7universum.com
UNIVERSUM:
ПСИХОЛОГИЯ И ОБРАЗОВАНИЕ

UNIVERSUM: ПСИХОЛОГИЯ И ОБРАЗОВАНИЕ

Научный журнал
Издается ежемесячно с ноября 2013 года
Является печатной версией сетевого журнала
Universum: психология и образование

Выпуск: 11(53)

Ноябрь 2018

Москва
2018

УДК 159.9+37
ББК 74+88
U55

Главный редактор:

Ходакова Нина Павловна, д-р пед. наук, проф.;

Заместитель главного редактора:

Ле-ван Татьяна Николаевна, канд. пед. наук;

Члены редакционной коллегии:

Ахмерова Динара Фирзановна, канд. пед. наук, доцент,

Виштак Ольга Васильевна, д-р пед. наук, канд. тех. наук;

Дмитриева Наталья Витальевна, д-р психол. наук, канд. мед. наук;

Иванова Светлана Юрьевна, канд. пед. наук;

Карапетян Владимир Севанович, д-р психол. наук;

Ларионов Максим Викторович, д-р биол. наук;

Сидячева Наталья Владимировна, канд. психол. наук;

Федосов Александр Юрьевич, д-р пед. наук;

Якушева Светлана Дмитриевна, канд. пед. наук.

U55 Universum: психология и образование: научный журнал. – № 11(53). М.,
Изд. «МЦНО», 2018. – 28 с. – Электрон. версия печ. публ. –
<http://7universum.com/ru/psy/archive/category/11-54>

ISSN (печ.версии): 2500-3984

ISSN (эл.версии): 2311-6099

DOI: 10.32743/UniPsy.2018.53.11

Учредитель и издатель: ООО «МЦНО»

ББК 74+88

© ООО «МЦНО», 2018 г.

Содержание	
Педагогические науки	4
Теория, методика и организация социально-культурной деятельности	4
ОХРАНА ТРУДА КАК КОМПОНЕНТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ОУ	4
Татаринцева Олеся Алексеевна Величко Алексей Иванович	
Теория и методика обучения и воспитания	6
СОВРЕМЕННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ УРОКА РУССКОГО ЯЗЫКА В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ ДАГЕСТАНСКОЙ ШКОЛЫ	6
Кислицкая Светлана Степановна	
Теория и методика профессионального образования	9
РОЛЬ ПРАКТИКИ В ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ К НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	9
Саттарова Лиана Сибгатовна	
Психологические науки	12
Медицинская психология	12
ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ КОРРЕЛЯТЫ ДИСТРЕССА	12
Тапалова Ольга Бисеновна Жиенбаева Надежда Бисеновна	
Общая психология, психология личности, история психологии	19
СТИХИЙНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ КАК ФАКТОР АКТУАЛИЗАЦИИ ДЕСТРУКТИВНЫХ УСТАНОВОК СОТРУДНИКОВ	19
Корнилина Светлана Валериановна Горькая Жанна Владимировна	

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ**ТЕОРИЯ, МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ
СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ****ОХРАНА ТРУДА КАК КОМПОНЕНТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
И ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ОУ****Татаринцева Олеся Алексеевна***специалист отдела безопасности,**Кубанского государственного университета физической культуры спорта и туризма,**РФ, г. Краснодар**E-mail: olesiatatar@yandex.ru***Величко Алексей Иванович***старший преподаватель кафедры безопасности жизнедеятельности и профилактики наркомании**Кубанского государственного университета физической культуры спорта и туризма,**РФ, г. Краснодар***LABOR PROTECTION AS A COMPONENT OF EDUCATIONAL ACTIVITY
AND SAFETY OF OU****Olesya Tatarintseva***specialist of security Department, Kuban state University of physical culture, sports and tourism,**Russia, Krasnodar***Alexey Velichko***senior lecturer kafedry bezopasnosti zhiznedeyatel'nosti i profilaktiki narkomanii**Kuban state University of physical culture of sports and tourism,**Russia, Krasnodar***АННОТАЦИЯ**

Охрана труда считается одной из основных задач по организации соответствующего трудового процесса в различной общественной, государственной или частной структуре исполняющий ту или иную трудовую деятельность. Проблема безопасности является одной из важнейших для каждого человека, общества и государства. Известно, что национальная безопасность включает в себя государственную, региональную, частную безопасность. Безопасность личности тесно связано с проблемой охраны труда. В действующем трудовом кодексе РФ охрана труда рассматривается как система сохранения жизни и здоровья сотрудников и обучающихся в процессе трудовой деятельности.

ABSTRACT

Labor protection is considered one of the main tasks for the organization of the relevant labor process in various public, public or private structures performing a particular labor activity. The problem of security is one of the most important for every person, society and state. It is known that national security includes state, regional, private security. Personal safety is closely linked to the issue of occupational safety. In the current labor code of the Russian Federation labor protection is considered as a system of preservation of life and health of employees and students in the process of labor activity.

Ключевые слова: охрана труда, безопасность жизнедеятельности, образовательное учреждение, учащиеся.**Keywords:** labor protection, life safety, educational institution, students.

На сегодняшний день безопасность является неотъемлемым условием и одним из критериев эффективности работы общеобразовательного учреждения. Все положения безопасности жизнедеятельности относятся к области производства, но приобретают здесь точность и определенность. Сфера познаний, исследуя опасности, действующие в условиях производства, и разрабатывающая способы защиты от них.

Безопасность тесно связана с проблемой охраны труда. В действующем Трудовом кодексе РФ охрана труда рассматривается как система сохранения жизни и здоровья работников и учащихся в процессе трудовой деятельности. Подчеркнем, что обязанности по обеспечению безопасных условий и охраны труда в образовательном учреждении возлагается на работодателя [2, с. 140].

Система охраны труда образовательного учреждения представляет собой сформированную ее руководителям упорядоченную совокупность органов, должностных лиц и организационных связей, предназначенных для управления деятельностью по сохранению жизни и здоровья сотрудников, а также учащихся (воспитанников) в процессе труда, обучения, воспитания и организованного отдыха [1, с. 345; 5, с. 65].

С имеющимися нормативами и подходами охраны труда в образовательных организациях представляет собой конкретную специфику:

- в рамках образовательных учреждений совершается связь обучающихся и педагогов, несущих ответственность за их безопасность, но в этой же степени имеющих возможность на обеспечение охраны труда.
- образовательные учреждения представляют собой заведения, обладающие всем комплексом подлежащих доступному контролю, с точки зрения охраны труда.
- образовательные учреждения представляют собой объекты, требующие отдельного внимания в отношении обеспечения пожарной безопасности и электробезопасности [1, с. 423].

Для охраны здоровья учащихся (воспитанников) в образовательном учреждении особое значение имеет соблюдение установленных гигиенических требований к условиям реализации образовательной программы. Гигиенические критерии допустимых условий и видов

работ для профессионального обучения и труда утверждены постановлением Госкомсанэпиднадзора РФ от 4 апреля 1997 года № 5 [5, с. 124].

Одной из основных частей по охране труда считается присутствие и выполнение абсолютно всех законодательных норм. Только лишь вследствие соблюдения всех требуемых норм охраны труда можно обеспечить адекватное открытие и функционирование образовательного учреждения.

Необходимо также учитывать, то что некоторые меры и условия по обеспечению охраны труда в образовательных организациях требуют ежегодного или иного периодического подтверждения и обновления.

Охрана труда в образовательной организации так же, как и в организациях иного профиля включает правовые, организационно-технические, санитарно-гигиенические и другие мероприятия, указанные в документе «Охрана труда в образовательном учреждении»

Организация управления охраной труда в общеобразовательных школах, в дошкольных образовательных учреждениях, в учреждениях дополнительного образования имеет одинаковый порядок и схожую структуру управления [3, с. 91].

Выполнение и соблюдение требований норм охраны труда, формирование безопасных условий в ходе обучения является одним из основных условий повышения качества образования. Учебные заведения должны сделать безопасные условия для получения образования.

Безопасность жизни и здоровье человека это главные ценности, по этому, нельзя пренебрегать правилами безопасности, где прописаны нормы поведения для предотвращения опасностей для здоровья сотрудников и учащихся.

Итогом выполнения профилактических мер по безопасности является снижение травматизма, уменьшение количества несчастных случаев среди обучающихся и сотрудников в образовательном учреждении.

В результате хочется отметить, что нельзя представить себе учебно-воспитательный процесс без соблюдения мер безопасности.

Выполнение условий качества образования возможно лишь при обеспечении безопасных условий образовательного процесса и при соблюдении всех норм охраны труда [4, с. 78; 6, с. 100].

