerable impact on the spatiotemporal parameters of human motor activity, including posture, gait, and walking speed. Changes in kinematic and kinetic characteristics during walking are influenced both by the spinal deformity itself and by the compensatory adaptations that the body must employ to maintain stability. In this context, the study of transitional processes between static (standing) and dynamic (walking) states in patients with idiopathic scoliosis is particularly relevant, as this transition requires special coordination and adaptation of biomechanical mechanisms.

Keywords: idiopathic scoliosis, biomechanics, compensatory mechanisms

Financing: the study is made within the framework of the strategic academic leadership program “Priority 2030”.

Code: 5.8.6. Health-Improving and Adapted Physical Education.

For citation: Solodilov R. O., Koshevoy O. A., Vins A. E. Biomechanical features analysis of kinetic indicators of gait initiation in female adolescents with idiopathic scoliosis. *Severny region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2024;25(3):81–86. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-9>.

ВВЕДЕНИЕ

Ходьба у здорового человека – высокоэффективный и энергосберегающий способ передвижения. Биомеханическая структура человеческого организма эволюционно адаптирована для реализации этой функции с минимальными энергетическими затратами и мышечными усилиями. При выполнении ходьбы активируется широкий спектр мышц, включая мышцы спины, кора, что обеспечивает поддержание равновесия и стабильности, а также оптимальное распределение массы тела во время движения.

Инициация ходьбы представляет собой переходный этап между статическим положением тела и началом движения. Этот процесс включает ряд фаз и адаптаций, через которые проходит организм перед активацией моторных функций. Во время данного этапа происходит слаженная работа различных мышечных групп, а также координация их действий. Инициация ходьбы требует не только мышечных усилий, но и учета гравитационных факторов, действующих на тело [1]. Когда человек стоит, сила реакции опоры уравновешивает силу тяжести, поддерживая равновесие. Однако, когда тело наклоняется вперед, часть веса переносится на переднюю ногу, одновременно сила реакции опоры в задней ноге уменьшается, пока она не оторвется от земли [2]. Эта разнонаправленность создает оптимальные условия для непосредственного начала движения.

Данный процесс контролируется сложными механизмами координации. У здоровых людей инициация ходьбы в значительной мере автоматизирована, тогда как при наличии патологий опорно-двигательного аппарата или нарушений координации этот процесс требует более активного моторного контроля со стороны организма. Асимметричные патологии нижних конечностей, такие как односторонний гонартроз, гемиплегия, варусные и вальгусные деформации суставов, оказывают значительное влияние на данный процесс.

Скорость инициации ходьбы определяется множеством факторов, среди которых выделяются два ключевых – сила мышц и скорость их активации. Мышцы, вовлеченные в поддержание равновесия и движение, должны обладать достаточной силой и готовностью к выполнению данной задачи. Недостаток мышечной силы или нарушения их активации могут существенно замедлить скорость инициации ходьбы [1]. Эффективная работа нервной системы, координирующей действия различных мышц, также является необходимым условием для плавной инициации движения [3].

Исследования биомеханики ходьбы выявили ряд специфических особенностей, которые присущи пациентам с идиопатическим сколиозом (ИС) [4–6]. Предполагаемые факторы риска, такие как генетические аспекты, влияние окружающей среды, особенности

нервной системы и дисбаланс роста, не предоставляют полного объяснения причин развития данной патологии. По одной из гипотез, ИС является компенсаторной реакцией организма на диспропорциональный рост костной ткани позвоночника по отношению к спинному мозгу [7]. На фоне вышеизложенных особенностей у людей, страдающих сколиозом, так или иначе будет формироваться мышечный дисбаланс и различные компенсаторные механизмы. Деформация позвоночника изменяет взаимосвязь между различными частями тела, что требует от организма формирования новых компенсаторных механизмов поддержания равновесия и контроля тела. Хотя эти механизмы и могут быть в какой-то мере эффективными, однако они также способны вызывать дополнительные нагрузки и стрессовые состояния для организма.

