

23. Полякова, О.Б. Особенности психосоматизации медицинских работников с профессиональными деформациями / О.Б. Полякова, Т.И. Бонкало // *Здравоохранение Российской Федерации*. – 2020. – Т. 64. – № 5. – С. 278–286. – DOI: <https://doi.org/10.46563/0044-197X-2020-64-5-278-286>. – Текст: непосредственный.

24. Polyakova O.B., Petrova E.A., Mironova O.I., Semenov D.V. Specificity of psychosomatization of psychologist-leaders with professional deformations (burnout) // *Prensa Medica Argentina*. – 2019. – № 105(1). – P. 1–7. DOI: <https://doi.org/10.41720032-745X.1000326>. – Текст: непосредственный.

25. Sokolovskaya I.E., Polyakova O.B., Romanova A.V., Belyakova N.V., Tereshchuk K.S. Educational and professional motivation of students with various religious // *European Journal of Science and Theology*. – 2020. – №. 16(4). – P. 169–180. – Текст: непосредственный.

26. Бонкало, Т.И. Эмоциональное истощение как фактор возникновения и развития невротических состояний медицинских работников / Т.И. Бонкало, О.Б. Полякова // *Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины*. – 2020. – Т. 28. – № S2. – С. 1208–1214. – DOI: <http://dx.doi.org/10.32687/0869-866X-2020-28-s2-1208-1214>. – Текст: непосредственный.

27. Фетискин, Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. – Москва: Институт психотерапии, 2009. – 460 с. – Текст: непосредственный.

28. Люсин, Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн / Д.В. Люсин // *Психологическая диагностика*. – 2006. – № 4. – С. 3–22. – Текст: непосредственный.

29. Дафт, Р. Самооценка эмоционального интеллекта / Р. Дафт. – URL: <http://hrliga.com/index.php?module=news&op=view&id=8628> (дата обращения: 22.01.2022). – Текст: электронный.

УДК 159.923

ПОВЫШЕНИЕ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ СТУДЕНТОВ КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ МЕТАКОМПЕТЕНТНОСТНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Полякова Ольга Борисовна, Коровенкова Анастасия Николаевна

Российский государственный социальный университет

Аннотация: В ходе рассмотрения повышения субъективного благополучия студентов как составляющей метакомпетентностного образования, социально-психологические технологии (игры, упражнения, моделирование учебно-профессиональных ситуаций) способствовали повышению уровня выраженности: значимости социального окружения, личностного роста, личностного смысла, настроения, осмысленности, позитивного отношения с окружающими, позитивных межличностных отношений, позитивных эмоций, самооценки здоровья, удовлетворенности повседневной деятельностью, управления средой, четкости целей жизни.

Ключевые слова: благополучие, субъективное благополучие, студенты, образование, метакомпетентностное образование.

Рассматривая повышение субъективного благополучия студентов как одну из составляющих метакомпетентностного образования, наряду с формированием профессионально важных качеств и учебно-профессиональных знаний, выступающих базовыми для прочных умений, а также навыков ведения учебно-исследовательской и профессионально-проектной деятельности, следует отметить, что «благополучие» определяется как спокойная, счастливая жизнь в довольстве, полная обеспеченность, а «благополучный» означает удачный, успешный, удовлетворяющий [1, с. 28].

Понятие «субъективное благополучие» было введено Н. Брэдберном как научный термин – синоним счастья. Наиболее известные модели, раскрывающие психологические, субъективные аспекты благополучия, были построены в рамках двух основных подходов к изучению этого феномена: гедонистического и эвдемонического. Гедонизм рассматривает в качестве основного стремления человека получение удовольствия (чувственные наслаждения) и избавление (минимизация) страданий – негативных эмоций [2, с. 15–23].

Эвдемонизм исходит из представлений о наличии у человека определенного набора позитивных свойств (добродетелей), следование которым ведет к его процветанию или хорошей жизни. В работах Э. Деси, Р. Район, К. Рифф и др. конкретизируются высшие стремления человека («мета потребности» в концепции А. Маслоу), дающие ощущение истинного субъективного благополучия человеку: принятие себя и других, автономия, компетентность, осмысленность жизни, стремление к саморазвитию [3, с. 958–965].