Список литературы:

1. Беляков Г.И. Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда: учебник / Беляков Г. И. – Москва: Юрайт, 2013. – 572 с.
2. Куклев В.А. Основы безопасности труда: учебно-практическое пособие/ Куклев В.А.: Ульян. гос. техн. ун-т. – 2-ое изд., доп. и перераб. – Ульяновск: УлГТУ, 2013. – 221 с.
3. Недоступов Ю.К. Охрана труда в образовательных учреждениях. Ч. 1–3. – Мытищи: Изд-во УПЦ «Талант», 2001. – 216 с.
4. Петров В.С. Обеспечение безопасности образовательного учреждения. Практическое пособие. - М.: НЦ ЭНАС, 2006.-120 с.
5. Михайлов Ю.М. Охрана труда в образовательных учреждениях. Практическое пособие. - М.: Издательство «Альфа-Пресс», 2009. - 184 с.
6. Радченко С.А. Охрана труда в образовательных учреждениях: Методические указания по проведению практических занятий для студентов педагогических специальностей / Радченко С.А., Лазарев И.В., Заенчик В.М., Петрова М.С., Сергеев С.С., Радченко С.С. - Тула: Изд-во Тул. гос. пед. ун-та им Л.Н Толстого. 2012.-112 с.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ**СОВРЕМЕННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ УРОКА РУССКОГО ЯЗЫКА
В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ ДАГЕСТАНСКОЙ ШКОЛЫ****Кислицкая Светлана Степановна**

канд. филол. наук, доцент Дагестанского государственного педагогического университета,
доцент Дагестанского государственного университета народного хозяйства
РФ, г. Махачкала

E-mail: panarina.01@mail.ru

**CURRENT REQUIREMENTS FOR THE LESSON ORGANIZATION
OF THE RUSSIAN LANGUAGE IN INITIAL CLASSES OF DAGESTAN SCHOOL****Svetlana Kislitskaya**

Candidate of Philological Sciences, Associate Professor of Dagestan State Pedagogical University,
Associate Professor of Dagestan State University of National Economy,
Russia, Makhachkala

АННОТАЦИЯ

Статья посвящена описанию основных требований, предъявляемых к уроку русского языка в начальной школе модернизированной системой российского образования. Опираясь на положения стандартов второго поколения для начальной школы, автор основной акцент делает на структурные составляющие урока русского языка в дагестанской начальной школе, так как обучение второму языку происходит в условиях национально-русского двуязычия.

В статье обращается внимание на цели, задачи, содержание программного материала по дисциплине. Приоритетным определяется духовно-нравственная направленность урока, его целостность, внутренняя взаимосвязанность частей урока. Специфика организации урока русского языка в дагестанской начальной школе предполагает развитие речи и работу по предупреждению ошибок. Урок русского языка, организованный с учетом требований в рамках реализации стандартов второго поколения, поможет учителю активизировать познавательную деятельность учащихся, вызвать интерес к предмету, сформировать универсальные учебные действия, повысить уровень развития младшего школьника.

ABSTRACT

The article is devoted to the description of basic requirements for the Russian language lesson in elementary school by the modernized system of Russian education. Based on the provisions of standards of the second generation for the elementary school, the author focuses on structural components of the Russian language lesson in Dagestan elementary school, since the second language is taught in the context of national-Russian bilingualism.

In the article the attention is drawn to the goals, objectives, content of the program material on the discipline. The priority is determined by the spiritual and moral orientation of the lesson, its integrity, the internal interconnection of the lesson parts. The organization specificity of the Russian language lesson in Dagestan elementary school involves the development of speech and the work of preventing mistakes. The Russian language lesson, organized to meet requirements of the standards implementation of the second generation, will help the teacher to intensify cognitive activity of students, to generate interest in the subject, to form universal learning activities, to increase the level of development of the younger pupil.

Ключевые слова: урок русского языка, структура урока, требования к уроку, содержание урока, дагестанская начальная школа.

Keywords: the Russian language lesson; lesson structure; requirements for the lesson; lesson content; Dagestan elementary school.

Для выполнения требований нового стандарта в области обучения русскому языку учащихся началь-

ной школы определены изменения в содержании образования, фиксирующие в планируемых результа-

тах то, чему при изучении данного предмета выпускник начальной школы научиться, и то, чему получить возможность научиться, а именно: обязательность освоения учащимися начальной школы умений и действий, которые необходимы для продолжения обучения на следующей ступени образования, а также умений, возможных для усвоения и ориентированных на зону ближайшего развития ученика.

Дать учащимся прочные знания основ наук, подготовить их к жизни, к сознательному выбору профессии можно в процессе обучения, основной формой и единицей которого является урок [1, с.57].

Урок в педагогической науке характеризуется как логически законченный, целостный, ограниченный определенными рамками времени отрезок учебно-воспитательного процесса, в котором представлены цели, содержание, средства, методы, организация. Качество урока и его результаты зависят от мастерства учителя, правильного определения им каждого компонента урока и их рационального сочетания [4, с.52].

Содержание образования определяется целями обучения, а они диктуются потребностями общества. Новые задачи, выдвигаемые обществом перед школой, меняют понятие о содержании образования.

Педагогической общественности следует вырабатывать новые способы познания и практической деятельности. В этой связи каждый учитель, строя урок, должен определить, какие знания и на каком уровне должны быть усвоены, и установить для каждого урока знания и умения, которые необходимо приобрести на этом уроке.

Урок русского языка должен быть организован так, чтобы его содержание способствовало решению задачи научить детей не только предмету, но и сформировать учебную деятельность учащегося, вызвать мотивированный интерес к продолжению обучения, к добыванию знаний вообще.

Поставленная задача формировать универсальные учебные действия может быть реализована только при условии новой организации учебного процесса на уроке. Необходимо, чтобы при изучении конкретной темы, при формировании конкретного предметного действия у ученика формировались и личностные, и метапредметные универсальные учебные действия [3, с.114].

Основные требования к урокам русского языка в дагестанской начальной школе с учетом влияния родного языка обучающихся, основанные на общедидактических требованиях и освещенные в педагогической литературе, включают следующие положения:

1. Одним из важнейших требований к урокам русского языка в начальных классах является соответствие содержания урока принципам обучения и воспитания. Приобретение на уроке новых знаний и овладение универсальными учебными действиями, духовно-нравственное и патриотическое воспитание школьников должны сливаться в единый процесс.

Воспитательная направленность урока предполагает, что учебный материал и компоненты урока – содержание, методы, средства обучения, организация

классного коллектива, облик учителя (внимательное и доброжелательное отношение учителя к учащимся) воспитывает детей.

Огромными воспитательными возможностями обладает материал для речевых упражнений и заданий (рассказы, сочинения, миниатюры). Важным средством воспитания на уроках русского языка служит дидактический материал: слова, словосочетания, предложения, тексты. Языковой материал в учебниках русского языка и тексты художественных произведений в книгах для чтения также способствуют решению воспитательных задач урока. Нужные нравственные качества закладываются на уроке, где создана атмосфера творческого коллективного труда. На уроках русского языка особое внимание следует уделить воспитанию любви к русскому языку, бережного отношения к слову. Урок русского языка воспитывает и такие необходимые каждому человеку качества, как аккуратность, самостоятельность, инициативность.

2. Современный учебный процесс немыслим без наглядности и мультимедийных средств обучения. Большую часть информации человек воспринимает зрительно. С помощью средств наглядности снимается дополнительная нагрузка на память учащихся. Дети лучше запоминают изучаемые языковые явления. Наглядные средства обучения обеспечивают новые способы подачи учебного материала, позволяют чередовать различные виды деятельности, расширяют возможности для самостоятельного поиска информации. Средства наглядности используются при изучении любого раздела русского языка. В практике преподавания русского языка широко применяются различные виды наглядных пособий и технических средств обучения на уроках предварительного устного курса в национальной школе и в период обучения грамоте. В дагестанской начальной школе обучение ведется в условиях национально-русского двуязычия, поэтому важную роль на уроке играют демонстрационные таблицы, карточки, перфокарты, различный изобразительный материал; средства зрительно-слуховой наглядности; компьютерная техника. Среди наглядных средств обучения в дагестанской начальной школе ведущее место занимают таблицы, поскольку они дают определенную систематизацию, группировку информации, обеспечивают длительное предъявление учебного материала, помогают конкретизировать отвлеченный грамматический материал, конструкции предложений.

3. Эффективность урока русского языка в начальных классах предполагает систематический и планомерный контроль за качеством усвоения знаний учащимися с целью определения рациональных путей изучения дисциплины и преодоления пробелов в знаниях учащихся.

4. Одним из основных требований современного урока русского языка является целевая установка урока и его структурных частей, определение места урока в системе учебного предмета, дидактические цели, вытекающие из учебно-воспитательных задач курса. Целостность, внутренняя взаимосвязанность частей урока, строгая единая внутренняя логика,

определяющие содержание, средства, методы и приемы обучения являются необходимыми положениями целевой установки урока. В соответствии с этим требованием к уроку следует осуществлять на уроке строгий переход от одной части урока к другой [2, с.374].

5. Реализуя основные требования к уроку русского языка, учитель должен вносить в компоненты урока своё искусство, свой методический «почерк» в зависимости от индивидуальных черт и характера класса.

6. Урок русского языка в дагестанской начальной школе – это, прежде всего, урок развития речи и мышления учащихся. В современной школе развитие речи рассматривается как главная задача обучения русскому языку. Это специфика самого учебного предмета, социальная функция которого раскрывается в коммуникативной функции языка. Урок русского языка обязательно должен быть направлен на формирование умения грамматически правильно, стилистически точно, последовательно выражать свои мысли и передавать чужие.