Ходьба у пациентов с ИС характеризуется нарушением пространственно-временных параметров (положение тела, скорость и т. д.), которое также связано с компенсаторными перестройками, вызванными деформацией позвоночного столба. В связи с важностью пространственно-временных изменений в контексте компенсаторной перестройки орга-

низма при деформации позвоночника необходимо изучить механизм перехода между двумя состояниями – положением стоя и ходьбой у людей, страдающих ИС. Предположительно, смещение центра тяжести, коррелирующее с деформацией позвоночника, будет оказывать влияние на скорость инициации ходьбы.

Цель исследования – изучить биомеханические особенности кинетических показателей инициации ходьбы у девочек подросткового возраста с некомпенсированным С-образным сколиозом.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

В исследовании приняли участие 19 девочек подросткового возраста, из которых 10 (относительно здоровых) составили контрольную группу (КГ) и 9 (с идиопатическим сколиозом) – экспериментальную группу (ЭГ). В ЭГ включены только пациенты с правосторонним С-образным груднопоясничным сколиозом II степени и эктоморфным типом телосложения.

Обе группы были сопоставимы и не демонстрировали статистически значимых различий по показателям возраста, длины и массы тела (табл. 1).

Таблица 1

Сравнительные данные участников исследования, (М ± σ)

Показатель	КГ (n = 10)	ЭГ (n = 9)
Возраст, лет	13,6 ± 2,2	12,6 ± 1,8
Длина тела, м	1,61 ± 0,09	1,56 ± 0,7
Масса тела, кг	47,3 ± 7,0	45,9 ± 8,3
Угол Кобба, °	–	18,3 ± 7,5

Примечание. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

В рамках исследования собран подробный анамнез испытуемых, включающий: информацию о дебюте заболевания, его течении и скорости прогрессирования, семейный анамнез, физической активности (спортивные секции и кружки), предшествующее лечение и наличие сопутствующих заболеваний [8]. У участниц ЭГ изучены рентгеновские снимки, выполнена оценка угла искривления по методу Кобба, для оценки стадии оссификации подвздошных костей проведен тест

Риссера, произведена оценка сагиттального профиля позвоночника. У всех испытуемых оссификация подвздошных костей соответствовала стадиям активного роста (R2–R3), при этом значимых различий в длине нижних конечностей зафиксировано не было.

С целью регистрации показателей силы реакции опоры использован компьютерный комплекс анализа движений для выявления нарушения функций и их восстановления «Биомеханика-МБН». Частота регистрации

показателей составляла 100 Гц. По сигналу испытуемые выполнили две серии из пяти последовательных инициаций ходьбы. Экспериментатор давал команду с какой ноги начинать движение. Анализ полученных данных производился по трем компонентам силы реакции опоры: медиолатеральный (поперечный, Fx), переднезадний (продольный, Fy), вертикальный (Fz) [8].

Весь статистический анализ проводился при помощи пакета программ SPSS 22.0 (SPSS, Inc., США) и Statistica 12.5 (StatSoft Power Solutions, Inc., США).

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ экспериментальных данных выявил, что испытуемые ЭГ затрачивали статистически значимо больше времени на выполнение инициации паттерна шага (с учетом всех трех компонентов), по сравнению с испытуемыми КГ (рисунок). Дифференцированные временные показатели, отражающие моменты возникновения пиковых значений, зарегистрированные силовой платформой, размещенной под опорной конечностью, представлены в табл. 2.

