подкрепляет уверенность в своих силах, активизирует и содействует дальнейшему совершенствованию программы самовоспитания, самосовершенствованию, реализации здорового образа жизни.

1. Виноградов П.А. Основы физической культуры и здорового образа жизни / П.А. Виноградов, А.П. Душанин, В.И. Жолдак. – М., 1996.
2. Абызова, А.Р. Здоровый образ жизни студента / А.Р. Абызова, Е.В. Александрова // Актуал. проблемы естественнонауч. образования, защиты окружающей среды и здоровья человека. – 2015. – Т. 1, № 1.
3. Любина, Н.В. Роль физической культуры в обеспечении здорового образа жизни студента / Н.В. Любина // Современ. тенденции развития науки и технологий. – 2016.
4. Д.Н. Давиденко, Ю.Н. Щедрин, В.А. Щеголев Здоровье и образ жизни студентов, 2005.
5. Чумаков Б.Н. Валеология. – М., 1999.

Копытов А.А., Авхачева Н.А.

Повышение благополучия иностранных студентов как фактор повышения уровня конкурентоспособности информационно-коммуникативного пространства современного вуза

ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет» (НИУ «БелГУ») (Россия, Белгород)

doi: 10.18411/lj-06-2021-106

Аннотация

Студенты высших учебных заведений в процессе обучения и во время сдачи экзаменов подвержены риску формирования стрессовой реакции, при этом иностранные студенты подвергаются более высокому риску, обусловленному недостаточной информационно-коммуникативной адаптацией. Поскольку здоровье и благополучие в целом коррелируют с успеваемостью студентов и опытом существования в иноязычной информационно-коммуникативной среде, все большее количество университетов модифицируют языковые терминалы для эффективной поддержки благополучия иностранных студентов. Настоящее исследование направлено на изучение того, как иностранные студенты, получающие медицинское образование понимают благополучие, и как информационно-коммуникативное взаимодействие укрепляет их собственное благополучие и благополучие других лиц. В рамках исследования, проведено интервьюирование 204 студентов 1-2 и 5-6 курсов. На основании рассуждений иностранных студентов осуществлена оценка и рейтингование значимости компонентов понятия «благополучие». Полученные данные помогают повысить эффективность работы информационно-коммуникативного пространства современного вуза.

Ключевые слова: иностранные студенты, информационно-коммуникативное пространство, благополучие.

Abstract

Students of higher educational institutions are at risk of developing a stress reaction during their studies and during exams, while foreign students are at a higher risk due to insufficient information and communication adaptation. Since health and well-being in general correlate with student performance and experience in a foreign-language information and communication environment, an increasing number of universities are modifying language terminals to effectively support the well-being of foreign students. The current study

aims to examine how international medical students understand well-being, and how information and communication interaction strengthens their own well-being and the well-being of others. As part of the study, 204 students of the 1-2 and 5-6 courses were interviewed. Based on the arguments of foreign students, the assessment and rating of the significance of the components of the concept of "well-being" was carried out. The obtained data help to increase the efficiency of the information and communication space of a modern university.

Keywords: international students, information and communication space, well-being.

Введение. Качество информационно-коммуникативного взаимодействия в значительной мере предрасполагает / профилактирует возникновение психических и общесоматических заболеваний, определяемых когнитивным, эмоциональным, поведенческим статусом студентов, влияя на их умозаключения, формируя поступки и благополучие в целом [1,2]. Благополучие не определяется наличием или отсутствием патологии и состоит из комплекса физических, психических, эмоциональных и социальных компонентов обусловленных, в том числе и пониманием того, что обретение образования гарантирует в дальнейшем высокий уровень социальной конкурентоспособности [3,4].

Согласно Оудсу и Джонстону [5], информационно-коммуникативное взаимодействие является инструментом, применяя который иностранные студенты оптимизируют информационно-коммуникативное пространство вуза, повышая его уровень конкурентоспособности. В соответствии с этим и вузу необходимо оптимизация информационно-коммуникативного пространства для повышения собственного уровня конкурентоспособности и благополучия реальных и потенциальных потребителей научно-образовательных услуг [6].

Цель исследования. Определение компонентов благополучия иностранных студентов и их рейтингование для повышения уровня конкурентоспособности информационно-коммуникативного пространства современного вуза.