6. Важнейшим требованием к уроку русского языка в дагестанской начальной школе выступает своевременное предупреждение и исправление различного рода ошибок (орфографических, пунктуационных, лексических, стилистических и др.). Для предупреждения ошибок следует использовать следующие приемы работы: проговаривание трудных по написанию слов; звуковой анализ слов; проведение выборочного комментирования; использование на уроках «Словаря для справок», таблиц, карточек, содержащих трудные по написанию слова; записывание на доске слов на неизученные правила и т.п.

7. Одним из требований к уроку русского языка является поисковый путь познания, который предполагает приобретение младшими школьниками части творческих знаний активным путем в процессе само-

стоятельного поиска, путем решения поисковых задач. Учитель должен способствовать творческой деятельности учащихся.

8. На уроке должно происходить не только изложение учебного материала, но и выполнение заданий, предусматривающих применение усвоенных теоретических знаний на практике, в том числе в измененной ситуации.

Новая организация современного урока русского языка в начальной дагестанской школе представлена системой уроков, т.к. только в системе можно оценить работу по обучению конкретному предмету, конкретной теме в конкретном классе. Последовательность такой работы обусловлена научной направленностью, логикой изложения, поиском эффективных методов и форм обучения, предусматривающих индивидуальную, парную, групповую работу. Именно эти формы организации урока должны превалировать над фронтальной работой, являющейся, несомненно, необходимой, но не главенствующей. При организации современного урока русского языка в рамках реализации стандартов второго поколения должны учитываться уровень развития младшего школьника, темп работы, особенности памяти, мышления, психологический настрой, готовность к обучению.

Учет индивидуальных особенностей учащихся начальных классов предопределяет отбор заданий, упражнений, форму их выполнения, адресованные конкретному ученику. Немаловажным является формирование интереса к изучению языка, причем мотивация этого интереса может быть различной: одним нравится определять части речи, другим - сопоставлять звуки и буквы, гласные и согласные, составлять небольшие тексты, третьим - решать орфографические задачи. Чтобы учитывать все перечисленные положения и аспекты необходимо единство программ и учебников, по которым работает учитель начальных классов.

Список литературы:

1. Буржунов Г. Г. Методика преподавания русского языка в дагестанской национальной школе. – Махачкала, 2010. – 250с.
2. Рамзаева Т.Г., Львов М.Р. Методика обучения русскому языку в начальных классах: учеб. пособие для студ. пед. ин-ов по специальности 2121 «Педагогика и методика начального обучения». – М., 1979. – 431с.
3. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа / сост. Е.С. Савинов. – 4-е изд., перераб. – М., 2012. – 223.с.
4. Соловейчик М.С., Светловская Н.Н. Русский язык в начальных классах: теория и практика обучения: учеб. пособие для студентов пед. учеб. заведений по спец. «Педагогика и методика начального обучения». – М., 1997. – 305с.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**РОЛЬ ПРАКТИКИ В ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ
К НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ****Саттарова Лиана Сибгаатовна***аспирант Стерлитамакского филиала, «Башкирский государственный университет»
Россия, Республика Башкортостан, г. Стерлитамак
E-mail: Lianka_com@mail.ru***THE ROLE OF PRACTICE IN THE TRAINING OF STUDENTS IN RESEARCH ACTIVITIES****Liana Sattarova***Graduate student Sterlitamak branch of Bashkir State University
Russia, Republic of Bashkortostan, Sterlitamak***АННОТАЦИЯ**

Обучение в вузе ориентировано на развитие качеств и способностей, необходимых для саморазвития, что ведет к увеличению доли и роли исследовательской работы студентов, а также форм деятельности, направленных на достижение этого результата. Прохождение студентами практики является важным звеном в системе высшего педагогического образования. В данной статье рассматривается вопрос о роли практики в подготовке студентов к научно-исследовательской деятельности, а также формировании соответствующих профессиональных компетенций.

ANNOTATION

Education at the University is focused on the development of qualities and abilities necessary for self-development, which leads to an increase in the share and role of students' research work, as well as forms of activities aimed at achieving this result. Practical training of students is an important link in the system of higher pedagogical education. This article discusses the role of practice in preparing students for research activities, as well as the formation of appropriate professional competencies.

Ключевые слова: научно-исследовательская деятельность, практика, профессиональные компетенции, исследовательская работа.

Keywords: research activity, practice, professional competence, research work.

В условиях интенсивного реформирования процесса образования, пересмотра содержания программ к педагогам при осуществлении профессиональной деятельности предъявляются повышенные требования, одним из которых является готовность к научным исследованиям, направленным для решения многообразных теоретико-методических проблем. В связи с этим выпускникам вузов необходимо знание основ научно-исследовательской деятельности, являющееся составляющей высокой квалификации, развитого образовательного потенциала, сформированной профессиональной культуры. Это прямая ориентация на исследовательскую деятельность одного из четырех видов профессиональной деятельности с соответствующим перечнем профессиональных компетенций (далее – ПК), представленному в ФГОС ВО по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование», и которыми должен обладать выпускник.

Научно-исследовательская работа в вузе является неотъемлемой частью подготовки квалифицированных кадров, с помощью которой повышается интерес к изучаемым дисциплинам, формируются навыки ведения экспериментов, развивается самостоятельность и избирательная активность студентов, осуществляется подготовка выпускника к исследовательской работе в вузе [3]. Совершенствованию теоретической и практической подготовки студентов способствует выполнение ими различных работ исследовательского характера, углубляющих и закрепляющих имеющиеся теоретические знания изучаемых дисциплин; развивающих практические умения в проведении экспериментов, анализе полученных результатов и выработке рекомендаций по совершенствованию того или иного вида деятельности. Также результативным способом подготовки студентов к исследовательской деятельности является прохождение практики на всех этапах обучения.

Составной частью образовательного процесса в вузе выступает практика, входящая в структуру программы обучения, и являющаяся мощным инструментом в формировании ПК и подготовки к исследовательской деятельности. Блок «Практики» включают учебную и производственную, в том числе преддипломную. Так к типам учебной практики относят: по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности. Производственная: по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; педагогическая, выступают как процесс накопления опыта работы, и как одно из важных условий формирования и развития общих и профессиональных компетенций [3, с. 11].

В качестве общих задач практики можно выделить обеспечение готовности выпускников к выполнению основных функций в соответствии с квалификационными требованиями, расширение, углубление, закрепление круга формируемых ЗУН, обеспечение неразрывной связи практического и теоретического обучения, обладание профессиональной культурой. Более конкретные задачи – формирование навыков наблюдения и анализа образовательной деятельности с учащимися; апробация на практике различных технологий и методов обучения и воспитания; проведение учебно-воспитательной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей школьников; проведение разнообразных типов уроков и форм внеклассной работы в соответствии с планом; работа со школьной документацией [2, с. 112].

Рабочая программа практики разрабатывается в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования. Содержание практики должно отвечать профилю подготовки в вузе будущих учителей и выступать как показатель качества теоретической и научной подготовки студента. Также ее рассматривают как среду подготовки бакалавров, способной обеспечивать освоение исследовательских компетенций. В соответствии с этим возникает ориентированность на формирование личности, способной совершенствовать свою профессиональную и социальную деятельности, самостоятельно и творчески подходить к решению проблемных ситуаций и задач [1, с. 3].

Непременным условием преддипломной производственной практики на последних курсах обучения является проведение научного исследования в рамках педагогического эксперимента сообразно плану курсовой или дипломной работы, направленное на совершенствование учебного процесса, методических умений и навыков. В период прохождения практики студент должен собрать необходимый материал для проведения научно-исследовательской работы.

Преподавателями кафедр предлагается студентам тематика работы и индивидуальные задания по сбору материала. У них появляется возможность погружения в научно-исследовательскую деятельность, результатом которой должно стать создание теоретической и эмпирической основы выпускной квалификационной работы. Важной составляющей содержания практики являются сбор информации, обработка полученного фактического материала и статистических данных, библиографическая работа с привлечением информационных технологий, использование разнообразных методов и методик исследования – наблюдения, моделирования, эксперимента, анкетирования, интервьюирование. Составляется программа и план эмпирического исследования, ставится гипотеза и формулируются задачи, определяется объект, выбирается методика, обрабатываются данные, обобщаются и подготавливаются результаты исследования. В ходе практики приобретает опыт самостоятельного ведения научно-исследовательской деятельности, целенаправленного решения выдвигаемых задач. Данная работа позволит выступить с докладами на заседаниях кружка научных сообществ и студенческих конференциях, подготовить статьи для публикации в научных сборниках вуза и т.д.