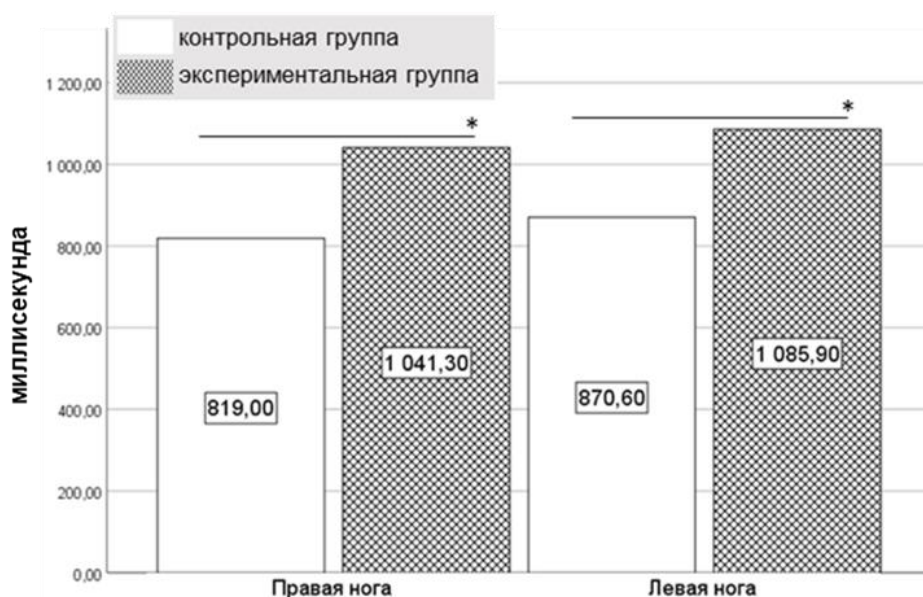


Рисунок. Общая продолжительность фазы инициации ходьбы

Примечания: 1. «*» – достоверные различия, $p \leq 0,05$.

2. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

Таблица 2

Компоненты силы реакции опоры при инициации шага правой/левой нижней конечностью (мс)

Моменты возникновения пиковых значений		Fx			Fy			Fz		
		КГ KG	ЭГ EG	p	КГ KG	ЭГ EG	p	КГ KG	ЭГ EG	p
Пик 1	П	41 ± 29	52 ± 49	НД	82 ± 51	59 ± 33	**	37 ± 15	36 ± 14	НД
	Л	36 ± 21	48 ± 46		89 ± 54	85 ± 54		48 ± 19	52 ± 24	
	p	НД	НД		НД	**		НД	**	
Промежуточный пик	П	169 ± 53	181 ± 82	НД	258 ± 74	234 ± 88	*	155 ± 36	159 ± 51	НД
	Л	163 ± 59	177 ± 79		229 ± 86	239 ± 81		162 ± 52	156 ± 56	
	p	НД	НД		*	*		НД	НД	
Пик 2	П	346 ± 59	398 ± 69	**	439 ± 71	468 ± 61	**	379 ± 55	395 ± 67	НД
	Л	378 ± 72	381 ± 71		448 ± 75	458 ± 56		388 ± 62	394 ± 42	
	p	*	*		НД	НД		НД	НД	

Примечания: 1. Достоверные статистические различия обозначены «*» при $p < 0,03$ и «**» при $p < 0,01$, «НД» – недостоверные различия, $p > 0,05$; «П» – правая нога, «Л» – левая.

2. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

Полученные данные подтвердили тот факт, что «левая нижняя конечность, соответствующая стороне вогнутости дуги искривления, вызывает увеличение параметров продолжительности фазы инициации шага и пиковых значений силы реакции опоры» [8]. Сравнение компонентов силы реакции опоры при инициации шага правой и левой нижними конечностями также подтвердило факт того, что «нестабильность динамических характеристик стереотипа ходьбы в значительной степени определяется выбором ноги, с которой начинается шаг – а при инициации шага с левой ноги (сторона вогнутости дуги искривления) у испытуемых с идиопатическим сколиозом наблюдается тенденция к использованию стратегии стабилизации движения, в то время, как при инициации шага с правой ноги (сторона выпуклости дуги искривления) деформация позвоночника приводит к систематической нестабильности поддержания равновесия» [8]. Полученные данные подтвердили, что ИС приводит к развитию асимметрии динамического стереотипа ходьбы, в зависимости от стороны инициации шага. Деформация позвоночного столба и асимметричное развитие мышечно-связочного аппарата при сколиозе обуславливают неравномерное распределение биомеханических нагрузок, что способствует изменению кинетических параметров ходьбы в зависимости от того, с какой ноги начинается шаг.