Актуальным направлением университетского образования, помимо формирования знаний и практических умений, является становление личности профессионала, помощь в обретении студентом профессиональной идентичности. Для этого на разных этапах профессионального становления студенту необходимо психологическое сопровождение, помогающее адаптироваться к содержанию процесса образования в вузе и новым условиям жизни, взаимоотношениям с преподавателями и сокурсниками, укрепить уверенность в профессиональной компетентности, найти достойное место на рынке труда и т.д. Психологическое сопровождение профессионально-личностного становления студентов может осуществляться в рамках развивающей диагностики, тренингов личностного развития и самосохранения, психологического консультирования, мониторинга психологического развития [4, с. 124].

Особый интерес к профессиональному становлению студентов-психологов определяется повышением социальной значимости этой профессии, стремительным ростом её популярности и расширением сфер использования. Напряженность и нестабильность жизни в современном мире заставляет людей все чаще прибегать к помощи квалифицированных специалистов. Профессия психолога относится к профессиям типа «человек – человек». Специфика и сложность профессии психолога заключается в том, что главным инструментом для практической работы, работы с разными людьми, является личность самого профессионала-психолога. Студенту за время обучения на факультете психологии необходимо приобрести не только теоретические и практические знания и умения, но и профессионально важные качества необходимые для психолога: общительность, оптимизм, способность к рефлексии своих переживаний, уверенность в себе, устойчивость к стрессу, эмпатия и т.д. [5, с. 249].

Многие личностные качества специалиста-психолога могут быть сформированы в процессе развития различных компонентов субъективного благополучия личности [6, с. 102], [7, с. 13], [8, с. 22–30].

А само повышение субъективного благополучия способствует: блокировке симптомов напряжения нервно-психической направленности [9, с. 1195–1201], нивелированию составляющих асоциальности [10, с. 2361–2372], повышению транзактного контроля [11, с. 133–137] и мотивации учебной и профессиональной деятельности [12, с. 169–180], предупреждению предпосылок депрессий и деструкций учебно-профессионального плана [13], [14], [15, с. 801–807], психологической профилактики истощения эмоционального плана [16, с. 1208–1214], снижению психосоматических жалоб [17, с. 278–286], [18, с. 1–7], уменьшению стресса физического, физиологического, психического и психологического характера [19, с. 432–439].

Целью исследования стала разработка и апробация социально-психологических технологий (игр, упражнений, моделирования учебно-профессиональных ситуаций) повышения субъективного благополучия студентов-психологов.

Научная новизна исследования состоит в том, что впервые на основе теоретического и эмпирического исследования разработаны и апробированы социально-психологические технологии повышения субъективного благополучия студентов-психологов, направленные на комплексное развитие компонентов субъективного благополучия личности: принятие себя и других, автономию, компетентность, осмысленность жизни, стремление к саморазвитию, оптимизм и т.д.

В исследовании приняли участие 50 студентов-психологов в возрасте от 19 до 23 лет, Российского государственного социального университета (г. Москва).

Структура занятий с применением социально-психологических технологий повышения субъективного благополучия студентов-психологов включала в себя следующую тематику: 1) «Субъективное и психологическое благополучие как психологический феномен» (цель – познакомить с понятиями «Субъективное благополучие» и «Психологическое благополучие»); 2) «Напряжение, чувствительность, эмоциональные состояния, изменение настроения и позитивные эмоции как составляющие субъективного благополучия» (цель – изучить структуру субъективного благополучия); 3) «Значимость социального окружения, позитивное отношение с окружающими, позитивные межличностные отношения как составляющие субъективного благополучия» (цель – определить роль окружения в межличностных отношениях); 4) «Самооценка здоровья как составляющая субъективного благополучия» (цель – определение самооценки здоровья как составляющей субъективного благополучия); 5) «Степень удовлетворенности повседневной деятельностью как составляющая субъективного благополучия» (цель – определить степень удовлетворенности повседневной деятельностью как составляющая субъективного благополучия); 6) «Автономия и управление средой как составляющие психологического благополучия» (цель – определить роль автономии и управлении средой для обеспечения субъективного благополучия); 7) «Личностный рост, цели в жизни и осмысленность жизни как составляющие психологического благополучия» (цель – определить влияние личностного роста, постановки целей и осмысленности жизни на психологическое благополучие); 8) «Человек, как открытая система, самопринятие и баланс аффекта как составляющие психологического благополучия» (цель – познакомить с понятиями «самопринятие» и «аффект»); 9) «Личностный смысл и мотивационная вовлеченность как составляющие психологического благополучия» (цель – выявить влияние личностного смысла и мотивационной вовлеченности на психологическое благополучие); 10) «Позитив-

ная самореализация как составляющая психологического благополучия» (цель – определить место позитивной самореализации в структуре психологического благополучия).