Таким образом, в результате выполнения заданий и в ходе прохождения практики у студентов закрепляются теоретические знания, формируется понимание необходимости постоянно их совершенствовать, закреплять и превращать их в компетенции. Практика является важным звеном в системе высшего образования и предоставляет возможность овладения студентами способами решения поставленных научно-исследовательских задач в области начального образования, проверки собственного потенциала в ведении самостоятельного научного поиска. Прохождение практики способствует формированию готовности проектировать и осуществлять в своей работе новое содержание учебных программ, реализовывать современные образовательные технологии, самостоятельно формулировать и осуществлять поиск решения задач, возникающих в ходе научно-исследовательской и педагогической деятельности. В конечном счете обеспечивается становление научно-исследовательского, инновационного мышления и творческого потенциала студентов, появления у них конкретного представления об основных профессиональных задачах. Организация практик на всех этапах должна быть направлена на обеспечение непрерывности и последовательности овладения студентами широкого спектра видов профессиональной деятельности в соответствии с требованиями к уровню подготовки выпускника, в том числе к научно-исследовательской деятельности.

Список литературы:

1. Дзидзоева С.М. Педагогическая практика как условие развития исследовательских компетенций студентов: диссертация ... кандидата педагогических наук: 13.00.08 / Дзидзоева София Муратовна; [Место защиты: Юж. федер. ун-т]. - Ростов-на-Дону, 2009. - 148 с.: ил. РГБ ОД, 61 09-13/2100

2. Елагина В.С., Немудрая Е.Ю., Балакина Л.Л. Формирование профессионально-педагогической компетентности студентов педагогического вуза в условиях реализации образовательных стандартов третьего поколения // Фундаментальные исследования. 2011. № 3. – С. 110-113.
3. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fgosvo.ru/uploadfiles/fgosvob/440301.pdf>

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ КОРРЕЛЯТЫ ДИСТРЕССА

Тапалова Ольга Бисеновна

д-р психол. наук, профессор Казахского национального педагогического университета им. Абая.

Казахстан, г. Алматы

E-mail: otapalova@gmail.com

Жиенбаева Надежда Бисеновна

д-р психол. наук, профессор, Казахская академия труда и социальных отношений

Казахстан, г. Алматы

E-mail: zh_nadejda@mail.ru

PSYCHOPHYSIOLOGICAL CORRELATES OF DISTRESS

Olga Tapalova

Doctor of Psychology, Professor, Abay Kazakh National Pedagogical University

Kazakhstan, Almaty

Nadezhda Zhiyenbayeva

Doctor of Psychology, Professor, Kazakh Academy of Labor and Social Relations

Kazakhstan, Almaty

АННОТАЦИЯ

В настоящей статье представлены результаты исследования хронического стресса у студентов. Феномен стресса требует специального комплексного психофизиологического исследования так как несмотря на множество работ, посвященных изучению стресса, до сих пор остается слабо изученным анализ взаимосвязи вегетативных и психологических показателей развития именно хронического стресса. Основной целью нашего научного исследования являлось нахождение взаимосвязи психофизиологических показателей хронического стресса с индивидуальными особенностями личности студентов.

Методы исследования: экспресс-опросник пятифакторной модели личности - опросник «BIG FIVE»; Клинико-психологическая анкета симптомов «SCL-90-R». Полученные результаты свидетельствуют о влиянии индивидуальных особенностей личности на психологические и физиологические показатели в условиях стрессовой ситуации. Результаты исследований свидетельствуют о высокой степени длительности хронического стресса и повышенного уровня тревожности у студентов. Выявленная специфика хронического стресса у студентов характеризуется тем, что в стрессорной реакции преобладают либо психологические, либо физиологические нарушения.

ABSTRACT

This article presents the results of a study of chronic stress in students. Stress is not reduced only to emotional phenomena, but is determined and reflected in motivational, cognitive, volitional, characterological and other components of the personality. That is why the phenomenon of stress requires a special complex psychophysiological study. Despite the many works devoted to the study of stress, the analysis of the interconnection between the vegetative and psychological indices of the development of chronic stress is still poorly studied.

The task of our scientific research is to find the relationship between psycho-physiological indicators of chronic stress and individual characteristics of the student's personality. Methods of research: express questionnaire of the five-factor model of the personality - a questionnaire "BIG FIVE"; Clinical and psychological questionnaire of symptoms "SCL-90-R". The received results testify to influence of individual features of the person on psychological and physiological indicators in the conditions of a stressful situation. The results of the studies indicate a high degree of duration of chronic

stress and an increased level of anxiety among students. The identified specificity of chronic stress in students is characterized by the fact that in a stressful reaction, either psychological or physiological disorders predominate.

Ключевые слова: стресс, тревожность, дистресс, адаптация, студенты.

Keywords: stress, anxiety, distress, adaptation, students.

Введение. В настоящее время существует большое количество подтверждений тому, что хронический стресс стал спутником жизни молодых людей и состояние психофизиологического здоровья студентов находится под угрозой срыва [1-3]. Рост невротических, психосоматических и депрессивных расстройств среди студентов также является результатом наличия стрессовых состояний [4-10]. Несмотря на множество работ, посвященных изучению стресса [9-11], до сих пор остается слабо изученным вопрос о взаимосвязи психофизиологических показателей хронического стресса и индивидуальных особенностей студентов. Поэтому наше исследование было посвящено этой проблеме.

Целью нашего исследования являлось выявление психофизиологических коррелятов хронического стресса у студентов и нахождение корреляций с индивидуальными особенностями личности.

На наш взгляд своевременная диагностика и скрининг дистресса как индикатора накопленного хронического стресса является информативным и комплексным подходом к профилактике психического здоровья студентов.

Известны следующие симптомы хронического стресса: нарушения сна и аппетита; физическая слабость, головные боли; постоянная усталость, апатия; проблемы с концентрацией внимания, памятью, скоростью мыслительного процесса; нервозность, суетливость, желание все контролировать, невозможность расслабиться; тяга к алкоголю, спиртному, вредной пище; снижение иммунитета, обострение заболеваний внутренних органов. В этом списке прослеживаются явные противоречия, приводящие больного к хождению по замкнутому кругу: он чувствует себя плохо, перестает выполнять свои привычные обязанности, испытывает чувство вины, это приводит к нервозности и дистрессу [12-15].

Методы исследования. Для выявления наличия дистресса как показателя хронического стресса мы использовали симптоматический опросник SCL-90-R (англ. Symptom Check List-90-Revised), разработанный в 1975 г. L. R. Derogatis. Методика является инструментом определения актуального, присутствующего на данный момент наличия симптоматики дистресса. Нами использовалась данная методика адаптированная Тарабриной Н.В. [19].

SCL-90-R включает в себя 90 утверждений (симптомов), сгруппированных в 9 шкал: 1) Соматизация (SOM); 2) Обсессивность-компульсивность (OS); 3) Межличностная сензитивность (INT) – тревога вызываемая межличностным общением и постоянной оценкой собственного Я; 4) Депрессия (DEP) – переживания депрессивного характера; 5) Тревожность (ANX) – личностная тревога и тенденции к активному избеганию фрустрации; 6) Агрессивность и

враждебность к окружающим (HOS); 7) Фобический страх (FOB); 8) Параноидное (паранойальное) мышление (PAR); 9) Психотизм (PSY).

На основе вышеперечисленных шкал мы получаем величины: Индекс симптоматического дистресса (PSDI), который является показателем интенсивности психического дистресса, Индекс тяжести симптомов (GSI) – отражает уровень психического стресса, Индекс числа утвердительных ответов (PST) – дает нам широту диапазона симптоматики.

Для получения информации о главных факторах личностных характеристик испытуемых студентов нами был использован личностный опросник – «Большая пятерка» (BIG FIVE). Данная психодиагностическая методика разработана П. Ховард, П. Медина и Дж. Ховард и предназначена для экспресс-диагностики пяти таких факторов личности: OCEAN – данная аббревиатура расшифровывается следующим образом: О – Openness (открытость опыту); С – Conscientiousness – добросовестность, Е – Extraversion – экстраверсия, А – Agreeableness – дружелюбие, N – Neuroticism – нейротизм. Мы использовали данную методику в адаптации Л.Ф. Бурлачук и Д.К. Королев [4].

Полученные сведения о личностных факторах были проанализированы в возможных связях с различными характеристиками проявления психического дистресса.

Для обработки результатов использовался корреляционный анализ (вычисление коэффициентов линейной корреляции по Пирсону). Вычисления выполнялись с помощью пакета компьютерных программ Statistica 7.0. [16].

Характеристика выборки: В исследовательскую выборку были включены 150 студентов 1, 2, 3 курсов психологического факультета Казахского национального педагогического университета имени Абая и факультета социально-гуманитарных дисциплин Казахской академии труда и социальных отношений. Возраст испытуемых – 17-27 лет. Пол испытуемых – 80 девушек и 70 юношей.

С октября 2015 г. по октябрь 2017 г. нами проводилось сплошное, не выборочное исследование личностных особенностей студентов и интенсивность проявления дистресса студентов в рамках учебного процесса.

Результаты и их обсуждение. Проведенное исследование выявило, что показатель интенсивности симптоматического дистресса (PSDI), отражающий накопленный хронический стресс у студентов по средним значениям меняется в зависимости от года обучения. Полученные средние значения по методике SCL-90-R показаны в таблице 1 и на рисунке 1.

Таблица 1.