Таким образом, ИС оказывает непосредственное влияние на постуральные компенсаторные стратегии организма человека, что в свою очередь связано с изменением биомеханики и распределением нагрузки вследствие деформации позвоночного столба. Искривление позвоночника приводит к нарушению симметрии тела, что вызывает

необходимость адаптации со стороны опорно-двигательного аппарата для поддержания равновесия и координации движений. Выполнение таких локомоций, как ходьба и бег, у пациентов с ИС вызывают асимметричные двигательные паттерны, которые направлены на компенсацию постурального дисбаланса, в частности зафиксированы изменения в кинетических параметрах движений.

Полученные результаты во многом согласованы с выводами зарубежных коллег [6, 9, 10], установивших, что адаптивные стратегии могут включать в себя перераспределение мышечной активности, корректировку осанки и модификацию двигательных стереотипов, направленных на стабилизацию тела в условиях измененной биомеханической нагрузки, обусловленной деформацией позвоночника.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты проведенного исследования подтвердили, что идиопатический сколиоз оказывает значительное влияние на симметрию и стабильность динамического стереотипа ходьбы. Хотя двигательные стереотипы и представляют собой устойчивые и стандартизированные паттерны движений, которые формируются многократным повторением определенных моторных действий, экспериментально доказано, что такие стереотипы обладают способностью к адаптации и изменению в зависимости от индивидуальных биомеханических особенностей человека. Нарушение симметрии приводит к необходимым для организма адаптационным изменениям в работе мышц и суставов, направленных на компенсацию постурального дисбаланса и поддержание координации движений.

Список источников

1. Miyazaki T., Kawada M., Nakai Y. et al. Validity of measurement for trailing limb angle and propulsion force during gait using a magnetic inertial measurement unit // *BioMed Research International*. 2019. P. 8123467. <https://doi.org/10.1155/2019/8123467>.
2. Nishida M., Nagura T., Fujita N. et al. Spinal correction surgery improves asymmetrical trunk kinematics during gait in adolescent idiopathic scoliosis with

References

1. Miyazaki T., Kawada M., Nakai Y. et al. Validity of measurement for trailing limb angle and propulsion force during gait using a magnetic inertial measurement unit. *BioMed Research International*. 2019:8123467. <https://doi.org/10.1155/2019/8123467>.
2. Nishida M., Nagura T., Fujita N. et al. Spinal correction surgery improves asymmetrical trunk kinematics during gait in adolescent idiopathic scoliosis with