Материалы и методы. К интервьюированию привлечены иностранные студенты (n=204), проявившие интерес к изучаемому вопросу, обучающиеся в медицинском институте Белгородского государственного национального исследовательского университета в возрасте от 19 до 28 лет, в том числе 105 юношей и 99 девушек. Все принявшие участие в исследовании утверждали о соответствии половой и гендерной принадлежности. Из студентов сформировали две группы. В первую группу вошли 106 студентов, обучающихся на 1-2 курсе, существующие в информационно-коммуникативном пространстве университета от 6 до 18 месяцев. Во вторую 98 студентов 5-6 курсов, поддерживающих информационно-коммуникативное пространство университета от 54 до 66 месяцев.

На первом этапе интервью выяснялась возможность студентов эффективно поддерживать информационно-коммуникативное взаимодействие. Студентам предложили оценить собственный уровень знания русского языка. В первой группе слабый уровень знания языка подтвердили 42 студента (39,6%), удовлетворительный 45 (42,5%), хороший – 19 (17,9%). Во второй группе указали плохую возможность поддержания коммуникации 21 (21,4%), удовлетворительную 37 (37,6%) хорошую 38 (41%) студентов.

На втором этапе студентам предложили обсудить вопрос: «Что такое благополучие, с чем Вы его связываете?». В результате беседы выявлены **компоненты благополучия определяемые:** общесоматическим здоровьем, психическим здоровьем, безопасностью, возможностью поддерживать информационно-коммуникативное взаимодействие (таблица 1).

Таблица 1

*Рейтинг компонентов благополучия и их составляющих, по мнению студентов
медицинского института*

Компоненты благополучия	Составляющие компонентов	Студенты 1-2 курсов	Студенты 5-6 курсов
Общесоматический статус	Соматическое здоровье	106 (100,0%)	98 (100,0%)
	Чувство комфорта	76 (71,7%)	63 (64,3%)
Психическим статусом	Защищённость от физического насилия	106 (100%)	98 (100%)
	Отсутствие проблем, связанных с обучением	106 (100%)	98 (100%)
	Взаимодействие с одноклассниками, педагогами	69 (65,1%)	34 (34,7%)
	Ощущение счастья, радости	59 (55,7%)	57 (48,0%)
	Позитивное отношение к проблеме	27 (25,5%)	22 (22,4%)
	Наличие надежды о хорошем будущем	7 (6,6%)	8 (8,1%)
	Наличие мотивации для достижения цели	4 (3,8%)	3 (3,1%)
	Возможность восхищаться прекрасным	2 (1,9%)	2 (2,0%)
Безопасность	Финансовая безопасность	106 (100%)	98 (100%)
	Как соответствие языковых навыков учебным планам	51 (48,1%)	7 (7,1%)
	Проживание в экологически чистом регионе	3 (2,8%)	2 (2,0%)
	Возможность интеграции в профессиональное сообщество	9 (8,5%)	9 (9,2%)
Поддержка информационно-коммуникативного взаимодействия	Наличие жизненной цели	3 (2,8%)	2 (2,0%)
	Возможность самореализации	2 (1,9%)	2 (2,0%)

Наиболее важным (упоминаемым в первую очередь) компонентом собственного благополучия иностранные студенты считают общесоматическое здоровье. Проведённое рейтинговое исследование компонентов благополучия и их составляющих выявило, что вторым по значимости является психическое состояние в том числе: защищённость от физического насилия и финансовая безопасность, о чём упомянули 100% студентов. Большинство студентов подтвердили высокую значимость возможности участвовать в информационно-коммуникативном взаимодействии. Так 100 % обучающихся указали, что их психологический статус определяется отсутствием проблем с обучением. Комфортно чувствуют себя 65,1% студентов младших курсов и 34,7% студентов старших, если их языковые навыки достаточны для адекватного общения с одноклассниками и педагогами. На необходимость интеграции в профессиональное

сообщество, определяемой коммуникативными навыками, указали 8,5% начинающих обучение и 9,2% его заканчивающие.

На следующем этапе студентов попросили указать на действия, направленные на увеличение собственного благополучия. Проведённая статистическая обработка позволила составить рейтинг компонентов, обращение к которым приведёт к повышению уровня благополучия, определяемому в том числе: познавательной деятельностью, физической активностью, межличностными отношениями (таблица 2).