Средние значения параметров по методике SCL-90-R в зависимости от года обучения студентов

№	Показатели по SCL-90	Норма	Средние значения			Р
			1 курс	2 курс	3 курс	
1.	Соматизация –SOM	0,55	0,56	0,55	0,59	0,6
2.	Обсессивность-компульсивность - O-S	0,78	0,74	0,87	0,86	0,5
3.	Межличностная сенситивность – INT	0,95	0,67	0,99	0,80	0,02
4.	Депрессивность – DEP	0,72	0,58	0,78	0,77	0,06
5.	Тревожность – ANX	0,58	0,53	0,92	0,66	0,3
6.	Враждебность – HOS	0,74	0,66	0,90	0,24	0,7
7.	Фобичность – PHOB	0,32	0,33	0,36	0,38	0,1
8.	Паранояльность – PAR	0,73	0,58	0,78	0,35	0,07
9.	Психотизм – PSY	0,44	0,28	0,48	0,43	0,03
Общий индекс выраженности симптомов GSI		0,55	0,55	0,68	0,60	0,6
Общее число утвердительных ответов PST		36	33	38	36	0,4
Индекс симптоматического дистресса PSDI		1,45	1,37	1,55	1,42	0,09

На первом курсе находится в пределах условной нормы, на втором курсе превышает условно-нормативный показатель PSDI – 1,55. Таким образом, уровень и интенсивность дистресса у студентов педагогических и социально-гуманитарных специальностей исходно находящийся в норме на 1 курсе, резко повышается на втором году обучения, а на третьем курсе частично возвращается к норме.

Полученные результаты интересны следующим. Высокие значения обнаружены у студентов второго года обучения. Так, по шкале Обсессивность-компульсивность (O-S) – 0,86 и это свидетельствует о наличии навязчивых мыслей и действий. По шкале Межличностной сенситивности (INT) – 0,99. По шкале Депрессивность – DEP – 0,78. По шкале Тревожность – ANX – 0,92. По шкале Враждебность – HOS – 0,90. По шкале Фобичность PHOB высокие показатели у студентов третьего года обучения. Общий индекс выраженности симптомов GSI является самым высоким у студентов 2 курса – 0,68 и превышает средневыборочную норму – 0,55. Индекс симптоматического дистресса PSDI также имеет высокие показатели у студентов второго года обучения – 1,55 и свидетельствует о превышении нормы на 10 уровней.

Наиболее значительные превышения показателей у студентов 2-го года обучения по данным опросника SCL-90, выявлены по шкалам межличностной сенситивности, депрессивности, обсессивности-компульсивности и враждебности над условной нормой (табл. 1).

Обратим внимание, что наличие навязчивостей, то есть обсессивная симптоматика и высокий уро-

вень общей немотивированной тревожности, связанный с межличностным общением является признанным многими исследователями фактором развития невротических расстройств [17 - 20].

Полученные результаты можно также связать с особенностями длительного приспособления к обучению. Можно предположить, что на 1-м курсе студенты справляются с учебной нагрузкой за счет личностных ресурсов (здоровье, адаптивные механизмы психологической защиты), на 2-м году обучения происходит диссонанс, между увеличением учебной нагрузки и недостатком ресурсов, необходимых для адаптации, и к 3-му курсу конфликт разрешается в сторону приспособления к процессу обучения в вузе.

При этом достоверность различий в показателях PSDI по средним значениям (рис. 1) на каждом курсе не значима, что говорит об отсутствии существенной связи риска дистресса и года обучения. Полученные результаты с использованием теста SCL-90-R указывают на тот факт, что 1/3 студентов поступает в ВУЗ с признаками патопсихологической и психопатологической дезадаптации.

На втором курсе под влиянием социальных стрессоров, взаимодействующих с личностной предрасположенностью, ещё у 20 % студентов выявляются дезадаптационные процессы.

На третьем году обучения студенты возвращаются в категорию нормы, если своевременно оказывать психологическую помощь и сопровождение, но есть риск, что признаки личностной и патопсихологической дезадаптации могут сохраняться.

Рисунок 1. Средние значения параметров по методике SCL-90-R в зависимости от года обучения студентов

Результаты эксперимента, очевидно, свидетельствуют о том, что именно студенты 2-го курса наиболее часто проявляют обидчивость, депрессивность, нервозность, склонность к нарастанию необъективной тревоги, обострению чувства одиночества относительно студентов первых и третьих курсов. Уровень адаптивности студентов понижается на 2-м году обучения, при этом к 3-му курсу возвращается в пределы нормы.

Студенты, обнаруживающие те или иные признаки слабой стрессоустойчивости в поведении составляют – 65 человек - 43 %, из них 30 девушек (46 %) и 35 (54 %) юношей.

В юношеском возрасте возникает качественно новая структура личности, ее психологическая модальность. Данный процесс тесно связан с понятием кризиса. Успешное прохождение кризиса дает возможности для личностного роста молодому человеку, неуспешное прохождение может быть основой для патологических изменений его психической деятельности. Большое влияние на динамику данного кризиса оказывают личностно-типологические факторы. К ним относятся: особенности темперамента, характера, волевого поведения, эмоционально-чувственной сферы, выраженность механизмов психологической защиты, адекватность психологического возраста.

Взаимосвязи между состоянием здоровья и личностными характеристиками давно вызывают научный интерес [6, 10, 17, 19]. Показано, что одни личностные конструкты например, жизнестойкость, оптимистический атрибутивный стиль, экстраверсия способствует успешному противостоянию стрессовым ситуациям, а другие например, интроверсия, высокий уровень невротизации – наоборот выступают в роли предикторов разнообразных заболеваний [20].

Таким образом, можно предположить, что выраженность патопсихологической симптоматики зависит в большей степени от личностных особенностей студента. Можно предположить, что выраженность психопатологической симптоматики зависит в большей степени от личностной predisпозиции студента.

Итак, для того чтобы ответить на вопрос о связи дистресса с основными пятью личностными факторами, выделяемые в рамках модели «Big five» мы провели исследование с помощью опросника «Большая пятерка». Значимые корреляции между изучаемыми показателями в группе представлены в табл. 2

Результаты корреляционного анализа показывают по группе студентов в наличие отрицательной связи между показателями дистресса и экстраверсии (-0.362^*). То есть, студенты с подверженностью к стрессу являются с большей вероятностью интровертами, чем экстравертами.

Таблица 2.

Корреляции между личностными особенностями студентов и их предрасположенностью к дистрессу

Личностные факторы	Корреляция с предрасположенностью проявления дистресса		
	1 курс	2 курс	3 курс
Экстраверсия-интроверсия	-0.323	-0.362 *	-0.339**
Поиск впечатлений-избегание впечатлений	-0.272*	-0.422*	-0.205*
Активность – пассивность	-0.379*	-0.390*	-0.338*
Проявление чувства вины-избегание чувства вины	-0.539**	-0.539**	-0.368*
Привязанность-обособленность	-0.384*	-0.385*	-0.376*
Теплота-равнодушие	-0.449*	-0.449*	-0.386*
Самоконтроль-импульсивность	-0.394*	-0.315*	-0.326*
Настойчивость-отсутствие настойчивости	-0.384*	-0.385*	-0.376*
Предусмотрительность-беспечность	-0.331*	-0.328*	-0.322*
Самоконтроль - отсутствие самоконтроля	-0.356*	-0.376*	-0.334*
Эмоциональная неустойчивость-эмоциональная устойчивость	-0.326*	-0.327*	-0.233**
Депрессивность-эмоциональный комфорт	-0.323*	-0.337*	-0.310*
Самокритика-самодостаточность	-0.324*	-0.325*	-0.326*
Сензитивность – нечувствительность	-0.326*	0.321*	-0.315**

Примечание 1. В данной и следующих таблицах, а также в тексте ** – корреляция является значимой на уровне 0.01; * – корреляция является значимой на уровне 0.05.