- thoracic major curve // *European Spine Journal*. 2019. Vol. 28, no. 3. P. 619–626. <https://doi.org/10.1007/s00586-018-5741-7>.
3. Fortin C., Nadeau S., Labelle H. Inter-trial and test-retest reliability of kinematic and kinetic parameters among subjects with adolescent idiopathic scoliosis // *European Spine Journal*. 2007. Vol. 17, no. 2. P. 204–216. <https://doi.org/10.1007/s00586-007-0469-9>.
 4. Кириллова К. А. Коррекция сколиотической деформации у студентов средствами адаптивной физической культуры // *Адаптивная физическая культура*. 2023. Т. 95, № 3. С. 48–49.
 5. Deng C., Gillette J. C., Derrick T. R. Finite element analysis of femoral neck strains during stair ascent and descent // *Scientific Reports*. 2021. Vol. 11, no. 1. P. 9183. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-87936-y>.
 6. Shere C., Clark E. M. Systematic review of the association between isolated musculoskeletal hypermobility and adolescent idiopathic scoliosis // *Archives of Orthopaedic and Trauma Surgery*. 2023. Vol. 143, no. 6. P. 3055–3076. <https://doi.org/10.1007/s00402-022-04508-z>.
 7. Bensoussan L., Mesure S., Viton J. M. et al. Temporal, kinetic and kinematic asymmetry in gait initiation in one subject with hemiplegia // *Annales de Readaptation et de Medecine Physique*. 2004. Vol. 47, no. 9. P. 611–620. <https://doi.org/10.1016/j.annrmp.2004.04.004>.
 8. Солодилов Р. О. Биомеханика адаптивных компенсаторных реакций организма девочек подросткового возраста с идиопатическим сколиозом // *Адаптивная физическая культура*. 2023. Т. 96, № 4. С. 5–7.
 9. Diop M., Rahmani A., Calmels P. et al. Influence of speed variation and age on the intrasubject variability of ground reaction forces and spatiotemporal parameters of children normal gait // *Annales de Readaptation et de Medecine Physique*. 2004. Vol. 47, no. 2. P. 72–80. <https://doi.org/10.1016/j.annrmp.2003.09.006>.
 10. Daryabor A., Arazpour M., Sharifi G. et al. Gait and energy consumption in adolescent idiopathic scoliosis: A literature review // *Annals of Physical and Rehabilitation Medicine*. 2017. Vol. 60, no. 2. P. 107–116. <https://doi.org/10.1016/j.rehab.2016.10.008>.
 - thoracic major curve. *European Spine Journal*. 2019;28(3):619–626. <https://doi.org/10.1007/s00586-018-5741-7>.
 3. Fortin C., Nadeau S., Labelle H. Inter-trial and test-retest reliability of kinematic and kinetic parameters among subjects with adolescent idiopathic scoliosis. *European Spine Journal*. 2007;17(2):204–216. <https://doi.org/10.1007/s00586-007-0469-9>.
 4. Kirillova K. A. Correction of scoliotic deformity in students by means of adaptive physical culture. *Adaptive Physical Education*. 2023;95(3):48–49. (In Russ.).
 5. Deng C., Gillette J. C., Derrick T. R. Finite element analysis of femoral neck strains during stair ascent and descent. *Scientific Reports*. 2021;11(1):9183. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-87936-y>.
 6. Shere C., Clark E. M. Systematic review of the association between isolated musculoskeletal hypermobility and adolescent idiopathic scoliosis. *Archives of Orthopaedic and Trauma Surgery*. 2023;143(6):3055–3076. <https://doi.org/10.1007/s00402-022-04508-z>.
 7. Bensoussan L., Mesure S., Viton J. M. et al. Temporal, kinetic and kinematic asymmetry in gait initiation in one subject with hemiplegia. *Annales de Readaptation et de Medecine Physique*. 2004;47(9):611–620. <https://doi.org/10.1016/j.annrmp.2004.04.004>.
 8. Solodilov R. O. Biomechanics of adaptive compensatory reactions of adolescent girls with idiopathic scoliosis. *Adaptive Physical Education*. 2023;96(4):5–7. (In Russ.).
 9. Diop M., Rahmani A., Calmels P. et al. Influence of speed variation and age on the intrasubject variability of ground reaction forces and spatiotemporal parameters of children normal gait. *Annales de Readaptation et de Medecine Physique*. 2004;47(2):72–80. <https://doi.org/10.1016/j.annrmp.2003.09.006>.
 10. Daryabor A., Arazpour M., Sharifi G. et al. Gait and energy consumption in adolescent idiopathic scoliosis: A literature review. *Annals of Physical and Rehabilitation Medicine*. 2017;60(2):107–116. <https://doi.org/10.1016/j.rehab.2016.10.008>.

Информация об авторах

Р. О. Солодилов – кандидат биологических наук, доцент.

О. А. Кошевой – кандидат биологических наук, заведующий отделением физической реабилитации.

А. Е. Винс – кандидат биологических наук, заместитель начальника Управления, начальник отдела физической реабилитации.

About the authors

R. O. Solodilov – Candidate of Sciences (Biology), Associate Professor.

O. A. Koshevoy – Candidate of Sciences (Biology), Head of the Physical Rehabilitation Department.

A. E. Vins – Candidate of Sciences (Biology), Deputy Head of Department, Head of Physical Rehabilitation Department.