Для оценки эффективности социально-психологических технологий повышения субъективного благополучия студентов-психологов были выделены экспериментальная и контрольная группа испытуемых. Социально-психологический тренинг проводился в экспериментальной группе один раз в неделю в течение 2,5 месяцев (март 2021г. – май 2021г.), продолжительность одного занятия 2,5 часа. В обеих группах проводились исходный и итоговый замеры особенностей субъективного благополучия с использованием методик: «Шкала субъективного благополучия»; «Шкала психологического благополучия личности»; «Опросник психологического благополучия».

Для оценки идентичности данных двух групп (контрольной и экспериментальной) в исходном замере был проведен сравнительный анализ результатов исследования с помощью U-критерия Манна-Уитни. Расчеты проводились на основе компьютерной программы SPSS 13.0 for Windows. Результаты показали, что экспериментальная и контрольная группа значительно не отличаются ни по одному из показателей субъективного и психологического благополучия. Это означает, что экспериментальная и контрольная группы идентичны в исходном замере и дальнейшая динамика в группах может быть адекватно оценена с точки зрения тех воздействий, которые произошли между исходным и итоговым замерами.

Для оценки динамики исследуемых показателей по результатам формирующего эксперимента была проведена математическая обработка результатов исходного и итогового замеров в экспериментальной группе с помощью парного T-критерия Вилкоксона на основе компьютерной программы SPSS 13.0 for Windows. Далее аналогичная оценка динамики исследуемых показателей по результатам исходного и итогового замеров была проведена в контрольной группе.

Основными результатами применения разработанных социально-психологических технологий повышения субъективного благополучия студентов-психологов в экспериментальной группе стало значимое увеличение практически по всем параметрам субъективного благополучия (за исключением показателя «позитивная самореализация»). Отсутствие динамики по показателю «позитивная самореализация» можно объяснить тем, что молодые люди только начинают постигать азы профессии психолога: неоднозначной с точки зрения разных теорий и концепций, требующей долгого профессионального самосовершенствования и практического опыта. В контрольной группе существенных изменений показателей субъективного благополучия между результатами исходного и итогового замеров не было выявлено. В итоге надо признать, что без проведения специальных занятий, только под влиянием повседневных событий повышения субъективного благополучия в группе не происходит (табл. 1).

Таким образом, разработанные и примененные социально-психологические технологии (игры, упражнения, моделирование учебно-профессиональных ситуаций) повышения субъективного благополучия студентов-психологов можно признать эффективным средством быстрого получения профессиональных знаний и изменения в положительную сторону своего отношения к различным аспектам субъективного благополучия личности. Перспективным направлением дальнейшего изучения влияния социально-психологических технологий повышения субъективного благополучия на становление студентов-психологов было бы проведение мониторинга профессиональной успешности участников, которые входили в экспериментальную группу.

Таблица 1. Динамика компонентов субъективного благополучия студентов экспериментальной группы

Компоненты СБ	Направление сдвига (N)	Сумма рангов	Уровень значимости (p)	Компоненты СБ	Направление сдвига (N)	Сумма рангов	Уровень значимости (p)
напряженность и чувствительность	ОР	15	0	депрессия, сонливость, рассеянность	ОР	27	0,001
	ПР	238			ПР	249	
изменения настроения	ОР	9	0,001	значимость социального окружения	ОР	43	0,002
	ПР	162			ПР	257	
самооценка здоровья	ОР	15,5	0,001	степень удовлетворенности повседневной деятельностью	ОР	7,5	0
	ПР	194,5			ПР	245,5	
суммарный показатель СБ	ОР	0	0	позитивное отношение с окружающими	ОР	38	0,002
	ПР	325			ПР	238	
автономия	ОР	81,5	0,029	управление средой	ОР	22,5	0
	ПР	243,5			ПР	253,5	
личностный рост	ОР	18,5	0	цели жизни	ОР	11,5	0
	ПР	281,5			ПР	264,5	
самопринятие	ОР	55,5	0,021	суммарная оценка ПБ 1	ОР	28	0
	ПР	197,5			ПР	297	
баланс аффекта	ОР	20,5	0	осмысленность жизни	ОР	0	0
	ПР	304,5			ПР	325	
человек как открытая система	ОР	33	0,004	позитивные эмоции	ОР	14	0
	ПР	198			ПР	286	
мотивационная вовлеченность	ОР	52	0,015	личностный смысл	ОР	15	0
	ПР	201			ПР	238	
позитивные межличностные отношения	ОР	29	0,002	позитивная самореализация	ОР	54,5	0,059
	ПР	224			ПР	155,5	
суммарная оценка ПБ 2	ОР	2,5	0				
	ПР	322,50					

Примечание: СБ – субъективное благополучие, ОР – отрицательные ранги, ПР – положительные ранги, ПБ – психологическое благополучие, динамика является значимой, если $p < 0,05$.

Библиографический список

1. Ожегов, С.И. Толковый словарь русского языка / С.И. Ожегов. – Москва: АСТ, 2020. – 736 с. – Текст: непосредственный.
2. Деменев, А.Г. Эвдемонистические и гедонистические теории в современных исследованиях счастья / А.Г. Деменев // Вестник Воронежского государственного университета. – 2016. – № 4. – С. 15–23. – Текст: непосредственный.
3. Polyakova O.B. Features of subjective well-being of leaders with professional deformations (burnout) / O.B. Polyakova, E.A. Petrova, O.I. Mironova // International Conference on Research Paradigms Transformation in Social Sciences. The European Proceedings of Social & Behavioral Sciences EpSBS. Irkutsk, 2018. – P. 958-965. – <https://doi.org/10.15405/epsbs.2018.12.117>. – Текст: электронный.
4. Толстых, Л.В. Психологическое сопровождение профессионального становления студентов-психологов / Л.В. Толстых. – Чита: ЗабГУ, 2020. – 241 с. – Текст: непосредственный.

5. Вачков И.В. Введение в профессию «психолог» / И.В. Вачков, И.Б. Гриншпун, Н.С. Пряжников. – Москва: МПСУ, 2015. – 464 с. – Текст: непосредственный.
6. Мельник, Ю.И. Психологическое благополучие личности / Ю.И. Мельник. – Петрозаводск: ПетрГУ, 2018. – 125 с. – Текст: непосредственный.
7. Сучков Д.Д. Характеристики целей как факторы субъективного благополучия / Д.Д. Сучков. – Москва: Ученый, 2017. – 29 с. – Текст: непосредственный.
8. Полякова О.Б. Специфика субъективного благополучия лидеров с профессиональными деформациями (выгоранием) / О.Б. Полякова // Ученые записки Российского государственного социального университета. – 2018. – Т. 17. – № 3 (148). – С. 22–30. – DOI: 10.17922/2071-5323-2018-17-3-22-30. – Текст: непосредственный.
9. Полякова, О.Б. Физиологические симптомы нервно-психического напряжения у медицинских работников с профессиональными деформациями / О.Б. Полякова, Т.И. Бонкало // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2020. – Т. 28. – № S2. – С. 1195–1201. – <http://dx.doi.org/10.32687/0869-866X-2020-28-s2-1195-1201>. – Текст: электронный.
10. Bonkalo, T.I. Development of ethnic social identity among the members of ethnic community organizations as the factor of preventing the spread of nationalist sentiments in a multicultural society / T.I. Bonkalo, O.B. Polyakova, S.V. Bonkalo, N.T. Kolesnik, E.A. Sorokoumova // Biosciences Biotechnology Research Asia. – 2015. – № 12(3). – P. 2361–2372. – <http://dx.doi.org/10.13005/bbra/1912>. – Текст: электронный.
11. Полякова, О.Б. Самоконтроль в общении как фактор преодоления состояний деперсонализации психологов и педагогов / О.Б. Полякова // Вестник Томского государственного университета. – 2011. – № 348. – С. 133–137. – Текст: непосредственный.
12. Sokolovskaya, I.E. Educational and professional motivation of students with various religious / I.E. Sokolovskaya, O.B. Polyakova, A.V. Romanova, N.V. Belyakova, K.S. Tereshchuk // European Journal of Science and Theology. – 2020. – № 16 (4). – P. 169–180. – Текст: непосредственный.
13. Elshansky S.P. Positive personal qualities and depression / S.P. Elshansky, A.F. Anufriev, O.B. Polyakova, D.V. Semenov // Prensa Medica Argentina. – 2018. – № 104 (6). – <https://doi.org/10.41720032-745X.1000322>. – Текст: электронный.
14. Jafar Zade, D.A. Features of professional deformations (burnout) of medical workers depending on working conditions / D.A. Jafar Zade, L.V. Senkevich, O.B. Polyakova, M.M. Basimov, V.I. Strelkov, M.V. Tarasov // Prensa Medica Argentina. – 2019. – № 105(1). – <https://doi.org/10.41720032-745X.1000334>. – Текст: электронный.
15. Mironova, O.I. Psychological health of leaders with professional burnout in compelled contacts / O.I. Mironova, O.B. Polyakova, F.I. Ushkov // The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences EpSBS. – 2018. – P. 801–807. – <https://doi.org/10.15405/epsbs.2018.12.99>. – Текст: электронный.
16. Бонкало, Т.И. Эмоциональное истощение как фактор возникновения и развития невротических состояний медицинских работников / Т.И. Бонкало, О.Б. Полякова // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2020. – Т. 28. – № S2. – С. 1208–1214. – <http://dx.doi.org/10.32687/0869-866X-2020-28-s2-1208-1214>. – Текст: электронный.
17. Полякова, О.Б. Особенности психосоматизации медицинских работников с профессиональными деформациями / О.Б. Полякова, Т.И. Бонкало // Здравоохранение Российской

Федерации. – 2020. – Т. 64. – № 5. – С. 278–286. – <https://doi.org/10.46563/0044-197X-2020-64-5-278-286>. – Текст: электронный.

18. Polyakova, O.B. Specificity of psychosomatization of psychologist-leaders with professional deformations (burnout) / O.B. Polyakova, E.A. Petrova, O.I. Mironova, D.V. Semenov // Prensa Medica Argentina. – 2019. – № 105(1). – P. 1–7. – <https://doi.org/10.41720032-745X.1000326>. Текст: электронный.

19. Полякова О.Б. Специфика физиологического стресса населения, находящегося в самоизоляции из-за пандемии COVID-19 / О.Б. Полякова, Т.И. Бонкало // Здоровоохранение Российской Федерации. – 2021. – Т. 65. – № 5. – С. 432–439. – DOI: 10.47470/0044-197X-2021-65-5-432-439. – Текст: непосредственный.

УДК 378

ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ РУКОВОДИТЕЛЯ ТВОРЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА

Русанова Наталья Николаевна

Самарский государственный институт культуры

Аннотация. в статье рассматриваются проблемы профессиональной подготовки руководителей творческого коллектива в современных условиях; возможность и специфика применения инновационных технологий в процессе подготовки руководителей творческого коллектива.

Ключевые слова: профессиональная подготовка, цифровые технологии, образовательные платформы.

Эпоха стремительного развития информационных технологий, безусловно, влияет на все сферы нашей жизни, в том числе и на образование. Становятся доступными новые формы и способы обучения, развиваются используемые педагогами технологии, совершенствуются методы и приемы, происходит фундаментальный сдвиг и отход от условий, при которых были разработаны системы образования, то есть формируется новая, инновационная образовательная среда, в которую не всегда копируются старые материалы и методики, а практическая реализация преподавания учебного материала требует особенно точного выбора методов, форм и средств профессиональной подготовки.

Инновация – это использование в той или иной сфере общества результатов интеллектуальной (научно-технической) деятельности, направленных на совершенствование процесса деятельности или его результатов (П. Н. Завлин, А. К. Казанцев, Л. Э. Миндели).

Применительно к процессу профессиональной подготовки инновация будет пониматься, как введение нового в цели, содержание, методы и формы обучения и воспитания, организацию совместной деятельности преподавателя и студента. В целом под инновационным процессом понимается комплексная деятельность по созданию (разработке), освоению, использованию и распространению новшеств [1].