По фактору Экстраверсия – интроверсия первичными компонентами которого являются: активность - пассивность, доминирование - подчиненность, общительность - замкнутость, поиск новых впечатлений - избегание новых впечатлений, оказался связанным с рядом показателей проявления дистресса. Так, фактор – активность – пассивность отрицательно связан ($p = -0,37$; $p < 0,01$), ($p = -0,39$; $p < 0,01$), ($p = -0,33$; $p < 0,05$). Все три коэффициента корреляции свидетельствуют о том, что меньше подвержены у стрессу студенты, которые отличаются большей активностью, не могут оставаться в неподвижности, не избегают, а наоборот, склонны к физическим нагрузкам. С предрасположенностью к стрессу оказался отрицательно связанным еще один фактор проявление и избегание впечатлений ($p = -0,29$; $p < 0,05$). Студенты которые не хотят быть скромными и незаметными менее подвержены стрессу, они стремятся выделиться, обратить на себя внимание, открыты в проявлении в проявлении своих спонтанных тенденций и чувств. Факторы «поиск впечатлений-избегание впечатлений» (-0.422*) и шкалы «проявление чувства вины-избегание чувства вины» (-0.539**). Более стрессоустойчивы те студенты, которые избегают впечатлений и чувства вины, что результируется в положительной связи предрасположенностью у стрессу с интроверсией

Фактор Привязанность – обособленность включает в себя такие личностные диспозиции, как дружеское расположение, доверчивость, сотрудничество, а также зависимость и принятие индивида группой. Противоположный полюс этого фактора - Обособленность содержит в себе не только признаки дистанцирования и соперничества, но и независимости. Компонентами второго фактора являются: теплота - равнодушие, сотрудничество - соперничество, довер-

чивость - подозрительность, понимание - непонимание, уважение других – самоуважение. Фактор Привязанность – Обособленность оказался положительно связанным с проявлением дистресса ($p = 0,38$; $p < 0,01$), ($p = 0,34$; $p < 0,05$) и ($p = 0,31$; $p < 0,05$). Позитивно относясь к людям, такие испытуемые могут чувствовать чрезмерную ответственность за других, пренебрегают собственным благополучием ради общего дела. Они терпимы к недостаткам окружающих и избегают разногласий. Снижение иммунитета и повышенная подверженность к стрессу у них может быть своеобразной формой выхода из непримиримых противоречий, когда они и принять точку зрения других людей не могут и соперничать с ними не хотят. Фактор сотрудничество - соперничество положительно связано с предрасположенностью у стрессу. Более стрессоустойчивыми являются студенты, которые проявляют склонность к соперничеству, любят поспорить, считают, что каждый должен уметь позаботиться о себе ($p = 0,32$; $p < 0,05$). Фактор Понимание - непонимание, оказался положительно связанным с предрасположенностью к стрессу ($p = 0,39$; $p < 0,01$) ($p = 0,31$; $p < 0,05$). Чуткие испытуемые, умеющие себя ставить на место других людей, стремящиеся разделять с ними их чувства, менее устойчивы к стрессу. Гипертрофированная идентификация с партнером, возможно, приводит к своеобразному «забвению себя», к пренебрежению своими интересами, что приводит к утрате адаптации и, в конечном итоге, к повышению чувствительности к воздействию негативных факторов внешней среды.

Фактор Самоконтроль – Импульсивность определяет волевую регуляцию поведения. Контролирующий себя индивид, как правило, проявляет целеустремленность, добросовестность, методичность и настойчивость. Естественный в своем поведении че-

людей, напротив, стремятся к гармоничным отношениям с природой, он как бы “плывет по течению жизни”. Нами обнаружены статистически достоверные связи данного фактора со стрессоустойчивостью ($p = 0,32$; $p < 0,05$), ($p = 0,32$; $p < 0,05$). Большую склонность к стрессу продемонстрировали студенты, находящиеся ближе к полюсу высоких значений по данному параметру личности. Свойственные им добросовестность, ответственность, обязательность, точность и аккуратность в делах являются социально ценными качествами. Однако присущая таким испытуемым склонность к порядку, настойчивость, строгое следование моральным принципам и высоким стандартам в деятельности даются нелегко: иногда приходится пренебрегать личными желаниями. Они не позволяют себе быть раскованными и естественными в поведении, идут на большие энергозатраты ради достижения цели. Тем самым они подвергают себя воздействию дополнительных стресс-факторов, что приводит к увеличению хронического стресса. Фактора Эмоциональная устойчивость – Эмоциональная неустойчивость) – напряженность / расслабленность ($p = -0,32$; $p < 0,05$); Эти данные свидетельствуют о том, что проблемы со стрессом возникают у напряженных испытуемых. «Расслабленность» в контексте методики «Большая пятерка» означает, что испытуемый в состоянии расслабиться в любой обстановке, он легко привыкает к изменяющимся условиям, не демонстрирует признаков напряжения и стресса. Фактор Сензитивность – нечувствительность имеет показатели ($p = 0,32$; $p < 0,05$); более стресс уязвимые сензитивные испытуемые, т.е. такие, которые хорошо понимают свое душевное состояние, легко вживаются в переживания других людей.

Выводы. Таким образом, существует определенная система взаимосвязей между параметрами лич-

ности, выделяемыми в рамках пятифакторной модели и показателями подверженности к хроническому стрессу у студентов.

Полученные данные дают возможность составить своеобразный психологический портрет студента, склонного к стрессу в периоды повышенной учебной и информационной нагрузки.

Чертами личности такого студента являются:

1) акцентированность самоконтроля и добросовестности в делах; 2) пассивность, избегание открытого проявления и «презентации» себя и своей позиции в социальных контактах; 3) склонность к привязанности к другим людям в сочетании с повышенной ответственностью за них; 4) сензитивность, стремление вчувствоваться в проблемы партнера в сочетании с пренебрежением своими эмоциональными переживаниями.

Проведенное исследование выявило, что показатель наличного симптоматического дистресса (PSDI) по средним значениям меняется в зависимости от года обучения, на 1-м, 3-м курсах находится в пределах условной нормы, на 2-м курсе превышает условно-нормативный показатель $PSDI = 1,54$.

Полученные результаты с использованием теста SCL-90-R указывают на тот факт, что 1/3 студентов поступает в ВУЗ с признаками патопсихологической и психопатологической дезадаптации. На втором курсе под влиянием социальных стрессоров, взаимодействующих с личностной predisпозицией, ещё у 20 % студентов выявляются дезадаптационные процессы. На третьем году обучения студенты возвращаются в категорию нормы, если своевременно оказывать психологическую помощь и сопровождение, но есть риск, что признаки личностной и патопсихологической дезадаптации могут сохраняться. Это научно обосновывает необходимость применения и распространения системы психокоррекционной помощи в среде студенческой молодёжи.

Список литературы:

1. Авилов О.В. Физиологические изменения при коррекции срывов адаптации у студентов // Доклады конф. к 150-летию академика Павлова И.П.: - СПб. - 1999. - С. 7-15.
2. Баевский Р.М., Берсенева А.П. Оценка адаптационных возможностей организма и риска развития заболеваний. - М. - 1997 – 345 с.
3. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. – Л., 1988. – 270 с.
4. Бурлачук Л.Ф., Королев Д.К. Адаптация шкалы для диагностики пяти факторов личности // Вопросы психологии. – 2000. – № 1. – С. 126–134.
5. Васильева О. С. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки. – М. : «Академия», 2001. – 352 с.
6. Гринберг Дж. Управление стрессом. - СПб.: Питер. - 2002. - 496 с.
7. Здоровье студентов. Монография / под ред. Н.А. Агаджаняна. - М.: Изд-во РУДН. – 1997. - 199 с.
8. Климов В.И. Студенты - группа риска по невротическим состояниям // Здоровье студентов. // Тезисы докладов конф. – М. - 1999. - С. 96 - 101.
9. Нукетаева Д.Ж. Развитие нации – через сохранение и укрепление здоровья молодежи Казахстана // Материалы международного форума специалистов формирования здорового образа жизни «Здоровое будущее здоровой нации» - Алматы - № 1. - 2011 - С. 12-16.
10. Образ жизни и здоровье студентов: Материалы международной научной конференции. - М. - 1995. – 282 с.
11. Осадчиева Е.А. Особенности адаптации студентов к учебному процессу в зависимости от психофизиологического статуса. – дисс... к.б.н. – Орёл. – 2004. – 186 с.

12. Селье Г. Концепция стресса, как мы ее представляем // Новое о гормонах и механизмах их действия: перевод с англ. - М. - 1977. С.27-51.
13. Селье Г. Стресс без дистресса. -М.: Прогресс. - 1979.
14. Сливкина Н.В. Эффективность использования методик донозологической диагностики организма подростков и молодежи // Здоровье студентов: материалы международной конференции. - М. - 1999.-С.157-160.
15. Суворова В. В. Психофизиология стресса. - М., - 1995. – 342 с.
16. Суходольский Г.В. Основы математической статистики для психологов. – ЛГУ. - 1972. – 326 с.
17. Тапалова О. Б. Психофизиологические показатели положительной мотивации личности будущего специалиста // Высшая школа Казахстана. – Алматы, 2013. - № 4. – С. 218-222.
18. Тапалова О.Б., Бурлачук Л.Ф., Жиенбаева Н.Б. Связь мотивации достижения с личностными факторами при невротических расстройствах // Современная психодиагностика России. Преодоление кризиса. Доклады III Всероссийской конференции по психологической диагностике. – Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2015. – Т. 1. – С. 35 - 44.
19. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса – СПб : Питер, 2001. – 272 с.
20. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. – М. – 2012. - 287 с.

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ**СТИХИЙНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ КАК ФАКТОР АКТУАЛИЗАЦИИ
ДЕСТРУКТИВНЫХ УСТАНОВОК СОТРУДНИКОВ****Корнилина Светлана Валериановна***магистрант Самарского национально-исследовательского университета им. С.П. Королева
РФ, г. Самара**E-mail: kornilina.sv@mail.ru***Горькая Жанна Владимировна***канд. психол. наук, доцент кафедры психологии развития
Самарского национально-исследовательского Университета им. С.П. Королева
РФ, г. Самара**E-mail: zhannagorkaya@gmail.com***SPONTANEOUS MANAGEMENT AS A FACTOR OF ACTUALIZATION
OF THE DESTRUCTIVE ATTITUDES OF EMPLOYEES****Svetlana Kornilina***graduate student of the Samara National Research University,
Russia, Samara***Zhanna Gorkaya***candidate of psychological sciences, assistant professor Department of Developmental Psychology
of Samara National Research University,
Russia, Samara***АННОТАЦИЯ**

Данная статья представляет собой описание результатов исследования деструктивных установок сотрудников в условиях стихийного менеджмента. Стихийный менеджмент создает в организации ситуацию неопределенности, которая вызывает у сотрудников тревогу и приводит к их эмоциональному выгоранию.