Таблица 2

Рейтинг компонентов, обращением к которым студенты поддерживают или планируют поддерживать собственный уровень благополучия

Компоненты благополучия	Составляющие компонентов	Студенты 1-2 курсов	Студенты 5-6 курсов
Познавательный	Увеличивать время на теоретическую подготовку для освоения новых компетенций	106 (100,0%)	98 (100,0%)
	Большее время уделять практическим занятиям	35 (33,0%)	74 (75,5%)
	Чётко придерживаться планов и добиваться целей»	31 (29,2%)	57 (58,2%)
Физический активность	Регулярно заниматься спортом	52 (49,1%)	46 (46,9%)
	Соблюдение режима сбалансированного питания	29 (27,4%)	18 (18,4%)
	Пребывание на природе	3 (2,8%)	1 (1,0%)
Межличностные отношения, поддержка	Телефонные разговоры с родителями	106 (100,0%)	98 (100,0%)
	Разговоры с друзьями	44 (41,5%)	22 (22,4%)
	Досуг с партнёром	13 (12,3%)	21 (21,4%)
	Участвовать в волонёрских движениях	9 (8,5%)	3 (3,1%)
Другое	Просмотр фильмов	2 (1,9%)	2 (2,0%)

Рейтингование выявило наибольшую значимость для студентов в поддержании собственного уровня благополучия «увеличение времени на теоретическую подготовку для освоения новых компетенций». Такой ответ получен в 100% у студентов обеих групп. Второй по значимости ответ свидетельствует о понимании студентами необходимости затраты большего времени практическим занятиям. Такой ответ дали 33,0% студентов младших курсов и 75,5% студентов старших курсов.

На четвёртом этапе студентов попросили обсудить мероприятия, направленные на повышение уровня благополучия близких людей. Анализ полученных высказываний выявил, что в соответствии со знанием языка страны, предоставляющей научно-образовательные услуги у иностранных студентов, могут формироваться различного характера трудности, связанные с «непониманием». И, естественно студенты образуют официальные и не официальные землячества, в рамках которых предпринимаются попытки эти трудности преодолеть. Понимая значимость такого взаимодействия студентам, продолжили обсудить компоненты помощи землякам для достижения более высокого уровня благополучия.

Участники обсуждения указали на возможность / необходимость участия в формировании благополучия своих земляков. Основным компонентом поддержки установлено информационно-коммуникативное взаимодействие. В качестве основной составляющей помощи в достижении более высокого уровня благополучия установлено «обсуждение сути проблемы», так считают 100% студентов. Менее значимым считается помощь в письменном изложении проблемы, способствующее её последующему решению. Об этом виде помощи упомянули 30,2% студентов младших курсов и 69% студентов старших курсов. Значимая разница определяется уровнем

владения языком. При этом студенты, и в первом и во втором случае считают целесообразным поиск пути решения проблемы среди земляков.

В настоящем рейтинге менее значимы действенные компоненты помощи в поддержании уровня благополучия. К совместным действиям, направленным на восстановления благополучия других лиц готовы прибегнуть 76,4% студентов младших курсов и только 33,7% студентов старших курсов (таблица 3).

Таблица 3

Рейтинг компонентов, обращением к которым студенты поддерживают или планируют поддерживать уровень благополучия других лиц

Компоненты благополучия	Составляющие компонентов	Студенты 1-2 курсов	Студенты 5-6 курсов
Информационно-коммуникативная поддержка	Вербальное обсуждение сути проблемы и поиск путей решения, в том числе среди земляков	106 (100,0%)	98 (100,0%)
	Помощь в письменном изложении проблемы, обращении, в том числе среди земляков	32 (30,2%)	69 (70,4%)
	Выслушивание как соучастие в переживании возможного или случившегося	38 (35,8%)	16 (16,3%)
	Постараться мысленно поставить себя на месте товарища и попытаться представить путь решения проблемы	12 (11,3%)	5 (5,1%)
Поддержка действием	Совместные действия, направленные на решение проблемы	81 (76,4%)	33 (33,7%)
	Демонстрация модели поведения, способствующая достижению искомого результата	24 (22,6%)	15 (15,3%)
	Нахождение рядом с целью демонстрации сочувствия	21 (19,8%)	7 (7,1%)
	Оказание финансовой помощи	5 (4,7%)	7 (7,1%)
	Не затрагивать словами и поступками возникшей проблемы	4 (3,8%)	4 (4,1%)
	Не свершать действия могущих привести к проблемам у окружающих	2 (1,9%)	0