ABSTRACT

This article represents the description of results of a research of destructive installations of employees in the conditions of spontaneous management. Spontaneous management creates in the organization a situation of uncertainty which is alarming at employees and leads to their emotional burning out.

Ключевые слова: стихийный менеджмент, установки, эмоциональное выгорание.**Keywords:** spontaneous management, attitudes, emotional burnout.

В настоящее время появляется все больше публикаций, посвященных регулярному менеджменту [3;4;6;8;10]. Анализируется значение термина, выделяются его характеристики и отличительные черты, предлагаются способы внедрения в организацию. Регулярный менеджмент - это тщательно спланированная и хорошо работающая система управления предприятия при которой структура управления, производственные функции и иерархия принятия решений строго регламентированы, бизнес-процессы формализованы, установлена строгая периодичность формирования планов и отчетов, налажен внутренний и бухгалтерский учет. Однако только малая часть

организаций управляется в соответствии с принципами регулярного менеджмента.

В большинстве компаний организация деятельности не соответствует принципам регулярного менеджмента, а иногда и полностью противоположна им [1;2;5]. В работе И. Адизеса описывается стиль управления, при котором руководитель все время разрабатывает новые проекты, предлагает собственный план действий, игнорируя существующий, от подчиненных требует инициативы, и одновременно не терпит, когда ему противоречат. Чтобы добиться выполнения работы, обращается к непосредственному исполнителю, вместо того, чтобы следовать установленной процедуре. Такой руководитель не

вникает в детали, не стремится упорядочить организационные процессы, в работе временные меры предпочитает долгосрочным обязательствам. Данный стиль управления можно назвать «стихийным» и именно он характерен в той или иной мере для многих российских компаний.

Среди отличительных особенностей стихийного менеджмента можно выделить следующие:

- организационная структура не отражает структуру обязанностей (функциональную структуру), подразделения компании дублируют функции друг друга так, что в конечном итоге невозможно определить вклад каждого из них в формирование прибыли компании.

- структура полномочий имеет размытые границы. Руководители одного и того же уровня обладают разным объемом власти. Статус сотрудника не зависит от его должности.

- коммуникативная структура отличается жесткой централизацией. Вся информация находится у ограниченного круга лиц и не доводится до подчиненных, система обратной связи слабо развита или отсутствует.

- корпоративная культура формируется стихийно. Миссия, цели и ценности организации не определены и не донесены до сотрудников. В организации нет единой системы ценностей.

Адизес пишет, что такое положение дел нормально для организаций на ранних этапах развития, но в дальнейшем может привести к «патологиям развития», как их называет и даже смерти компании.

На ранних этапах жизненного цикла «компания дезорганизована и человеку со стороны все в ней кажется непонятным. Организационная структура компании обычно не может уместиться на одном листе бумаги. Каждый работник подчиняется основателю тем или иным образом. ... Поскольку политика компании никак не фиксируется в документах, то старые работники выполняют функцию организационной памяти. Если они уходят, то наступает хаос, который

длится до тех пор, пока кто-то другой не сообразит, как можно выполнить их работу» [1, стр.109].

По мере роста организации увеличивается и число сотрудников. И уже сложнее передавать эти неписанные правила новичкам. И руководство, и давно работающие сотрудники считают их чем-то само собой разумеющимся, а вновь пришедшие ничего о них не знают. В результате новички попадают в ситуацию неопределенности, вызывающую у них тревогу, и чтобы избежать ее они опираются на свой предыдущий опыт, актуализируются имеющиеся у них установки и в таком состоянии люди могут продолжать работать в организации длительное время. Однако, если представления сотрудников противоречат реальной ситуации, возникает недовольство работой, появляется напряжение, происходят конфликты, что сказывается на результатах работы.

Цель исследования: изучить влияние стихийного менеджмента на эмоциональное состояние, поведение и субъективную интерпретацию организационной среды.

Предмет исследования: стихийный менеджмент.

Объект исследования: взаимосвязь стихийного менеджмента и деструктивных установок сотрудников.

Основная гипотеза исследования: стихийный менеджмент актуализирует деструктивные установки сотрудников.

Методы исследования: опросник «Диагностика эмоционального «выгорания» личности» (В.В. Бойко) [9], методы математической статистики. Результаты исследования.

Исследование проводилось в коммерческом банке. Сотрудники банка, занятые в обслуживании клиентов, заполняли опросник «Диагностика эмоционального «выгорания» личности». Результаты диагностики представлены в таблице 1.

Таблица 1.

Средние значения показателей эмоционального выгорания сотрудников коммерческого банка

Критерии	Среднее значение показателя эмоционального выгорания		
	Сотрудники	Руководители	Подчиненные
ФАЗА НАПРЯЖЕНИЯ	51,29	31,50	59,20
• переживание обстоятельств	16,71	7,00	20,60
• неудовлетворенность собой	13,57	4,00	17,40
• "загнанность в клетку"	10,71	8,00	11,80
• тревога и депрессия	10,29	12,50	9,40
ФАЗА РЕЗИСТЕНЦИИ	73,00	58,50	78,80
• неадекватное реагирование	17,57	5,50	22,40
• эмоциональная дезориентация	12,71	10,50	13,60
• расширение сферы экономии эмоций	20,71	21,50	20,40
• редукция проф. обязанностей	22,00	21,00	22,40
ФАЗА ИСТОЩЕНИЯ	59,29	43,50	65,60
• эмоциональный дефицит	16,29	6,50	20,20
• эмоциональная отстраненность	14,29	24,00	10,40
• личная отстраненность	19,00	11,50	22,00
• психосоматические нарушения	9,71	1,50	13,00

Показатели эмоционального выгорания в целом и в каждой фазе в отдельности выше у рядовых сотрудников, чем у руководителей (рис.1). Наиболее

ярко проявляются симптомы, связанные с сопротивлением нарастающему стрессу, стремлением к психологическому комфорту и снижению давления внешних обстоятельств (фаза резистенции).

Рисунок 1. Показатели эмоционального выгорания сотрудников

Данные по сформированности симптомов каждой фазы эмоционального выгорания приведены на рис. 2

В фазе напряжения, которое запускает механизм формирования эмоционального выгорания у подчиненных выше результаты, связанные с переживанием обстоятельств, связанные с осознанием психотравмирующих факторов профессиональной деятельности, которые трудно или вовсе неустранимы. У руководителей же сильнее развит симптом «тревоги и депрессии», связанный с чувством неудовлетворенности работой, разочарованием в себе и избранной профессии.

Резистенция и у подчиненных и у руководителей проявляется в расширении сферы экономии эмоций и редукции профессиональных обязанностей. Кроме того, для подчиненных также характерно неадекватное эмоциональное реагирование, проявляющееся в экономии эмоций за счет выборочного реагирования в ходе рабочих контактов. Сотрудники решают уделять внимание клиенту или нет в зависимости от своего состояния и настроения.

Результаты данных по фазе истощения говорят о сформировавшейся эмоциональной отстраненности руководителей, являющейся сформировавшейся эмоциональной защитой. В этом состоянии человек работает как робот, реагирует на клиента без чувств и эмоций. У подчиненных же наоборот по этому симптому минимальные показатели в данной фазе, а сильнее проявляется личная отстраненность, проявляющаяся в деперсонализации клиента и отношении к

нему как к неодушевленному предмету, и эмоциональный дефицит, проявляющийся в осознании, что сотрудники уже не в силах помогать клиентам, давать нужную им эмоциональную отдачу.

После заполнения опросника с сотрудниками по их желанию проводилась беседа. Сотрудники охотно разговаривали о себе, делились своими планами на будущее, целями, страхами, ощущениями от работы, но неохотно обсуждали свою профессиональную деятельность. Анализ бесед с сотрудниками позволяет понять, почему стихийный менеджмент актуализирует деструктивные установки сотрудников. Например, специалист А.А., 27 лет, в организации работает больше двух лет. В последнее время она все чаще выражает негативное отношение и к организации, и к выполняемой работе, и к коллегам, что проявляется в конфликтах и ошибках при выполнении заданий. А.А. убеждена, что важнее всего в работе - наличие четких норм и правил. Требования соблюдать правила и инструкции А.А. предъявляет и к сотрудникам, и к клиентам. А.А. считает себя хорошим специалистом, знающим все нормативные документы и четко их исполняющим. Ответственность за конфликты и ошибки она полностью возлагает на коллег и клиентов. Она не считает важным умение позитивно и эффективно взаимодействовать с людьми, поскольку убеждена, что единственный возможный путь для карьерного и профессионального роста - изучение документов и нормативов.

Рисунок 2. Эмоциональное выгорание сотрудников в каждой фазе

А.А. очень требовательно относится коллегам и руководству. Любую ошибку другого сотрудника А.А. воспринимает очень болезненно, сообщая о случившемся руководству и требуя принять к провинившемуся строгие меры. Также от руководства А.А. ждет четких письменных инструкций, предусматривающих все возможные ситуации в работе. При этом А.А. совершенно не учитывает специфику работы с клиентами, в которой важно не столько следование нормативным документам, сколько доброжелательное отношение и способность выявить и удовлетворить потребности клиента.

Показатели эмоционального выгорания у А.А. очень высокие, особенно связанные с расширением сферы экономии эмоций, личностной и эмоциональной

отстраненностью и как следствие высокий уровень эмоциональной дезориентации и редукция профессиональных обязанностей.

Сотрудник Б., 31 год, стаж работы в организации - 2 года, на текущей должности в отделе по обслуживанию клиентов 1 год. Больше всего Б. волнует соблюдение норм справедливости в части заработной платы. Несмотря на то, что в организации установлена равная заработная плата для сотрудников, работающих на одной должности независимо от отделения, где они работают, Б. убеждена, что поскольку объем работы в разных подразделениях разный, то и зарплата соответственно должна быть разная. Б. постоянно сравнивает - сколько она сделала в течение дня и сколько сделали ее коллеги. Особенно Б. недовольна тем, что новички, которые пока не могут выполнять работу с той

же скоростью, что и опытные сотрудники, зарабатывают наравне с ними.

В результате данной установки, Б. не удовлетворена собой и тяжело переживает любые события, связанные с поощрением и развитием коллег, воспринимая их как травмирующие.

Положительным итогом беседы с Б. стало то, что она нашла для себя в работе другие цели, помимо материальных. В частности, увидела возможности для профессионального роста, получения новых знаний, которые в дальнейшем позволят ей претендовать на высокооплачиваемую должность если не в этой организации, то в другой.

Сотрудник В., 39 лет, в организации работает почти два года. В. одна воспитывает двоих детей и поэтому очень боится потерять работу. По мнению В., хорошим является тот сотрудник, у кого ни с кем нет конфликтов. В работе с клиентами В. всеми силами старается избежать жалоб. Она стремится как можно больше сделать для клиентов, выполняя даже те просьбы, которые выходят за рамки ее должностных обязанностей. Это вызывает недовольство у коллег В., так как клиенты начинают требовать от них того же самого. Кроме того, страх перед плохими отзывами клиентов мешает В. твердо отстаивать свою позицию и соблюдать должностные регламенты. В ситуациях, когда клиент неправ или его просьба не может быть удовлетворена, В. теряется, говорит тихо, неуверенно, с извиняющейся интонацией, что создает у клиента впечатление, что нужно только немного «надавить» и сотрудник отойдет от установленных правил. По сути, поведение В. провоцирует у клиентов более активное и агрессивное поведение, «разговор на повышенных тонах». В результате не довольны все – клиент, руководитель, сотрудники.

Таким образом, деструктивная установка «всегда соглашаться и никогда не конфликтовать» приводит к высокому уровню конфликтов в профессиональной деятельности. В результате В. постоянно находится в состоянии тревоги, опасается сделать что-то не так, стремится всем угодить и часто срывает сроки выполнения работ. Как следствие, В. отличают самые высокие показатели эмоционального выгорания из всех сотрудников. Положительным итогом беседы с В. стало то, что она задумалась об обращении за помощью к психологу.

Сотрудник Г., 27 лет, в организации работает больше трех лет, является руководителем подразделения. Считает, что всегда открыта для общения с подчиненными, старается всеми силами создать дружеские отношения в коллективе. Хороший сотрудник, по мнению Г., должен все силы отдавать работе, проявлять инициативу, вносить предложения по совершенствованию. Как руководитель, Г. ценит и поддерживает инициативность и активность сотрудников и ожидает такого же отношения к себе от руководства.

В начале работы у Г. была масса идей, которыми делилась с руководством, часть из них была реализована, но остальные остались без внимания. Более того, несколько решений относительно подразделе-

ния Г. были приняты без учета ее мнения. Раз за разом не получая позитивной обратной связи от руководства, Г. начала постепенно сокращать количество высказываемых предложений, росло разочарование в отношении руководства и недовольство им. Во время беседы Г. сказала, что уже не видит смысла что-то делать.

В результате доминирования деструктивной установки «главное в работе – инициативность и инновационность», Г. находится в состоянии тревоги и депрессии, избирательно выполняет должностные обязанности и разочарована в коллегах. Через два месяца после проведения исследования Г. сменила место работы.

На основе проведенного исследования можно сделать следующие выводы:

1. В организации, управление которой осуществляется в соответствии с принципами стихийного менеджмента, сотрудники, прежде всего, пытаются избежать тревоги, возникающей в результате не последовательных или не понятных для них действий руководителей.

2. Отсутствие четких критериев оценки эффективности деятельности и правил, обеспечивающих карьерный и профессиональный рост, вынуждают сотрудников опираться на их личные установки и правила «правильной организации работы». В результате, личные установки и убеждения становятся барьером для качественного исполнения профессиональных обязанностей и деструктивно влияют на отношения в коллективе.

Парадоксальным является то, что сами по себе установки «избегать конфликтов», «идеально знать регламенты», «ориентироваться на клиента» и т.д., не являются негативными, но приобретают дезориентационный характер и разрушают индивидуальную деятельность сотрудника в условиях стихийного управления.

3. Особенностью деструктивных установок сотрудников является их субъективизм и индивидуализм, не адаптированный под особенности корпоративной культуры организации.

Важно отметить, что каждый из опрошенных сотрудников изначально стремился к карьерному и профессиональному росту, но прикладывал усилия в соответствии с личными убеждениями, которые приводили к несоответствию имеющихся ожиданий и реальности, что негативно сказывалось на эффективности работы подразделения в целом.

4. Использование индивидуальных установок и убеждений для решения профессиональных задач повышает общий уровень тревоги и стресса сотрудников. Стремясь избежать тревоги, возникающей в ситуации неопределенности, специалисты усиливают стресс каждый раз, когда используют личные убеждения для объяснения организационных процессов.

Очевидно, что внедрение системы регулярного менеджмента в организации требует больших временных и финансовых затрат, и не каждый руководитель легко на это решится. Но снизить тревогу сотрудников, дав им понимание, чего от них ждут на

работе, какие цели и ценности у организации, что поощряется, что недопустимо в работе любой организации вполне по силам.

Список литературы:

1. Адизес И. Управление жизненным циклом корпорации – СПб.: Питер. – 2007. – 354 с.
2. Адизес И. К. Стили менеджмента—эффективные и неэффективные. – Альпина Паблишер, 2009. – 200 с.
3. Андриянова М. В. Принципы управления проектами как основа регулярного менеджмента //Современные тенденции развития науки и технологий. – 2017. – №. 1-5. – С. 10-12.
4. Галин З. А. Регулярный менеджмент в сельском хозяйстве //Экономика и управление: научно-практический журнал. – 2012. – №. 1. – С. 94-97.
5. Дмитриева О.Г. Правление госсобственностью в России: иррациональность устоявшихся особенностей// Российский экономический журнал. – 2013. - №1. – с. 13-27.
6. Иваницкий В. Л. Регулярный менеджмент на предприятиях массмедиа: к вопросу о содержании термина //Вестник Московского университета. Серия 10: Журналистика. – 2010. – №. 1. – С. 75-89.
7. Комаров С. В. Смена парадигмы менеджмента: саморазвивающиеся, самоорганизующиеся системы //Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Социально-экономические науки. – 2013. – №. 20.
8. Конопляник Т. М. Регулярный менеджмент как концепция управления финансовой деятельностью предприятия //Проблемы современной экономики. – 2006. – №. 3-4. – С. 150-153.
9. Фетискин Н. П. и др. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – 2002. – 339с.
10. Фридман А. Как наказывать подчиненных: за что, для чего, каким образом. Профессиональная технология для регулярного менеджмента. – М.: ООО «Издательство «Добрая книга»,2017. – 320 с.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

Научный журнал

**UNIVERSUM:
ПСИХОЛОГИЯ И ОБРАЗОВАНИЕ**

№ 11(53)
Ноябрь 2018

Свидетельство о регистрации СМИ: ПИ № ФС 77 – 66238 от 01.07.2016
Свидетельство о регистрации СМИ: ЭЛ № ФС 77 – 54438 от 17.06.2013

Подписано в печать 08.11.18. Формат бумаги 60x84/16.
Бумага офсет №1. Гарнитура Times. Печать цифровая.
Усл. печ. л. 1,75. Тираж 550 экз.

Издательство «МЦНО»
125009, Москва, Георгиевский пер. 1, стр.1, оф. 5
E-mail: mail@7universum.com
www.7universum.com

Отпечатано в полном соответствии с качеством предоставленного
оригинал-макета в типографии «Allprint»
630004, г. Новосибирск, Вокзальная магистраль, 3

16+