Обсуждение результатов. Возможность сохранения общесоматического здоровья напрямую зависит от успехов, достигаемых человеком в процессе жизнедеятельности. По этой причине иностранные студенты относятся к группе риска, поскольку недостаточное информационно-коммуникативное взаимодействие может провоцировать возникновения широкого спектра проблем снижающего уровень благополучия. Участники интервью определили различные виды деятельности, потенциально приемлемые для поддержания собственного благополучия, а также указали на способы оказания поддержки близким людям и знакомым. И в том и в другом случае студенты понимают, что достижение большего благополучия непосредственно связано с информационно-коммуникативными технологиями.

Вывод. Мысли иностранных студентов о благополучии и его компонентах, а также их идеи о действиях, поддерживающих благополучие, служат основой для повышения эффективности информационно-коммуникативного пространства современного вуза. Информационно-коммуникативному пространству вуза следует, в интересах иностранных студентов, сформировать постоянно действующие антикризисные группы из педагогов и студентов, считающими основным языком общения русский язык. Демонстрация изменений, приводящих к повышению уровня благополучия иностранных студентов, может формировать дополнительную

привлекательность в глазах реальных и потенциальных потребителей научно-образовательных услуг современного вуза.

1. Australian Government. Mental Health. Available online: <https://www.health.gov.au/health-topics/mental-health> (accessed on 30 July 2020).
2. Копытов А.А. Конкурентоспособность высшего учебного заведения (по материалам анкетирования абитуриентов и выпускников) Труд и социальные отношения. 2014. № 3. С. 73-82.
3. Keyes, C.L.; Annas, J. Feeling good and functioning well: Distinctive concepts in ancient philosophy and contemporary science. J. Posit. Psychol. 2009, 4, 197–201.
4. Копытов А.А. Технологизация управления информационно- коммуникативным пространством российского вуза как фактор повышения уровня конкурентоспособности Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата социологических наук / Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ. Орёл, 2015.
5. Oades, L.G.; Johnston, A.L. Wellbeing literacy: The necessary ingredient in positive education. Psychol. Behav. Sci. Int. J. 2017, 3, 1–3.
6. Копытов А.А. Формирование информационнокоммуникативным пространством современного вуза конкурентоспособности социальных групп Теория и практика общественного развития. 2013. № 7. С. 35-38.

Ляшенко А.Г.

Технологии противодействия моббингу

Южный Федеральный Университет
(Россия, Ростов-на-Дону)

doi: 10.18411/lj-06-2021-107

Аннотация

В статье рассматриваются технологии противодействия моббингу. А также представлен анализ причин возникновения моббинга в трудовом коллективе. Выделены основные направления для предотвращения моббинг-процесса в коллективе.

Ключевые слова: Моббинг, противодействие моббингу, психологическое давление, травля, технологии противодействия, моббинг-процесс.

Abstract

The article discusses the technologies of countering mobbing. The article also presents an analysis of the causes of mobbing in the labor collective. The main directions for preventing the mobbing process in the team are highlighted.

Keywords: Mobbing, counteraction to mobbing, psychological pressure, bullying, counteraction technologies, mobbing process.

В современном мире все чаще стали употреблять термин «моббинг», подразумевая негативное воздействие группы людей на человека. Моббинг (от англ. mob – нападать толпой) – это психологическое давление, травля, негативное воздействие на человека группой людей, с целью его последующего увольнения. На самом деле, в последние годы проблема моббинга в трудовом коллективе стала достаточно актуальной. Нестабильная эмоциональная составляющая коллектива, социально-экономические причины, новшества в работе – всё это может являться причинами возникновения моббинга.

Моббинг в коллективе влияет на продуктивность рабочего процесса, на межличностные отношения сотрудников, также отражается на работоспособности «жертвы» этого процесса [1]. Причинами возникновения моббинг-процесса являются факторы, которые можно классифицировать: