

МОЛОДОЙ УЧЁНЫЙ

ISSN 2072-0297

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ



8 2026
ЧАСТЬ I

16+

Молодой ученый

Международный научный журнал

№ 8 (611) / 2026

Издается с декабря 2008 г.

Выходит еженедельно

Главный редактор: Ахметов Ильдар Геннадьевич, кандидат технических наук

Редакционная коллегия:

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

Международный редакционный совет:

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

На обложке изображен *Василий Иванович Баженов* (1737–1799), русский архитектор.

Василий Баженов родился в семье церковного дьякона. У мальчика уже в раннем детстве обнаружились художественные способности: он детально зарисовывал здания на улицах старой Москвы.

В 16 лет Баженов попал на строительство дворца Анненгоф, который восстанавливали после пожара. Там он присоединился к артели живописцев. Талантливый юноша быстро заслужил доверие, и ему поручили расписывать печи под мрамор. Реставрацией руководил архитектор Дмитрий Ухтомский, он и обратил внимание на увлеченность молодого мастера и принял его в свою архитектурную школу — первую в России. По его рекомендации Баженов был зачислен в гимназию при Московском университете. Здесь в специальном художественном классе молодых людей готовили для будущей Академии художеств.

Баженов оказался в числе девяти самых успешных учеников гимназии, и его заметил известный меценат Иван Шувалов. По его инициативе юного архитектора перевели в Санкт-Петербургскую гимназию, а через год зачислили в только открывшуюся Академию художеств.

В 23 года Василию Баженову пожаловали дворянский титул — он был признан одним из лучших студентов. Получив в Академии 100 рублей, молодой архитектор отправился в Париж перенимать опыт «западных коллег». Уже через полтора года он блестяще выдержал экзамены в Парижской академии архитектуры. Два года Василий Баженов работал с профессором Шарлем де Девальи, который обучал молодого архитектора создавать здания в новомодном стиле «классицизм». Одной из работ Баженова стала модель Луврской галереи.

После Парижа Василий Баженов уехал в Рим. Здесь он изучал античный стиль в архитектуре и создал модель храма Святого Петра. Его работы встречали с восторгом: архитектору пожаловали членство в Академии Святого Луки и право «быть мастером и профессором архитектуры как в Риме, так и везде». В 1764 году Баженов вернулся в Париж. Он стал первым русским архитектором, который получил признание в Европе. Ему предложил работу сам Людовик XV, но Василий Баженов его величеству отказал и вскоре вернулся в Россию: слишком много было у него планов и проектов.

За время его отсутствия на родине многое изменилось: на престол взошла Екатерина II. В жизни Баженова началась полоса неудач. Академия художеств теперь существовала по новым законам. Баженов рассчитывал на профессорскую кафедру, однако ему присвоили вместо профессорского звание академика архитектуры, и он ушел. В это же время он разработал проект Смольного института, но строительство здания начато не было.

В 1767 году Василий Баженов приехал в Москву и был удостоен аудиенции Екатерины II. Императрица пору-

чила архитектору перепланировку всей территории Московского Кремля, Красной площади и возведение нового дворца. Спустя год начались первые работы. Главным архитектором был Василий Баженов, а его заместителем — Матвей Казаков. Баженов создал макет будущего дворца размером почти в человеческий рост.

Первого июня 1773 года состоялась долгожданная закладка дворца. Вот только Екатерина II на закладке дворца присутствовать не пожелала. У нее пропал интерес к проекту. В результате от грандиозного замысла осталась только модель, которая до сих пор хранится в Московском государственном музее архитектуры имени Щусева.

Итоги для Баженова были неутешительными: его очередное детище осталось только на чертежах, а сам он оказался в долгах. Несколько зданий на территории Кремля все-таки успели возвести, кроме того, начали разбирать крепостную стену. Екатерина приказала вернуть все в первоначальный вид и поручила работы по реконструкции Матвею Казакову.

Однако в 1776 году архитектор вновь получил заказ от Екатерины II: построить для императрицы подмосковную резиденцию в Царицыно. На возведение этого здания Баженов потратил десять лет своей жизни.

Летом 1785 года на строительство приехала заказчица. Но императрица была в плохом настроении, похвалила по дворцу и быстро уехала. Здание она приказала перестроить. Отчаявшийся архитектор принялся за работу, но и следующий вариант архитектурного ансамбля Екатерина не оценила и снова велела все постройки разобрать.

В 1784 году Баженов начал строительство дворца для Петра Пашкова — знаменитого Дома Пашкова в Москве. Сохранилась легенда о том, как обиженный на императрицу зодчий нарочно развернул дворец фасадом от Кремля.

В 1796 году Екатерина II умерла и императором стал Павел I. Новый этап начался и в жизни страны, и в жизни Василия Баженова: молодой император был к архитектору весьма лоялен. Баженов вновь перебрался в Петербург, где начал разрабатывать проект Михайловского замка. Возглавить строительство ему, правда, не удалось из-за болезни. Возвел дворец Виктор Бренна: он внес в проект ряд изменений, но замысел Баженова воплотил почти в полной мере.

В 1799 году Василий Баженов был назначен вице-президентом Академии художеств. Вступив в должность, он начал масштабную модернизацию Академии. Параллельно он задумал издать альбом русского зодчества — фактически энциклопедию русской архитектуры, первую в Российской империи. На осуществление плана Баженову не хватило времени: 13 августа 1799 года архитектор скончался в возрасте 62 лет.

*Информацию собрала ответственный редактор
Екатерина Осянина*

СОДЕРЖАНИЕ

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Богомолов А. В.

Влияние технологий искусственного интеллекта на телекоммуникации и радиоэлектронику 1

ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ

Челышкина П. Д., Рыскужина К. И., Орлов Г. В.

Разработка композиции противоизносной присадки к дизельному топливу с использованием кислородсодержащих продуктов переработки растительного сырья.... 4

Shargaev V. G.

Reinforcement learning for precision metal cutting 5

АРХИТЕКТУРА, ДИЗАЙН И СТРОИТЕЛЬСТВО

Загребина Н. В., Загребин Г. И.

Визуализация выдающихся зданий и последующая генерализация в разных масштабах.....10

Фаррахова А. М.

Современные методы оценки запасов песка и ПГС при строительстве карьерных и технологических подъездных дорог13

СОЦИОЛОГИЯ

Ерохин И. Н.

Меры мотивации брачного и репродуктивного поведения населения в городской и сельской местности.....16

ПСИХОЛОГИЯ

Абрамова С. В.

Эмоциональный интеллект в работе педагога дошкольного образовательного учреждения.....23

Абрамова С. В.

Эмоциональный интеллект педагогов дошкольной образовательной организации как фактор эффективности профессионального взаимодействия25

Белкина А. Е.

Взаимосвязь между учебной мотивацией, уровнем притязаний, самооценкой и тревожностью у обучающихся подросткового возраста.....27

Вагапова Р. Р.

Факторы риска нарушения психологической безопасности в школах29

Емлиханова К. И.

Гендерно-специфичные когнитивные искажения в материнстве: теоретический анализ и диагностические стратегии31

Кореновская В. В.

Коммуникативные способности младших школьников с разным уровнем самооценки личности.....34

Лашкова Е. И.

Педагогическая центрация как предмет исследования в психологии.....37

Медведева А. А.

Мотивы здорового образа жизни у женщин разных возрастов: психологические, нейробиологические и социокультурные детерминанты.....39

Пастухина А. Н.

Развитие произвольного внимания младших школьников с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования.....41

Смирнова Ю. И.

Семейные мифы и ригидные роли: интегративная модель диагностики и коррекции в краткосрочном консультировании.....43

Третьяк Л. С.

Понятие асертивности подростков45

Федотов А. В.

Сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся в организациях среднего профессионального образования47

Чекунова А. А.

Сексуальные дисфункции как фактор
нарушения партнерского взаимодействия
и объект психологического консультирования... 49

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Ковалева А. А.

Формирование здорового образа жизни
у студенческой молодежи56

КУЛЬТУРОЛОГИЯ

Костарева А. Н.

Национальный проект «Космос»:
научные цели и кадровая политика
государства.....59

Саторова К. А.

Влияние развития экономики Китая
на изучение китайского языка62

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Влияние технологий искусственного интеллекта на телекоммуникации и радиоэлектронику

Богомолов Александр Вячеславович, инженер-системотехник
АО «Научно-производственное предприятие «Рубин» (г. Пенза)

Статья посвящена анализу влияния технологий искусственного интеллекта на развитие телекоммуникаций и радиоэлектроники. Рассмотрены направления внедрения интеллектуальных алгоритмов в управление сетями связи, обработку сигналов и диагностику радиосистем. Показано, что применение ИИ повышает адаптивность инфраструктуры, точность анализа параметров и устойчивость систем к неопределенности, формируя основу когнитивных цифровых сред.

Ключевые слова: искусственный интеллект, телекоммуникационные сети, радиоэлектроника, обработка сигналов, машинное обучение, радиолокационные системы, адаптивные алгоритмы, интеллектуальные системы управления, диагностика радиосистем, когнитивные сети.

Актуальность исследования влияния использования искусственного интеллекта (далее — ИИ) на телекоммуникации и радиоэлектронику обусловлена усложнением архитектуры сетей связи, ростом объемов обрабатываемой информации и необходимостью повышения надежности радиоэлектронных систем в условиях неопределенности. Интеграция ИИ трансформирует принципы управления сетями и обработки сигналов, формируя новые технологические стандарты отрасли.

Под искусственным интеллектом понимается комплекс технологических решений, направленных на имитацию когнитивных функций человека, в том числе обучение и принятие решений. А. В. Поначугин называет искусственным интеллектом комплекс технологических решений, позволяющий имитировать когнитивные функции человека [7].

Информационно-телекоммуникационные сети характеризуются высокой степенью динамичности и неоднородности. Развитие ИИ связано с обработкой больших массивов информации. А. Абдуллаев отмечает, что «с ростом объемов данных и увеличением сложности телекоммуникационных сетей, традиционные методы управления и оптимизации становятся недостаточно эффективными» [1], в связи с чем внедрение алгоритмов машинного обучения становится объективной технологической необходимостью.

Сегодня состояние и масштабы внедрения ИИ свидетельствуют о росте экономики России, о чем на пленарной сессии форума «Digital Almaty — 2024» заявил М. Мишустин. Внедрение технологий искусственного интел-

лекта в России к 2030 г. добавит экономике страны 6 %, или более 10 трлн руб. Экономическая составляющая подтверждает стратегический характер цифровой трансформации сетевой отрасли.

М. Мишустин также подчеркнул, что Россия входит в тройку мировых лидеров по цифровым компетенциям. Он также выделил три приоритетных направления развития информационных технологий в стране:

- запуск крупных проектов технологического суверенитета, так называемых мегапроектов;
- усиление подготовки инженерных команд;
- внедрение цифровых технологий [6].

Применение ИИ в телекоммуникационной среде связано с переходом сетевой инфраструктуры к интеллектуальному управлению ресурсами и процессами передачи информации. Модели машинного обучения анализируют параметры трафика, спектральную загрузку, уровень помех и поведенческие паттерны абонентов, после чего формируют управляющие воздействия на сетевые элементы. За счет алгоритмической оптимизации происходит динамическая балансировка каналов, перераспределение полосы пропускания и выбор маршрутов с минимальной задержкой. В системах радиодоступа ИИ регулирует мощность передатчиков, модуляцию и распределение частот, повышая спектральную эффективность и устойчивость связи. Аналитические модули выявляют аномалии трафика и признаки кибератак, поэтому возрастает уровень сетевой безопасности. Предиктивные модели обслуживания оборудования прогнозируют износ компонентов по телеметрии, благодаря чему сокращаются

простои и эксплуатационные расходы. В результате телекоммуникационная инфраструктура приобретает свойства адаптивной среды, способной самостоятельно поддерживать стабильное качество услуг при изменении нагрузки и внешних условий.

Применение ИИ в телекоммуникациях определяется формированием новой парадигмы управления сетями на основе методов вероятностного прогнозирования, теории оптимального управления и стохастического анализа сигналов. Использование нейросетевых и байесовских моделей обеспечивает формализацию процессов адаптации радиоканалов, а также позволяет количественно оценивать устойчивость сетевой архитектуры при вариациях нагрузки. Поэтому телекоммуникационная инфраструктура рассматривается как самоорганизующаяся киберфизическая система с математически описываемыми контурами обратной связи.

ИИ рассматривается как инструмент автоматизации и повышения качества обслуживания. «ИИ способен автоматически анализировать большие объемы данных, выявлять аномалии и предлагать решения для их устранения» [2]. Анализ аномалий в сетевой инфраструктуре трансформируется в предиктивную модель управления качеством обслуживания. Алгоритмы машинного обучения формируют вероятностные профили нагрузки и обеспечивают адаптивную маршрутизацию трафика.

Таким образом, в научной среде сформирована основа интеллектуального управления телекоммуникационной инфраструктурой.

Искусственный интеллект в радиоэлектронике

Радиоэлектронные системы функционируют в среде стохастических процессов и шумовых воздействий. Цель применения ИИ — решение задач мониторинга, диагностики и прогнозирования технического состояния радиосистем [4]. Переход от классических статистических моделей к экспертным системам позволяет повысить устойчивость диагностики при ограниченности информации.

Искусственный интеллект в радиоэлектронике представляет совокупность алгоритмических методов машинного обучения, оптимизации и адаптивной обработки сигналов, внедряемых в аппаратно-программные радиосистемы для автоматизации анализа, управления и диагностики. Основное назначение заключается в повышении эффективности функционирования радиоэлектронных устройств за счет самообучающихся моделей, способных выявлять закономерности в спектральных, временных и пространственных характеристиках сигналов без прямого программирования.

А. Аннагараев подчеркивает, что искусственный интеллект может помочь ускорить разработку новых устройств, повысить их надежность и эффективность [3]. С инженерной точки зрения ИИ обеспечивает оптимизацию топологии схем, прогнозирование отказов и снижение энергетических потерь.

Функциональная роль ИИ в радиоэлектронике сводится к трем задачам: интеллектуальная обработка сигналов, автономное управление параметрами радиосистем и прогнозная диагностика аппаратуры. Алгоритмы обеспечивают фильтрацию помех, оптимизацию частот и мощности, а также раннее выявление неисправностей [5]. Внедрение ведет к переходу от фиксированных режимов работы к когнитивным радиосистемам с адаптацией к изменению среды и нагрузки, поэтому повышаются устойчивость связи и спектральная эффективность.

Таким образом, ИИ в радиоэлектронике выступает как инструмент интеллектуального сопровождения жизненного цикла устройства от проектирования до эксплуатации.

Интеллектуализация радиолокационных систем

Радиолокационные комплексы характеризуются высокой сложностью обработки сигналов и необходимостью функционирования в условиях плотной помеховой среды. Классические фильтрационные методы эффективны при выполнении статистических предположений, однако в реальной обстановке спектр сигналов часто изменяется непредсказуемо.

Интеграция ИИ в радиолокацию осуществляется по нескольким направлениям:

1. Гибридная фильтрация. Совмещение калмановских алгоритмов и адаптивных моделей обеспечивает устойчивость к вариативности помех.
2. Нечеткая логика. Используется для интерпретации неоднозначных ситуаций, когда параметры сигналов пересекаются в многомерном пространстве признаков.
3. Классификация объектов. Глубокие нейронные сети анализируют спектральные и временные характеристики отраженных сигналов, повышая точность распознавания.
4. Адаптивное управление излучением. Интеллектуальные алгоритмы регулируют параметры радара в зависимости от условий среды.

Когнитивная радиолокация предполагает замкнутый цикл: измерение — анализ — адаптация. Система самостоятельно корректирует параметры, повышая вероятность обнаружения и снижая уровень ложных тревог.

Комплексное внедрение ИИ формирует следующие эффекты:

- 1) повышение адаптивности ИТС за счет автоматизированной оптимизации маршрутизации;
- 2) снижение времени обнаружения отказов и аномалий;
- 3) рост точности мониторинга параметров радиосистем;
- 4) повышение устойчивости радиолокационных комплексов к неопределенности;
- 5) оптимизация проектирования и энергоэффективности электронных устройств.

Таким образом, ИИ становится архитектурным элементом телекоммуникационной и радиоэлектронной инфраструктуры, обеспечивая когнитивную адаптацию систем. С научной точки зрения ИИ выступает как инструмент преодоления неопределенности. Он позволяет

строить адаптивные аппроксимации сложных процессов, формируя модель поведения системы без полного знания ее внутренней структуры.

Таким образом, развитие технологий искусственного интеллекта формирует качественно новую парадигму функционирования телекоммуникационных и радиоэлектронных систем, основанную на принципах адаптивности, самообучения и предиктивного управления. Интеграция интеллектуальных алгоритмов обеспечивает повышение надежности обработки сигналов, устойчивости сетевой инфраструктуры и точности диагностики аппаратуры. Применение ИИ в радиосистемах и радиолокационных комплексах подтверждает его роль как универсального инструмента анализа неопределенных процессов. Следовательно, интеллектуализация цифровой инфраструктуры становится системным фактором технологического развития отрасли и основой формирования когнитивных коммуникационных сред будущего.

Потенциал дальнейшего технологического прогресса связывают с объединением систем ИИ и квантовых вы-

числительных платформ, внедрением сетей поколения 6G и применением когнитивных методов распределения радиоресурсов. Прослеживается тенденция к переносу обрабатывающих процедур на периферийные вычислительные узлы для сокращения времени в сетевом контуре и увеличения степени автономного функционирования оборудования.

Особое направление связано с созданием моделей объяснимого ИИ. Требование к интерпретации механизмов вычислительных решений усиливается из-за потребности поддерживать предсказуемость поведения алгоритмов в критически важных технических комплексах.

В совокупности формируется основа цифровой инфраструктуры перспективных телекоммуникационных и радиоэлектронных систем. Процессы обработки сигналов, управления ресурсами и контроля рабочих параметров оборудования переходят к режимам когнитивной адаптации, обеспечивающим изменение конфигурации вычислительных процедур под воздействием внешних условий.

Литература:

1. Абдуллаев А. Интеграция искусственного интеллекта и машинного обучения в телекоммуникации: будущие тренды / А. Абдуллаев, А. Акмырадова, П. Алланурова // Вестник науки. — 2024. — Т. 3, № 9 (78). — С. 260–263.
2. Агабаева Г. Искусственный интеллект в телекоммуникационных сетях: достижения и применения / Г. Агабаева, О. Аннабаева, А. Аннамырадов // Вестник науки. — 2024. — Т. 3, № 9 (78). — С. 272–275.
3. Аннагараев А. Применение искусственного интеллекта в развитии электроники / А. Аннагараев, И. Гадамов, Ш. Мереев // Символ науки. — 2024. — № 4–2-2. — С. 49–51.
4. Габриэлян Д. Д. Искусственный интеллект в системе мониторинга, диагностики и прогнозирования технического состояния радиотехнических систем / Д. Д. Габриэлян, Б. Х. Кульбикаян, П. И. Костенко, О. А. Сафарьян // Вестник Ростовского государственного университета путей сообщения. — 2021. — № 4 (84). — С. 91–99.
5. Колкк А. А. Повышение эффективности системы управления комплексом радиотехнической разведки внедрением элементов искусственного интеллекта / А. А. Колкк, Е. О. Подивилова, В. И. Ширяев // Воздушно-космические силы. Теория и практика. — 2021. — № 19. — С. 179–195.
6. Мишустин: экономический эффект от внедрения ИИ в РФ к 2030 году превысит 10 трлн рублей // ТАСС. — 2025. — URL: <https://tass.ru/ekonomika/19882465> (дата обращения: 10.02.2026).
7. Поначугин А. В. Перспективы использования искусственного интеллекта в информационно-телекоммуникационных сетях / А. В. Поначугин, В. Д. Степанов, А. С. Базуева // Доклады ТУСУР. — 2025. — Т. 28, № 1. — С. 119–123.

ТЕХНИЧЕСКИЕ НАУКИ

Разработка композиции противоизносной присадки к дизельному топливу с использованием кислородсодержащих продуктов переработки растительного сырья

Челышкина Полина Дмитриевна, студент магистратуры;
Рыскужина Карина Иршатовна, студент магистратуры;
Орлов Георгий Вадимович, студент магистратуры
Уфимский государственный нефтяной технический университет

Исследование было направлено на анализ противоизносных присадок в малосернистом дизельном топливе. Противоизносные присадки различного химического строения с соответствующими кодовыми именами были использованы несколько раз для определения диаметра пятна износа на стандартном аппарате высокочастотного возвратно-поступательного движения. Были определены оптимальные концентрации противоизносных присадок и представлены в графике.

Ключевые слова: малосернистое дизельное топливо, противоизносные присадки, кислородсодержащие соединения, смазывающая способность, метод HFRR

Жесткие экологические требования, регламентирующие содержание серы в дизельном топливе на уровне не более 10 ppm, привели к существенному ухудшению его смазывающей способности. Процессы гидроочистки, удаляющие сернистые и полярные соединения, которые выполняли роль естественных смазывающих компонентов, вызывают деградацию трибологических характеристик топлива. Это проявляется в прогрессирующем износе прецизионных пар топливной аппаратуры высокого давления, снижении ресурса двигателя и увеличении эксплуатационных расходов [1, 2].

На сегодняшний день практически безальтернативным методом улучшения смазочных характеристик топлива выступает использование противозадирных присадок. Как демонстрирует обзор современных рыночных тенденций [3], присутствие импортных добавок и сырьевых компонентов (прежде всего жирных кислот таллового масла) в противоизносных присадках по-прежнему значительно, несмотря на существующие отечественные наработки. Подобная ситуация формирует угрозу для энергонезависимости государства, что обосновывает необходимость разработки действенных противоизносных составов из доступного национального сырья.

В связи с этим задачей настоящей работы стало экспериментальное изучение воздействия недавно синтезированных кислород- и азотсодержащих веществ на смазывающую способность низкосернистого дизельного

горючего, а также нахождение их оптимальных рабочих концентраций.

Объектом исследования было выбрано пять присадок, синтезированных на основе продуктов отечественной нефтехимии:

- 1) М-5: (3-этил-1,5-диоксаспиро[5,5]ундекан-3-ил)метилбензоат;
- 2) М-7: 3,3'-(оксибис(метилен))бис(3-этил-1,5-диоксиспиро[5,5]ундекан);
- 3) М-21: N-(3-(диметиламино)пропил)-1,1-дихлорциклопропан-1-амин с алкильным заместителем;
- 4) М-22: N-(3-(диметиламино)пропил)-2-(1,3-диоксолан-2-ил)этан-1-амин;
- 5) ВВ-108: бензоат 3-(1-фенилэтокси)пропила.

Для каждой присадки готовили серию смесей с базовым топливом в диапазоне концентраций от 0,01 до 0,05 % масс. Объем каждой пробы составлял 150 мл. Обработка результата была ориентирована на скорректированный диаметр пятна износа (СДПИ, мкм): чем меньше диаметр, тем выше смазывающая способность топливной композиции. В конечном итоге присадки показали только улучшение смазывающей способности дизельного топлива, и оптимальная концентрация составила 0,04 % массы. Однако лучше всего себя показала присадка под номером 3 ($C_{10}H_{20}Cl_2N_2$), при использовании которой скорректированный диаметр пятна износа образца с присадкой равен 385 мкм. Результаты испытаний пяти присадок представлены в таблице 1.

Таблица 1. Сравнительная эффективность присадок при оптимальной дозировке

Присадка	Анализ		
	химический класс	улучшение, %	СДПИ при 0,04 %, мкм
Присадка 1 ($C_{19}H_{26}O_4$)	сложный эфир	31,4	398 ± 8
Присадка 2 ($C_{24}H_{42}O_5$)	карбоновая кислота	29,0	412 ± 9
Присадка 3 ($C_{10}H_{20}Cl_2N_2$)	гидроксиэфир	33,6	385 ± 7
Присадка 4 ($C_9H_{20}N_2O_2$)	смешанный эфир	30,2	405 ± 11
Присадка 5 ($C_{18}H_{20}O_3$)	ароматический эфир	25,5	432 ± 10

Точные концентрации отражены на общем графике (рис. 1), где наглядно видно сходство всех пяти присадок, что и доказывает их положительное воздействие для дизельного топлива.

Влияние испытываемых присадок на смазывающую способность ДТ

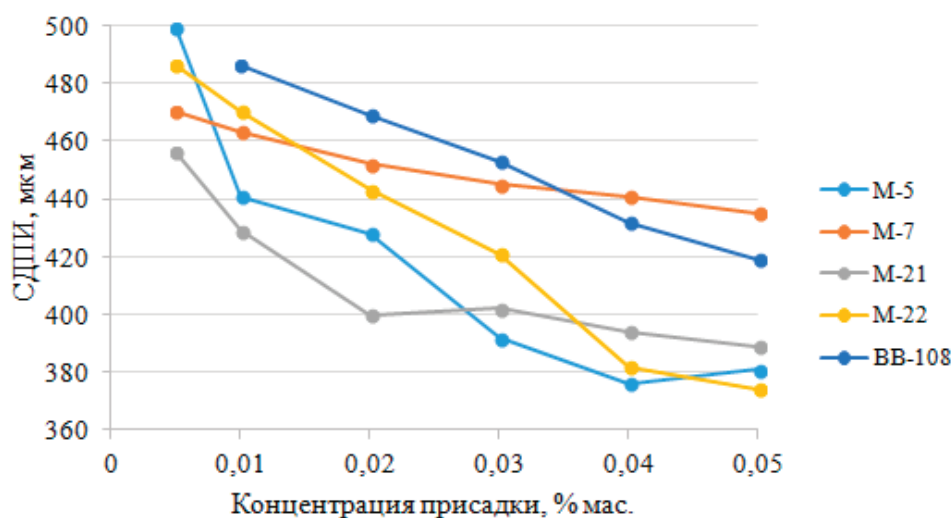


Рис. 1. Зависимость СДПИ от концентрации присадки

Литература:

- Капустин В. М. Нефтяные и альтернативные топлива с присадками и добавками / В. М. Капустин. — М. : КолосС, 2008. — 232 с.
- Говорин А. С. Обзор отечественных разработок в области противоизносных присадок для дизельных топлив с низким содержанием серы / А. С. Говорин, Н. П. Коновалов, Н. Д. Губанов, О В. Рыбарчук, Д. А. Дубровский, И. Е. Кузора // Мир нефтепродуктов. — 2022. — № 1. — С. 6–16.
- Камалетдинова К. А., Григорьева О. С., Вдовина С. В. Влияние присадок на качество дизельного топлива // Современные научные исследования и разработки : Материалы Международной научно-практической конференции 21 марта 2019 года (г. Прага, Чехия). — 2019. — URL: http://science-peace.ru/files/SNIR_2019.pdf

Reinforcement learning for precision metal cutting

Shargaev Vyacheslav Gennadievich, general director
Prominvest NN LLC (Nizhny Novgorod)

This paper examines the application of reinforcement learning (RL) techniques in precision metal cutting, with a core emphasis on laser cutting and brief extensions to CNC milling, EDM, and abrasive waterjet cutting. It describes closed-loop architectures that com-

bine multi-sensor feedback with neural network-based RL agents capable of real-time decision-making. The study explores the suitability of algorithms such as Q-learning, Deep Deterministic Policy Gradient (DDPG), and Proximal Policy Optimization (PPO) for high-frequency, continuous control tasks. Drawing on a patented AI-controlled laser cutting module, the paper demonstrates how RL improves adaptability to material variability, enhances cut quality, and minimizes operator intervention. Case studies and industry data support the performance benefits of RL-based systems over conventional static control. The article concludes with a discussion of implementation strategies, safety considerations, and the broader role of RL in future smart manufacturing environments.

Keywords: reinforcement learning, laser cutting, adaptive control, intelligent machining, neural networks, DDPG, PPO, Q-learning, precision manufacturing, real-time optimization, closed-loop control.

Precision metal cutting is a fundamental manufacturing process essential to industries ranging from aerospace to electronics. Modern techniques such as laser cutting, CNC milling, electrical discharge machining (EDM), and abrasive waterjet cutting enable high-speed, fine-feature fabrication of complex parts. Among these, laser cutting is particularly prominent for its non-contact operation, high energy density, and versatility in cutting metals of various thicknesses. However, achieving consistently high cut quality in laser machining remains challenging due to the highly nonlinear interaction between the laser beam and workpiece material, and the sensitivity to variations in material properties or process conditions. Traditionally, operators set static parameters based on reference tables or empirical experience. This open-loop approach can produce defects (tapers, dross, poor edge quality) if conditions deviate from nominal. As Mills and Grant-Jacob observe, “simulations based on fundamental understanding offer some insight, but... theoretical modelling is not particularly applicable to practical experimentation” due to these nonlinearities. Thus, there is growing interest in intelligent, adaptive control methods for metal cutting processes [3].

Machine learning (ML) has recently demonstrated great promise in modeling complex machining processes. For example, neural networks can learn to predict cutting outcomes or optimize process parameters much faster and more accurately than physics-based models. In the context of laser machining, Mills and Grant-Jacob that “recent breakthroughs in machine learning have resulted in neural networks that are capable of accurate and rapid modelling of laser machining at a scale, speed, and precision well beyond those of existing theoretical approaches” [3]. Such ML models have been used for tasks like 3D profile prediction and real-time error correction in laser processes. However, most prior work has focused on supervised learning or parameter optimization in offline settings.

Reinforcement learning (RL) offers a complementary paradigm: rather than passively modeling data, an RL agent can actively interact with the machining process to learn how to adjust control actions to optimize a reward over time. In RL, an agent observes sensor feedback from the process state, selects control actions, and receives a reward signal that reflects performance. Over many trials, the RL agent learns a policy that maps states to actions, seeking to maximize cumulative reward [5].

The promise of RL for metal cutting applications has gained recognition across academic research and industrial sectors.

For example, Xie et al. presented an innovative RL-based laser machining platform that autonomously executes arbitrary cutting patterns while «concurrently identifying and correcting improperly performed operations in real time». Leading equipment producers such as Mitsubishi Electric have similarly started incorporating AI technologies (including reinforcement-style learning mechanisms) into laser and EDM platforms to modify operational parameters based on sensor input. These advancements indicate that RL may transform precision cutting by integrating adaptive, self-calibrating «intelligence» directly into machinery.

Reinforcement learning conceptualizes the control challenge as a Markov Decision Process (MDP) where an agent (the control system) repeatedly observes the environmental state, executes an action, and obtains a scalar reward signal indicating performance quality. Within metal cutting contexts, the state representation may encompass sensor measurements (such as temperature readings, acoustic emissions, visual imagery of the cutting zone), current tool position and movement velocity, and pertinent process parameters (including material thickness specifications). The action comprises modifications to control variables such as laser output power, focal point location, cutting velocity, or feed trajectory. The reward constitutes a quantitative assessment of cutting quality and operational efficiency; for instance, positive rewards may be assigned for preserving target cut kerf dimensions, attaining elevated material removal rates, or maintaining operation within safety parameters, whereas penalties (negative rewards) may result from defect emergence, excessive tool degradation, or constraint violations [5].

An RL agent learns a policy π that maps states to actions in order to maximize cumulative reward over time. In practice, because the state and action spaces are often continuous or high-dimensional in machining, deep reinforcement learning (DRL) methods are used, which approximate the policy or value functions with deep neural networks. The training can be done offline using simulations or on real equipment in a safe manner; once trained, the policy is deployed to perform control online, running at the machine's control frequency (often kilohertz or higher in laser cutting).

Integrating RL into a real machine often involves a hierarchy or combination with classical control. For stability and safety, low-level PID loops or hardware enforcements may maintain basic operation, while the RL agent provides high-level adjustments. For example, in the laser cutting patent's closed-loop design, the AI (neural-network) controller is-

sues high-level adjustments to power and feed, while underlying PID controllers ensure fine stability and limit overshoots. Safety mechanisms are essential: the AI outputs are bounded by engineering limits (max power, max feed) and supervisory logic can override or shut down the system if unsafe conditions are detected. In practice, ensuring safe RL deployment requires careful reward design and constraint handling.

A variety of RL algorithms can be applied to metal cutting control. These algorithms differ in their learning approach (value-based vs policy-based, on-policy vs off-policy) and are suited to different kinds of action spaces (discrete vs continuous). Table 1 compares key characteristics of some algorithms relevant to cutting applications: Q-learning, Deep Deterministic Policy Gradient (DDPG), and Proximal Policy Optimization (PPO).

Table 1. Comparison of selected reinforcement learning algorithms

Algorithm	Type	On/Off Policy	Action Space
Q-learning / DQN	Value-based	Off-policy	Discrete
DDPG	Actor-Critic	Off-policy	Continuous (real)
PPO	Policy-Gradient	On-policy	Discrete or Continuous

Q-learning (and its Deep Q-Network variant) learns a value function for discrete actions, while DDPG and PPO are actor-critic methods capable of continuous control. Off-policy means training uses past experience data, whereas on-policy algorithms update using the current policy's data.

Q-learning: this classic RL method learns a value function $Q(s,a)$ estimating the expected return of taking action a in state s and thereafter following the learned policy. In practice, tabular Q-learning is infeasible for continuous or high-dimensional problems, but Deep Q-Networks (DQN) use neural nets to approximate $Q(s,a)$. However, these are typically limited to discrete action spaces. Q-learning is off-policy, using past transitions to update Q via the Bellman equation. It is conceptually simple and well-understood, but in continuous control it suffers from instability and poor sample efficiency.

Deep Deterministic Policy Gradient (DDPG): DDPG represents an off-policy actor-critic methodology designed for continuous action domains. The approach utilizes dual network architecture: an actor network that generates actions based on state inputs, and a critic network that assesses their quality through Q-value estimation. The training process incorporates experience replay buffers and gradually updated target networks (originating from DQN research) to enhance learning stability. For precision cutting applications, DDPG enables direct generation of fine-grained adjustments to real-valued control parameters such as laser power intensity or servo movement speed. Lillicrap et al. (2015) established DDPG's capability for learning continuous control strategies in simulated robotic environments, with subsequent adoption across diverse manufacturing optimization applications.

Proximal Policy Optimization (PPO): PPO constitutes an on-policy policy gradient technique introduced by Schulman et al. (2017). Rather than estimating value functions, PPO performs direct policy optimization, refining it iteratively to maximize anticipated rewards while constraining modifications within a secure «trust region» boundary. PPO has gained widespread adoption owing to its empirical robustness and implementation simplicity. In cutting operations, PPO enables learning of adaptive control strategies (translating system states into control actions) and supports both discrete and

continuous output formats. Since PPO operates on-policy, it generally necessitates gathering new experience data for each optimization cycle, yet delivers reliable convergence in sophisticated control tasks.

Deploying RL within metal cutting systems requires integrating the algorithm into the physical control architecture. The AI-driven laser cutting module (outlined in the patent documentation) provides an implementation framework: it combines multiple sensor modalities with an embedded neural-network controller to establish a closed-loop control system. Initially, the system operates using baseline parameters determined by material characteristics and thickness specifications. Once cutting commences, various sensor arrays provide continuous feedback: thermal sensing devices measure cutting zone or workpiece temperatures; optical detection systems (photodiodes, imaging sensors) capture plasma luminosity and reflected beam characteristics; acoustic monitoring equipment records the sound signature of the cutting process (distinguishing between material ejection and stable plasma states); distance and focusing sensors track focal position and gap dimensions.

This multimodal state representation serves as input to the RL agent. At elevated frequencies (ranging from tens to hundreds of cycles per second, dependent on hardware capabilities), the neural network determines appropriate control modifications. For instance, if temperature readings decline unexpectedly (indicating insufficient energy transfer), the agent may incrementally raise laser output power or decrease feed velocity to compensate. If reflected beam intensity increases sharply, suggesting beam misalignment or complete material penetration, the agent may lower power output or modify focal position to prevent excessive heating. Through persistent feedback integration and learning, the controller effectively performs real-time process optimization to sustain ideal cutting conditions.

Safety is paramount in high-power laser cutting. Thus, the RL controller operates under strict bounds. As described in the patent, “predefined limits on parameters — the AI cannot exceed the maximum laser power or speed that the machine and material can handle safely”, and if dangerous conditions

are sensed, the system will automatically pause or shut down. Moreover, a supervisory logic or secondary control loop can constrain the RL agent's outputs to prevent oscillations. In practice, a hierarchical scheme may be used: a conventional PID or heuristic controller maintains basic process stability and enforces invariants (like stable focus and axis tracking), while the RL agent provides higher-level parameter tuning. This “safe RL” approach ensures that while the agent explores and adapts, it never drives the system into out-of-bounds states [1].

While laser cutting is a focal example, the same RL principles apply to other precision cutting technologies, albeit with different state-action setups.

CNC Milling: in milling, the state can include spindle speed, feed rate, machine vibration or force sensor readings, and current toolpath location. Actions can be adjustments to feed rate, spindle speed, or tool orientation.

Electrical Discharge Machining (EDM): EDM uses electrical discharges to erode metal. Typical control involves maintaining a stable gap voltage or spark rate. An RL state might include the gap voltage, current pulse characteristics, and debris conditions; actions could adjust pulse duration, open-circuit voltage, or servo position. Mitsubishi's AI-driven EDM systems (SG series) exemplify this: their AI “continuously adapts the generator parameters” and generates predictive machining strategies. In RL terms, the agent would learn the optimal parameter settings to achieve steady machining and high material removal while minimizing electrode wear and short circuits [2].

Waterjet and abrasive waterjet cutting: in waterjet cutting, state variables include water pressure, abrasive feed rate, and sensor feedback on nozzle condition or waterjet vibration. Actions adjust those same parameters. Emerging research notes that “fuzzy logic and reinforcement learning are being explored to create adaptive control systems that dynamically adjust parameters during cutting”. In practice, an RL agent could learn to adjust pressure or traverse speed to maintain consistent cut depth and surface finish despite changes in material hardness [2].

Laser Cutting: Xie et al presented a proof-of-concept RL-controlled laser machining system. In their experimental setup, an RL agent was able to follow arbitrary toolpath patterns and correct deviations in real time. The authors report that the system could “detect and compensate for incorrectly executed actions” during the cut, effectively learning to maintain accuracy despite disturbances. Although quantitative metrics (e.g. error reduction percentage) were not published, the qualitative result demonstrates that RL can achieve robust closed-loop correction where conventional open-loop cutting would produce defects [5].

CNC Milling: RL-based method required an order of magnitude fewer optimization iterations than genetic algorithms or swarm methods, while achieving “almost comparably good” setup solutions. This indicates that RL can greatly speed up the parameter tuning process in milling, although this was an offline optimization scenario rather than an online control loop [4].

EDM: Mitsubishi's commercial AI systems effectively encapsulate RL-like behavior. While exact RL algorithms are proprietary, public data show substantial gains. For instance, Mitsubishi reports that its AI-driven EDM generator “improves removal rates” dramatically — up to a 40 % higher removal rate on carbide electrodes compared to conventional control. The AI also “learns continuously” to improve accuracy of timing and reduce wear. These results highlight that intelligent feedback control (which could be realized via RL) can accelerate machining and enhance precision.

The integration of reinforcement learning into precision metal cutting represents a paradigm shift from static control to intelligent, adaptive control. The advantages of RL-based control are clear. By continuously learning from real-time sensor feedback, an RL agent can anticipate process changes and make preemptive adjustments, rather than merely reacting to errors after they occur.

In comparison to conventional control, RL offers a unified framework to fuse many sensor streams and optimize multiple objectives simultaneously. The Mitsubishi industrial examples illustrate this: their AI-laser system uses both audio and light sensors to adjust parameters in real time, and can even “increase the feed rate... to 110 % of the normal feed rate” when conditions are good. Such adaptive speeding-up would be difficult without an intelligent policy that recognizes stable cutting. Similarly, in EDM, AI adjustments enable predictive generator control that reduces electrode wear and estimates machining time more accurately. These improvements translate into higher productivity and less scrap [6].

Another advantage is speed of setup and changeover. In industry, switching materials or thicknesses often requires re-tuning parameters from scratch. An RL system trained on a variety of scenarios could generalize: it learns how sensor patterns correlate with needed adjustments and can apply appropriate gains or feed rates with minimal intervention. A primary issue is data and safety during training. RL typically requires many trial-and-error episodes to learn effectively. Running thousands of physical cuts on expensive parts is impractical, so initial training must rely on simulation or historical data. High-fidelity digital twins of the cutting process can enable offline RL training, but modeling the full complexity of plasma generation, heat diffusion, and material removal remains difficult. Even with simulation, there is a sim-to-real gap: policies that work in simulation may behave unexpectedly on the real machine due to unmodeled dynamics or sensor noise. Techniques like domain randomization or cautious online fine-tuning are needed to mitigate this.

Another difficulty is stability and convergence. Metal cutting is a fast, real-time process, so the RL policy must compute actions at millisecond or faster time scales. Modern inference engines can achieve this, but the training phase must ensure that policies do not command unsafe oscillatory behavior. As mentioned in the patent, the neural network outputs are “constrained through a supervisory logic that ensures stability (preventing rapid oscillations or overshoot in adjustments)”. This suggests combining RL with classic control-theo-

retic safeguards, and perhaps utilizing proven safety-aware RL algorithms [3].

Despite these challenges, ongoing research addresses many of them. The RL literature increasingly focuses on real-time process control and safe operation. Faria et al note that integrating RL with demonstrations and transfer learning can reduce training needs in industrial settings. Emerging algorithms like constrained RL or shielded RL aim to enforce safety constraints explicitly. Finally, advances in sensor technology (high-speed cameras, advanced spectroscopy) continue to provide richer state information, which RL methods can exploit [1].

RL controllers can adapt in real time to material variations and unexpected disturbances, achieving cut quality that was previously only possible with expert operators. For instance, the laser cutting AI described automatically adjusts for changes in material reflectivity or thickness, effectively encoding "expert knowledge" into the controller. Over time, as more operation data are gathered, the RL agent's performance will likely surpass fixed recipes in adaptability and consistency.

Reinforcement learning aligns well with the trend toward intelligent manufacturing and digital twins. A digital twin of the cutting system can be used to pre-train RL agents under many scenarios. When deployed on the actual machine, these

agents can continue learning from real cutting trials, using techniques like transfer learning to refine their policies. The resulting system is a self-improving cutting cell that can continuously optimize itself.

Reinforcement learning introduces a fundamentally new approach to precision metal cutting by enabling machines to adapt autonomously to changing process conditions, material properties, and performance goals. By leveraging real-time sensor feedback and deep neural network control, RL systems can outperform traditional fixed-parameter methods, reducing scrap, increasing speed, and maintaining superior cut quality. This paper has demonstrated how RL algorithms such as DDPG, PPO, and Q-learning can be integrated into closed-loop control architectures, particularly in laser cutting, but also with clear potential in CNC milling, EDM, and waterjet cutting. Industrial examples and experimental studies confirm that RL-based systems offer improved efficiency, flexibility, and setup time compared to conventional strategies. While challenges remain in safety, training data availability, and sim-to-real transfer, ongoing advances in machine learning, sensor integration, and industrial computing are rapidly closing those gaps. Reinforcement learning is poised to become a key driver of intelligent, self-optimizing manufacturing systems in the era of Industry 4.0.

References:

1. Faria, R. de R., Capron, B. D. O., Secchi, A. R., & de Souza, M. B., Jr. (2022). Where reinforcement learning meets process control: Review and guidelines. *Processes*, 10(11).
2. Lusi, N., et al. (2025). A four-decade of abrasive waterjet processing technology (1980–2023): A scientometric analysis. *Manufacturing Review*, 12, 15.
3. Mills, B., & Grant-Jacob, J. A. (2021). Lasers that learn: The interface of laser machining and machine learning. *IET Optoelectronics*, 15(9), 207–224.
4. Samsonov, V., Chrismarie, E., Köpken, H.-G., Bär, S., Lütticke, D., & Meisen, T. (2023). Deep representation learning and reinforcement learning for workpiece setup optimization in CNC milling. *Production Engineering Research and Development*, 17, 847–859.
5. Xie, Y., Praeger, M., Grant-Jacob, J. A., Eason, R. W., & Mills, B. (2022). Motion control for laser machining via reinforcement learning. *Optics Express*, 30(12), 20963–20979.
6. Zhang, Y., & Yan, W. (2022). Applications of machine learning in metal powder-bed additive manufacturing: A review. *Progress in Materials Science*, 115, 100731.

АРХИТЕКТУРА, ДИЗАЙН И СТРОИТЕЛЬСТВО

Визуализация выдающихся зданий и последующая генерализация в разных масштабах

Загребина Нина Владимировна, преподаватель;
Загребин Глеб Игоревич, кандидат технических наук, доцент
Московский государственный университет геодезии и картографии

Статья посвящена рассмотрению темы генерализации строений и зданий, какие объекты мы можем отнести к выдающимся или, как их называют в архитектуре архитектурными доминантами. Принадлежность строений/зданий к стилистически обособленным или отличающимся по высотности дает основания для перехода из одного масштаба в другой с целью сохранения облика области на картографическом произведении. Часто возникают вопросы, за счет чего те или иные объекты на разных картах нанесены или же наоборот, были утеряны. Рассмотрено несколько картографических произведений, обозначены проблемы и претензии, которые требуют проработки, для решения задачи обращаемся к таблице условных знаков и смотрим на пояснения к ним.

Ключевые слова: выдающиеся здания, архитектурная доминанта, картографическая генерализация

Введение

В данной работе мы рассматриваем задачу по визуализации и сохранению основных выдающихся зданий на картографических произведениях в разных масштабах. В связи с тем, что постоянно обновляется градостроительная база на местности, происходят постоянные изменения облика района/области, возникают задачи по правильному и своевременному внесению информации в базу данных или обновлению картографических произведений, при этом нужно передать и особенности местности с отображением архитектурных доминант. Если провести подробный анализ имеющихся изданий, то можно столкнуться с рядом вопросов, почему те или иные объекты были утеряны в процессе производства карты/плана, как найти оптимальное и верное решение по внесению необходимой и важной информации. Стоит рассмотреть вопрос о том, что является выдающимся объектом / архитектурной доминантой в соответствии с масштабом, каковы критерии отбора. Если за объект исследования мы рассматриваем генерализацию картографических объектов и явлений, то предметом являются непосредственно строения и здания, имеющие отличительные характеристики среди подобных себе.

Карты образуют плоские пространственные математически определенные образно-знаковые модели действительности [1], т. е. отображают пространство картографируемых объектов и явлений. Как особое свойство модели, карты рассматривают в качестве содержания конкретные

явления, к примеру это населенные пункты, отличающиеся своим расположением, застройкой, отображаемой уличной сетью, различными типами используемых земель. Внесение информации на холст явлений, будь то конкретные, абстрактные или реальные с применением временного периода даёт основание назвать этот результат кропотливого труда как картографическое произведение, в которое вносит определенную смысловую нагрузку редактор или автор.

Обращаясь в сторону картографических произведений, рассмотрим следующее утверждение: внутри населенных пунктов происходит аутентификация выдающихся зданий, т. е. объектов, имеющих транспортное, культурное и экономическое значение. Все перечисленные аспекты по значению имеют прямое отношение к социуму, образующему среду взаимодействия посредством как раз таки этих самых взаимосвязей. В результате первичного знакомства индивида с окружающим его пространством, он, будучи зрительно активным, всегда выделяет единичные объекты, и, при вторичном и последующем нахождении в том же пространстве, вышеописанное явление, образующее в представлении индивида определенно четкий и выразительный образ можно характеризовать как выдающийся. В последствии «система координат» индивида будет вести отсчет своей траектории и ориентировку на данном участке относительно выдающегося объекта или, как в архитектуре это именуется, архитектурной доминанты. Уточнение «система координат» индивида, взятого в знак препинания, говорит

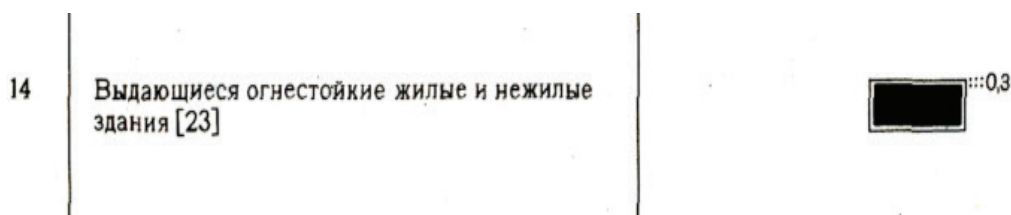
лишь об условной системе, никак не затрагивающей математически-определенные модели [2], которые требуют построения математической основы и устанавливающими координатную связь между объектами местности в реальном времени и их визуализацией в картографическом произведении. Это условное мысленное представление, складывающееся в единую картину, позволяет человеку иметь представление, пробовать вести отсчет и определять себя в данной точке пространства благодаря архитектурной доминанте.

Согласно интернет-энциклопедии [3], архитектурная доминанта — это господствующий элемент композиции ансамбля, отвечающий по высотной или стилистической характеристике. Благодаря выдающимся зданиям мы можем представить район/область территории, идентифицировать эту область среди различных как аналоговых, так и цифровых данных, иметь представление о положении этого района, а также видеть взаимосвязь объекта с социокультурной средой. Таким образом происходит формирование понятия о необходимости обязательной визуализации оных на картографических произведениях, а также в формате цифровых данных.

Можно проследить преемственность перехода характеристики «выдающиеся» из масштаба в масштаб бла-

годаря особенности применения построения условного знака, так в масштабе 1:5 000 выдающиеся здания визуализируются на топопланах в сочетании с надписями вида *выд.60* (где цифра добавляет количественную характеристику этажности в метрах), это позволяет обеспечить сохранность перехода уникальных объектов/доминанты, независимо от того, какое картографическое произведение будет перед глазами пользователя, а также защитит автора от потери необходимого и важного объекта, защитит от обезличивания и унификации квартала/района. Стоит обратить внимание также на такое пояснение как — «надписи у строений общественного назначения дают внутри их контуров, если невозможно — то рядом с ними», фраза не имеет обращения непосредственно к определению «доминанты», но позволяет произвести дифференциацию наравне с выдающимися высотными доминантами, т. е. объект принимает на себя значение стилистической характеристики, т. к. высотные уже есть.

При обращении к таким пособиям, как таблица условных знаков масштаба 1:10 000, есть указание о визуализации выдающихся огнестойких жилых и нежилых зданий посредством дополнительных геометрических манипуляций, т. е. происходит обособление здания среди остальных объектов местности.



На масштабах до 1:100 000 алгоритм действий сохраняется.

Теперь перейдем к рассмотрению картографических произведений разного временного периода с обращением внимания к способам визуализации высотных и стилистических доминант.

На интернет-ресурсе retromap.ru представлены карты и планы городов различного временного периода, если посмотреть карту Москвы 1952 года, мы увидим, что здания, имеющие в своей основе высотность или стилистический подтекст выделены штриховкой, при этом штриховка существует односторонняя и двухсторонняя. К примеру, здание высотки «На Котельнической набережной» отмечены односторонней штриховкой, что является подтверждением особого статуса здания на карте, подчеркивает и стилистику, и высотный акцент (на то время особенность для жилого здания в самом центре)

На представленном красочном оригинале плана «карта г.Москвы 1968» того же ресурса мы видим кварталы преимущественно огнестойких строений, отображение строений, но здания по виду унифицированы и нет отличительных особенностей, нет акцента на отображении качественных и количественных характеристик строений.

Далее проведем анализ картографических произведений печатных издательств для сравнения:

Автомобильный атлас. Москва. Улицы города. РузКо, 2025–2026 — только на крупном масштабе центра 1:12 000 применена визуализация художественных условных знаков и только на особо значимые и крупные объекты; это сталинские высотки и вокзалы, больше никаких сведений относительно остальных немаловажных объектов не отмечено.

Карта города. Санкт-Петербург. Центральная часть. РузКо, 2024 — масштаб карты 1:20 000, также как в предыдущем издании выделены только особо значимые и крупные объекты, а отрисовка самих кварталов даже без визуализации зданий.

Карта города. Нижний Новгород. РузКо, 2024 — масштаб карты 1:12 000, не представлено зданий вообще.

Независимо от типа картографического произведения, топографическое оно или тематическое, необходим паритет перехода доминанты на всех масштабах, позволяющих сохранить границы кварталов в черте города.

К рассмотрению допустим несколько таких объектов, представляющих интерес к отображению на картах, независимо от того, цифровые они или бумажные. Жилой дом в Сокольниках — яркое и заметно выдающееся здание, хо-

рошо различимое даже в плохую погоду. Благодаря своей высотной особенности можно легко сориентироваться, куда следует пройти к метро «Сокольники», чтоб не потеряться, фасад жилого комплекса тоже необычной формы и опять же можно определить сторону света, архитектурное решение — здание выполнено в форме раскручивающейся спирали, террасные квартиры открываются на три стороны света.

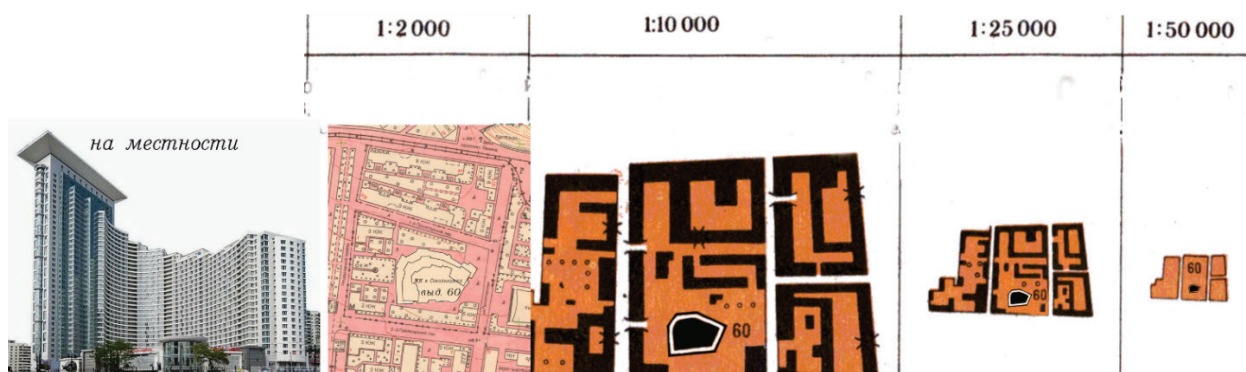
Дача Анны Гильбих — пример редкого дореволюционного строительства, представляющее из себя на данный момент бревенчатую избушку, легко найти на улице Верхняя Масловка. Примечательна входная группа, выложенная мелкой мозаикой с львом над дверьми и растительным орнаментом по обеим сторонам окантовки двери. С приведенным примером другая ситуация — мы не можем определить здание ни как высотное, ведь оно имеет всего 2 этажа, ни как огнестойкое, и вместе с тем оно имеет глубокое культурно-историческое значение,

отмечено как одно из немногих сохранившихся деревянных строений, имеющим под собой историю семьи Анны Гильбих, помогающих в составлении представления жизни и быта тогдашней Москвы, передача духа эпохи посредством внутреннего убранства избы.

Жилой комплекс «Загорье» является высотной доминантой в целом районе, имеет нестандартную форму и, конечно очевидно, должен быть визуализирован соответствующим образом, т. к. служит и ориентиром, и стилистически обособленным объектом.

Проанализировав небольшую часть, можно уже точно говорить о применении художественных условных знаков архитектурных доминант на масштабах 1:25 000 и крупнее, для масштабов менее — применение символических условных знаков или дополнительных геометрических усложнений, как указано в таблицах УЗ выше.

Пример визуализации выдающегося объекта, являющегося высотной доминантой.



Исходя из вышеизложенного стоит сделать выводы об обязательной визуализации выдающихся объектов/архитектурных доминант для передачи правдивой и легкоузнаваемой области, во избежание обезличивания картографического произведения, особенно это касается аналоговых материалов. Если цифровую версию мы можем легко прочесть и на мелком масштабе с переходом в план, т. к. электронная версия достаточно пластична, позволяет быстро менять конфигурации интересующих объектов, то с бумажными произведениями несколько другая ситуация. Аналоговый вариант статичный и не имеет инвариантности, работаем только с теми данными, которые предоставил автор.

Максимально актуален аспект при использовании аналогового картографического произведения в качестве исходного картоматериала при его переводе в цифровой вид или при анализе, и тем более, если его используют как картооснову, (да, таковое явление до сих пор имеет место быть). Можно свести ошибки к минимуму при правильном вложении информации об интересующей области, заложить прочный фундамент для использования имеющейся информации в дальнейших действиях, повысить рейтинг как картографического произведения, так и убедить в непоколебимости авторитарности автора. Полезен особенно будет фундамент в дальнейшем при модификации в сфере туристских карт.

Литература:

1. Салищев К. А. Картоведение. — М.: МГУ, Издательство московского университета, 1990
2. Билич Ю. С., Васмут А. С. Проектирование и составление карт. — М.: Недра, 1984
3. Рувики: Интернет-энциклопедия, сайт. URL: https://ru.ruwiki.ru/wiki/Архитектурная_доминанта (дата обращения: 15.02.2026)
4. Retromap: Старые карты России и Зарубежья, сайт. URL: <https://retromap.ru/> (дата обращения: 15.02.2026)
5. Условные знаки для топографических карт масштабов 1:25 000, 1:50 000, 1:100 000. — М.: Военно-топографическое управление генерального штаба, 1983
6. Условные знаки для топографической карты масштаба 1:100 000. — М.: Недра, 1977
7. Условные знаки для топографических планов масштабов 1:5 000, 1:2 000, 1:1 000, 1:500. — М.: Недра, 1989.

Современные методы оценки запасов песка и ПГС при строительстве карьерных и технологических подъездных дорог

Фаррахова Альбина Маратовна, студент
Уфимский университет науки и технологий

В статье рассматриваются современные подходы к оценке запасов песка и песчано-гравийной смеси (ПГС), применяемых при строительстве карьерных и технологических подъездных дорог. Проанализированы традиционные и инновационные методы исследования залежей, включая георадарные и сейсмические исследования, геоинформационные технологии, дистанционное зондирование и лабораторный анализ проб. Показано влияние точности оценки запасов на качество дорожного строительства, экономическую эффективность проектов и экологические показатели разработки карьеров.

Ключевые слова: песчано-гравийная смесь, песок, оценка запасов, карьерные дороги, георадар, геостатистика, ГИС, строительные материалы.

Строительство карьерных и технологических подъездных дорог напрямую зависит от наличия достаточных объемов качественных строительных материалов, прежде всего песка и песчано-гравийной смеси (ПГС). Недостаточная подготовка материалов или ошибки в оценке их запасов приводят к увеличению сроков строительства и росту затрат. В связи с этим оценка запасов является важным этапом проектирования карьеров, позволяющим планировать добычу, контролировать расходы и обеспечивать требуемое качество дорожного основания.

Качество песка и ПГС оказывает существенное влияние на прочность и долговечность дорожных конструкций. Повышенное содержание пылевидных частиц и глинистых примесей ухудшает сцепление слоев, снижает несущую способность основания и ускоряет разрушение покрытия. Комплексная оценка запасов позволяет определить не только объемы материала, но и его технологические характеристики, что необходимо для выбора рациональных методов укладки и уплотнения.

Традиционно оценка запасов выполнялась с использованием буровых работ и геологической съемки. На основе результатов опробования определялись мощность залежей, их площадь и ориентировочные объемы материала. Несмотря на практическую применимость, такие методы отличаются значительной трудоемкостью и не всегда обеспечивают высокую точность, особенно на крупных участках месторождений.

Современные технологии существенно расширяют возможности оценки запасов. Использование геоинформационных систем позволяет визуализировать пространственное распределение материала, учитывать рельеф местности и создавать трехмерные модели залежей. Применение цифровых методов обеспечивает более точное планирование добычи и контроль изменений запасов в процессе эксплуатации карьера.

Особое значение приобретают геофизические методы исследований. Георадары позволяют изучать внутреннюю структуру грунтов без масштабного вскрытия поверхности, определять мощность слоев и границы перехода между различными типами материала. Сейсмические ме-

тоды используются для оценки плотности и глубины залегания залежей на значительных территориях, что особенно важно при разведке крупных карьеров.

Дистанционное зондирование и беспилотные летательные аппараты позволяют создавать детальные трехмерные модели местности с использованием фотограмметрии и LiDAR-сканирования. Полученные данные интегрируются в геоинформационные системы, что значительно упрощает расчет объемов, анализ рельефа и планирование маршрутов подъездных дорог. Спутниковые и аэросъемочные материалы обеспечивают возможность мониторинга изменений запасов во времени.

Лабораторные методы анализа остаются обязательным элементом оценки, поскольку позволяют определить гранулометрический состав, содержание примесей, влажность и прочностные характеристики материала. Совмещение полевых измерений и лабораторных исследований обеспечивает наиболее достоверные результаты и снижает вероятность ошибок при планировании разработки месторождений.

Георадарные и сейсмические методы позволяют получать информацию о строении залежей без проведения масштабных земляных работ, что особенно важно на ранних стадиях разведки. С их помощью определяются границы слоев, мощность залежей и участки с повышенной влажностью или ослабленными грунтами, что облегчает проектирование карьера и интерпретацию геологических данных.

После проведения обследований выполняется расчет запасов. Современные геостатистические методы позволяют учитывать пространственную изменчивость свойств песка и ПГС, строить трехмерные модели месторождений и прогнозировать качество материала в различных участках карьера. Моделирование объемов и характеристик материала позволяет оптимизировать план добычи, определить пригодность сырья и оценить экономическую эффективность проекта.

При расчетах неизбежно возникают неопределенности, связанные с природной неоднородностью материала и точностью измерений. Для снижения рисков применя-

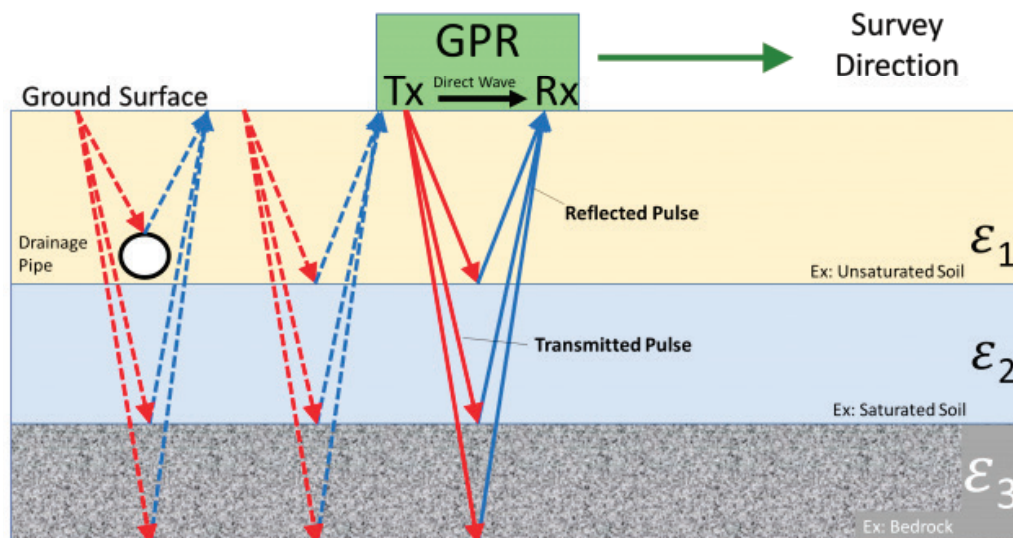


Рис. 1. Полевые георадарные измерения на участке карьера

ются статистические интервалы надежности и различные сценарии оценки запасов, что позволяет более эффективно планировать производственные процессы и предотвращать перебои в обеспечении строительных работ.

Результаты оценки запасов непосредственно используются при проектировании и строительстве подъездных

дорог. На основе полученных данных определяется пригодность материалов, выбираются технологии укладки и уплотнения, а также планируются маршруты движения техники. Применение цифровых моделей местности позволяет минимизировать объемы земляных работ и повысить эффективность эксплуатации дорог.

Конструкция дорожной одежды

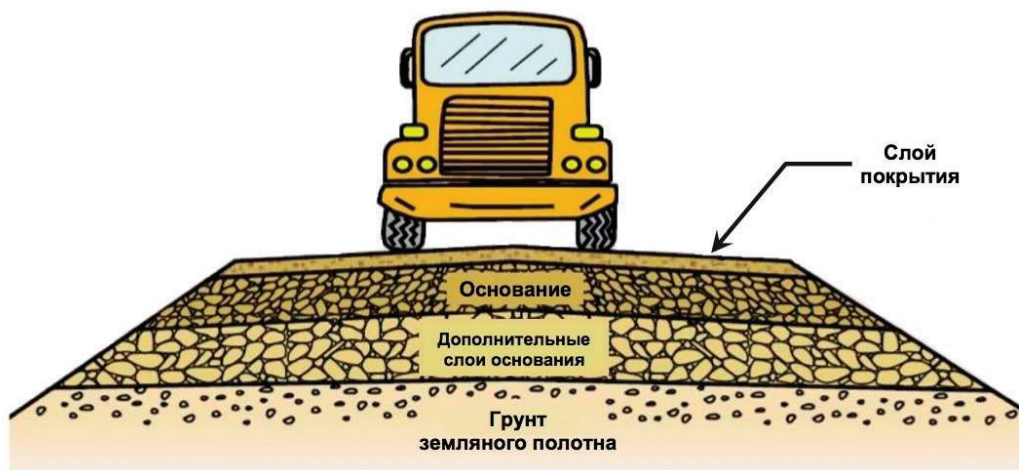


Рис. 2. Послойная схема основания подъездной дороги

Правильный подбор материалов и послойное формирование дорожного основания обеспечивают устойчивость конструкции и увеличивают срок службы покрытия. Особенно важным является контроль гранулометрического состава ПГС и качества уплотнения каждого слоя, что снижает вероятность деформаций и просадок.

Практический опыт показывает, что комплексная оценка запасов песка и ПГС позволяет существенно снизить затраты на строительство. Использование геофизи-

ческих методов, геоинформационных технологий и беспилотных систем обеспечивает точное определение объемов материалов, оптимизацию маршрутов техники и уменьшение негативного воздействия на окружающую среду. Ошибки в оценке, напротив, приводят к перерасходу ресурсов, увеличению сроков строительства и необходимости дополнительной переработки материала.

Современные технологии оценки запасов продолжают развиваться. Применение методов машинного обучения и искусственного интеллекта для обработки данных ди-

станционного зондирования и геофизических исследований позволяет создавать более точные модели месторождений и прогнозировать изменения запасов во времени. Интеграция всех данных в единые цифровые системы повышает оперативность принятия инженерных решений и эффективность управления проектами.

Таким образом, современная оценка запасов песка и песчано-гравийной смеси представляет собой комплексный процесс, включающий полевые исследования,

лабораторные анализы и цифровое моделирование. Ее применение обеспечивает точное планирование добычи, снижение затрат, повышение качества дорожного строительства и минимизацию экологического воздействия. В условиях интенсивного развития инфраструктуры использование современных методов оценки запасов становится необходимым условием эффективной реализации проектов строительства карьерных и технологических подъездных дорог.

Литература:

1. Абрамов А. А. Основы геологии и разведки месторождений полезных ископаемых. М.: Недра, 2016.
2. Андреев В. В., Блинов А. П. Геоинформационные системы в инженерной геологии. М.: Академия, 2018.
3. Беляев Н. Н. Инженерно-геологические изыскания для строительства. М.: Стройиздат, 2017.
4. Виноградов А. П. Методы оценки запасов строительных материалов. М.: Недра, 2015.
5. Герасимов И. П. Инженерная геология. М.: Высшая школа, 2014.
6. Горелик А. Л. Геостатистические методы в оценке запасов полезных ископаемых. М.: Недра, 2019.
7. Демидов С. В. Применение ГИС в горном деле и строительстве. СПб.: Питер, 2020.

СОЦИОЛОГИЯ

Меры мотивации брачного и репродуктивного поведения населения в городской и сельской местности

Ерохин Игорь Николаевич, экономист, независимый исследователь (г. Санкт-Петербург)

Актуальность темы, представленной в статье, обоснована потребностью восстановления ценности семьи и необходимостью многочисленного потомства для повышения воспроизводства человеческого капитала в странах с депопуляцией. Цель статьи — разработать концептуальную модель социально-экономической мотивации населения для создания стабильных многодетных семей с учётом особенностей городской и сельской среды. В процессе достижения поставленной цели использовался логико-когнитивный подход к выбору механизмов побуждения заключения брака, рождению двух и более детей, а также возникновению прямых и побочных результатов для жителей на различных территориях. В статье рассматриваются пять групп социально-экономических стимулов, дифференцированных для городских и сельских условий, а также семей с различным достатком. Их применение сопрягает рост числа детей и благополучия семьи в различных условиях жизни. Полученные результаты представляют собой опыт поиска путей возрождения необходимости наличия семьи и потомства у каждого человека в развитой стране в условиях депопуляции. Без решения данной проблемы невозможно повышение рождаемости до уровня, необходимого для простого воспроизводства населения.

Ключевые слова: депопуляция, многодетная семья, мотивация населения, социально-экономические меры.

Measures of motivation of marriage and reproductive behavior of the population in urban and rural areas

Erokhin Igor Nikolayevich, economist, independent researcher (St. Petersburg)

The relevance of the topic presented in the article is justified by the need to restore the value of the family and the need for numerous offspring to increase the reproduction of human capital in countries with depopulation. The purpose of the article is to develop a conceptual model of socio-economic motivation for the population to create stable large families, taking into account the specific features of urban and rural environments. To achieve this goal, a logical-cognitive approach was used to select mechanisms for encouraging marriage, the birth of two or more children, and the emergence of direct and indirect results for residents in various territories. The article discusses five groups of socio-economic incentives that are differentiated for urban and rural conditions, as well as for families with different incomes. Their application involves the growth of the number of children and the well-being of the family in various living conditions. The results obtained represent an experience in finding ways to revive the need for each person in a developed country to have a family and offspring in the context of depopulation. Without solving this problem, it is impossible to increase the birth rate to the level necessary for simple population reproduction.

Keywords: depopulation, large family, population motivation, socio-economic measures.

Водной из предыдущих работ [1], при рассмотрении требований, необходимых для перехода воспроизводства населения от депопуляции к репопуляции, выявлено базовое первичное условие. Оно выражается в сочетании высокого экономического и социального благополучия в развитой стране, находящейся на четвёртой стадии демографического перехода. Меры демографической политики

в этой ситуации должны быть направлены на всемерное укрепление семьи и её достатка, устранение причин потерь человеческого капитала [2]. Однако названных мер не хватает, чтобы перейти от состояния естественного прироста населения к его простому/расширенному воспроизводству без определённой мотивации репродуктивного поведения населения. Об этом свидетельствует

пример Израиля [3] и Казахстана [4]: только при сильной религиозной или национально-культурной традиции эти страны с высоким уровнем развития смогли сохранить суммарный коэффициент рождаемости, равный либо выше 2.1. И, как доказывает опыт Европы, Южной Кореи, и российский в том числе, такую мотивацию рождаемости в семьях не могут заменить одни лишь меры адаптации населения к суженному воспроизводству [5]. Поэтому заинтересованные страны должны найти свой способ восстановить ценность семьи с несколькими детьми для каждого человека — ключевого условия для перехода от естественного прироста к простому воспроизводству населения [6]. В этом им могут помочь эволюционные преобразования демографической политики. Опыт по моделированию одного из таких вариантов — на примере социального индекса (СИ) — был ранее рассмотрен автором [7]. В работе установлено, что условие публичности значений СИ противоречит либеральной точке зрения о правах и свободе воли личности, что потребует для внедрения СИ устранения подобной гласности либо коррекции законодательства. Поэтому рассматриваемый в данной статье комплекс социально-экономических льгот для многодетных семей не нарушает приватности личной жизни.

Система нацелена на подбор каждой группе семей (из городской и сельской местности, с высоким, средним и низким доходом) своего набора мер поддержки брачного поведения и поощрения репродуктивности. Для этого они разделены на 5 видов:

- целевые
- компенсационные
- обеспечительные
- антикризисные
- всеобщие

Всеобщие меры и антикризисная помощь, наряду с существующими в настоящее время пособиями, предлагаются для применения ко всему населению. Остальные добавляются дифференцированно, в зависимости от их состава и назначения на избранных территориях, одобренных решением Правительства Российской Федерации. Тем самым создаётся адресная, ситуативная мотивация семей к многодетности.

Для сегментации семей предложена однокритериальная модель стратификации российского общества по доходам из работы Бобкова В. Н. и Одинцовой Е. В. [8] с обязательным пересчётом на целевой административной территории. Альтернативная гипотеза автора состоит в оценке достатка по кратности превышения свободного дохода семьи над размером прожиточного минимума по формуле:

$$K = (ДС - ПМ \times ЧД) / ПМ$$

Где K — кратность превышения;

ДС — совокупный доход семьи;

ПМ — прожиточный минимум;

ЧД — численный состав домохозяйства.

Пример группировки семей: с низким достатком — значение $K < 1,0$; средний уровень — $1,0 < K < 2,0$; высокий

— $K > 2,0$. Этот коэффициент кратности обобщённо отражает риск перехода в группу малоимущих и финансовую готовность семьи к следующему деторождению. Значения границ должны быть детализированы на конкретной территории в пилотном исследовании. Необходимо отметить, что значительная географическая неравномерность доходов в России не позволяет считать единственный подход приемлемым как для городской, так и для сельской местности. Поэтому данный вопрос нуждается в дальнейшем уточнении.

Для сельской местности спроектирован механизм устойчивого повышения благосостояния сельских семей. Его ключевая цель — запустить самоподдерживающийся процесс перевода малообеспеченных домохозяйств в категорию высокообеспеченных через:

- развитие и накопление человеческого капитала (повышение квалификации родителей и числа детей);
- наращивание производственного потенциала (ЛПХ → КФХ, где это возможно);
- постепенное снижение зависимости от социальной помощи с достижением самодостаточности малоимущими семьями;
- повторение при рождении второго и последующих детей целевых, компенсационных и обеспечительных мероприятий сверх плановых сроков.

Целевые: направлены на запуск, поддержание и развитие личного подсобного хозяйства (ЛПХ) семьи, первоначально для самообеспечения, с помощью регулярного безвозмездного оказания помощи, указанной в таблице 1. При наличии возможностей ЛПХ трансформируются в крестьянское фермерское хозяйство (КФХ) с товарным производством. Косвенным результатом такой политики будет удержание семей на селе от миграции в город. Компенсационные: должны привести к исчезновению на селе семей с детьми, чей доход ниже прожиточного минимума, и дать начальную помощь родителям по переходу в группу с более высоким достатком через профессиональное образование. Обеспечительные: призваны создать благополучные жилищные условия и оказать поддержку здоровью семьи. Поскольку медицинские компетенции ОМС в сельской местности могут быть недостаточными, на этот случай предложен полис ДМС. Более точно и подробно мероприятия представляется нецелесообразным определять для такой большой и разнообразной по условиям страны, как Россия. Местные возможности и особенности вариативны в широких пределах. Поэтому, с их учётом, в каждом регионе должна быть своя программа, уточняющая индивидуальную траекторию развития для семьи с детьми.

Помимо поощрительных, предусмотрены и меры контроля, а также санкции в виде понижения уровня поддержки на одну ступень и до полной её отмены в случаях:

- нецелевого расходования средств и имущества, подтверждённого ежегодным аудитом;
- систематического нарушения условий оказания помощи (асоциальный образ жизни, тунеядство, беспричинный пропуск детьми занятий в школе и т. п.).

Таблица 1. Пример поощрений для семей с различным достатком в сельской местности при рождении ребенка и до достижения всеми детьми 17 лет

Группы	Низкий доход	Средний доход	Высокий доход
Целевые меры	Снабжение семьи мелким домашним скотом (козы, овцы, свиньи, куры, гуси, утки, кролики, нутрии) и кормами для них. Осуществляется бесплатно один раз в год не более 3 голов животных и не более 20 голов птиц, 1 тонна комбикорма.	Снабжение семьи малыми средствами механизации (мотоблок, лодка, мопед, скутер и другие виды простой механизации), бесплатно один раз в 3 года 1 шт. и 2 т комбикорма для с/х животных ежегодно	Снабжение семьи средствами механизации работ (мини-трактор, мотоцикл — или другая с/х техника), племенными животными, урожайными семенами и саженцами. Направление на обучение, повышение квалификации одного из родителей. Осуществляется через каждые 5 лет бесплатно
Компенсационные	За счет средств социальной помощи доплата до прожиточного минимума на каждого ребенка с возможностью оплаты из этих средств только продуктов питания или детских товаров. Компенсация выпадающего дохода на время бесплатного профобучения одного из супругов	Оплата 50 % проезда раз в год для всей семьи на отдых либо 50 % стоимости путевок для всех детей	Нет
Обеспечительные	Улучшение жилищных условий по месту жительства — разовый косметический ремонт и возможные меры благоустройства жилья. Обеспечение топливом (ежегодно) бесплатно	Предоставление участка и материалов для ИЖС с 50 % скидкой. Одноразово	Договор ДМС для всех членов семьи ежегодно бесплатно

Решение о корректировке может приниматься комиссией НКО административной территории (она будет рассмотрена ниже) с участием ИИанализа данных.

Для оценки предложенных мер рекомендованы следующие индикаторы их эффективности:

1. Экономические:
 - динамика доходов семей из разных категорий достатка;
 - рентабельность КФХ;
 - доля семей, перешедших на ранг выше/ниже.
2. Социальные:
 - коэффициент разводимости в семьях из разных категорий достатка;
 - коэффициент рождаемости;
 - эмиграция из сельской местности в город;
 - случаи безработицы/тунеядства в семьях;
 - снижение числа административных правонарушений, случаев попадания семей в категорию неблагополучных.
3. Системные:
 - сокращение социальных расходов на поддержку малоимущих;
 - доля продукции местного производства в розничной торговле;
 - динамика общей численности жителей сельских территорий.

Все же изложенные выше меры не смогут в одиночку изменить ситуацию на селе: даже значительная социальная

помощь не способна компенсировать низкий общий уровень жизни. В связи с чем они входят в состав ключевой стратегии по комплексному решению двуединой задачи обеспечения общественного благополучия, обозначенной в начале статьи:

1. Экономическое оживление сельских территорий.
2. Устойчивый демографический рост при эффективной адресной поддержке семей.

Без синхронизации этих направлений любая социальная забота окажется краткосрочной мерой, не предотвращающей отток населения: минимально разбогатев, люди из деревни переедут в город. Поэтому для концентрации сил и ресурсов предлагается принцип районирования с фокусом на «опорные зоны». В состав таких агломераций включаются села в радиусе 300 км от населённых пунктов первого порядка с населением ≥ 100 тыс. чел., имеющие автотранспортное сообщение между собой. В них также входят города второго порядка с населением от 500 тыс. до 1 млн чел., связанные с городом первого порядка автомобильным и железнодорожным сообщением. Связь городов второго порядка с городами третьего порядка — мегаполисами осуществляется автомобильным, железнодорожным и авиатранспортом. Тем самым в «опорной зоне» обеспечивается экономия на инфраструктуре, больший эффект от концентрации инвестиций, доступ к рынкам сбыта, возможность маятниковой миграции для трудоустройства, пополнение населения за счет переселения семей с неперспективных

территорий. Доводом к такому переселению служит неизбежное обезлюдение бесперспективных территорий. Семьи, проживающие там, не увеличат, вследствие суровых условий, число своих детей. А переехав в опорную зону, эти семьи смогут реализовать свои natalные возможности. Границы опорных зон необходимо пересматривать каждые 5–10 лет с учётом динамики репопуляции или депопуляции.

В реализации приведенных выше планов главную роль предполагается отдать самоорганизации и социальной активности местного населения, а не государству — его роль ограничена определением размера финансирования и целевых территорий по этой программе с контролем результатов. Для этого в сельском районе создается НКО с участием учреждений, компаний, местных производителей товаров и услуг, а также сельских советов и других лиц, которым это разрешено законодательно (органов МВД, прокуратуры, социальной защиты, ветеринарного и пожарного надзора и т. п.). Задачами НКО будут:

- создание вокруг семей с детьми социально и экономически благоприятной обстановки;
- формирование заявок на государственные гранты по оказанию помощи семьям с детьми в соответствии с содержанием мер из таблицы 1, выполнение заявленного объема грантов;
- ежегодный аудит результатов работы ЛПХ/КФХ и использования выделенной помощи по грантам;
- рассмотрение на комиссии случаев повышения либо понижения ранга помощи семье по результатам аудита;
- помощь семьям в заключении социального контракта и его реализации;
- содействие в повышении продуктивности ЛПХ/КФХ, квалификации членов семей, решении их бытовых вопросов;
- развитие местной переработки продукции КФХ, фермеров для первоочередного снабжения по себестоимости как семей с детьми, так и учредителей и коллективов организаций — участников НКО (гарантированный начальный рынок сбыта).
- реализация избытков продукции в магазинах и на рынках близлежащих городов, поселков, деревень, к примеру, посредством автолавок. В отдаленной перспективе — занятие значительной доли продаж на административной территории продуктами локальной переработки.
- полученные средства от реализации местной продукции использовать для расширения помощи семьям, в т. ч. переселенцам, организации их культурного досуга, развития детского творчества, охраны здоровья.

Для районов вне «опорных зон», с обезлюдением, предлагаются альтернативные модели использования: лесопитомники и заповедники, охотничьи и пчеловодческие промыслы, вахтовые поселения (добыча полезных ископаемых, заготовка леса и даров природы и т. п.) на то время, когда через 10–15 лет станет возможным расширение и появление новых «опорных зон» благодаря репопуляции людей.

В городской среде модель мотивации многодетности семей построена на взаимосвязи рождаемости и профессионального развития. Ключевая идея заключается в создании взаимоусиливающей связи между ростом числа детей в семье и повышением квалификации и карьерным ростом родителей. Благодаря такому предложению фертильность становится стимулом развития, а не причиной снижения доходов. Базовые принципы реализации:

- раннее включение системы, начиная с рождения первенца, что дает родителям время на адаптацию и обучение до появления следующих детей;
- ответственность работодателя заключается в обязательной индексации зарплаты после рождения ребенка с отчетом перед соцзащитой;
- всеобщая выгода в виде роста доходов для семьи, лояльности персонала для работодателя, увеличения человеческого капитала для общества;
- при найме на новое место работы зарплата не ниже предыдущей (после адаптационного/испытательного срока ≤ 6 месяцев);
- приоритетное рассмотрение кандидатов с детьми при равных компетенциях в продвижении по карьере, приеме на работу, повышении квалификации;
- налоговые льготы для работодателей при превышении среднего показателя детей на сотрудника к среднему по отрасли с публикацией данных рейтинга «Семейно-ориентированных компаний»;
- государственно-частное партнерство в субсидировании профессиональной переподготовки и повышения квалификации родителей и прочих мер из таблицы 2, на целевых городских территориях, обозначенных решением правительства.

Для оценки предложенных мер рекомендованы индикаторы их эффективности в городской местности:

1. Экономические:
 - различие доходов сотрудников с разным количеством детей;
 - доля семей, перешедших на более высокий/низкий уровень дохода.
2. Социальные:
 - разводимость в семьях из разных категорий достатка;
 - показатель рождаемости;
 - миграция из страны жителей избранных городов;
 - случаи безработицы/тунеядства в семьях;
 - снижение числа административных правонарушений и неблагополучных семей.
3. Системные:
 - сокращение социальных расходов на поддержку малоимущих;
 - доля работодателей, предоставляющих индексацию зарплат после рождения ребенка;
 - динамика доли детского населения среди городских жителей.

Целевые: направлены не на максимально длительное пребывание в оплачиваемом отпуске по уходу за ребенком,

Таблица 2. Пример поощрений для семей с различным достатком в городах при рождении ребенка и до достижения всеми детьми 17 лет

Группы	Низкий доход	Средний доход	Высокий доход
Целевые меры	Бесплатные курсы повышения квалификации перед окончанием отпуска по уходу за ребенком. Бесплатное повышение квалификации для работающего родителя или его переподготовка со стипендией. Первоочередное обеспечение местами в яслях и детских садах длительного пребывания — 12 часов	Бесплатные курсы повышения квалификации перед окончанием отпуска по уходу за ребенком. Бесплатное повышение квалификации для работающего родителя или его переподготовка со стипендией. При наличии 3 детей 6-часовой рабочий день с сохранением полной оплаты при наличии в семье ребенка до 7 лет	Бесплатные курсы повышения квалификации перед окончанием отпуска по уходу за ребенком. Бесплатное повышение квалификации для работающего родителя или его переподготовка со стипендией. При наличии 3 детей дополнительный 14-дневный оплачиваемый отпуск для родителей, при наличии в семье ребенка до 7 лет
Компенсационные	Постоянная скидка 50 % на оплату детских кружков и секций; 30 % скидка на питание, детские товары и услуги такси за счет средств социального фонда из расчета суммы доплаты до прожиточного минимума на ребенка	Постоянная 30 % скидка на оплату детских кружков и секций. Оплата 50 % стоимости детских путевок либо проезда для всей семьи в отпуск 1 раз в год за счет средств социального фонда	Нет
Обеспечительные	Договор социального найма жилья на 25 лет, 3 спальни, общая площадь от 80 кв. м, с 30 % скидкой оплаты аренды при 1 ребенке, 60 % при двух, 100 % при трех	Договор социального найма жилья на 25 лет, 3 спальни, общая площадь от 80 кв. м, с 20 % скидкой оплаты аренды при 1 ребенке, 50 % при двух, 80 % при трех	Льготный ипотечный кредит с градацией по числу детей в семье

а на комфортный переход к трудовой деятельности либо к следующему деторождению. Компенсационные: должны привести к исчезновению семей с детьми, в которых доход ниже прожиточного минимума, не располагающих возможностями для посещения детьми кружков и секций. Обеспечительные: призваны создать благополучные жилищные условия для многодетной семьи. Поскольку не логично ожидать их появление в 1 или 2-х комнатных малометражных квартирах, и в то же время молодая семья не располагает достаточным доходом, чтобы сразу увеличить свою жилплощадь. Поэтому предлагается расширить действующую сейчас программу арендного жилья на Дальнем Востоке [9] на всю страну, как это и утверждено в «Стратегии действий по реализации семейной и демографической политики, поддержке многодетности в Российской Федерации до 2036 года» [10], но с важными дополнениями. А именно: общей площадью квартиры не менее 80 кв. м, с наличием трех спален и зала-гостиной, сроком аренды до 25 лет, без права ее приватизации, при условии, что у супругов нет собственного жилья, имеется беременность на момент заключения договора найма, с градацией скидки на оплату найма в зависимости от числа детей, приведение в исходное состояние за счет арендатора после его выселения. При таких условиях арендный жилищный фонд послужит множеству поколений семей в качестве многоразового стимула и оптимальной возможности для рождения нескольких детей.

Антикризисная помощь, как следует из названия, требуется семье при падении её дохода ниже прожиточного минимума в условиях финансовых потрясений, и по другим форс-мажорным обстоятельствам. Она предполагается в виде доплат до минимального прожиточного уровня на каждого члена семьи сроком не более 6 месяцев — на возвратной беспроцентной основе с рассрочкой до 2 лет. Дополнительно семьям с двумя и более детьми предлагается страхование на случай потери родителями работы с 50 % скидкой на платежи. Тем самым создаются гарантированные государством безопасные и защищённые условия жизни для любой семьи.

Комплекс **всеобщих мер стимулирования рождаемости и укрепления брака** формируется из взаимных обязательств государства и граждан. Для чего применяется:

1. Накопительный родительский счёт (для граждан не имеющих детей)
 - с начала трудовой деятельности 10 % от зарплаты депонируется на персональный накопительный счёт;
 - начисления растут с процентом не ниже официальной инфляции;
 - дополнительные поступления включают всю сумму дохода, превышающую 2 среднемесячные зарплаты по стране; 20 % наценку на покупку предметов роскоши, недвижимости, автомобилей, зарубежных туров (пока сохраняется бездетный статус).

- доступ к 50 % средств на счёт при рождении или усыновлении первого ребенка (усыновление признается таковым только в случае медицинских причин бездетности);

- доступ к 100 % средств при рождении второго ребёнка;

- если гражданин остаётся бездетным, или с единственным ребёнком, накопленные средства направляются на персональную пенсию при достижении возраста.

- после развода, если ребёнок не остаётся с родителем, механизм возобновляется.

2. Система оплаты образования в зависимости от числа детей

- при наличии одного ребёнка в семье любое его обучение проводится только на платной основе;

- при двух детях возможно обучение на бюджетных местах либо со скидкой 50 % на платном обучении;

- при трех и более детях образование бесплатное при прохождении конкурсного отбора.

3. Реформа наследования имущества

- наследниками могут быть только дети (родные, усыновлённые) либо законный супруг или супруга;

- налогообложение наследства для единственного ребёнка — 50 % стоимости имущества, если двое и более детей — наследование не облагается налогом;

- имущество бездетного гражданина переходит в социальный фонд и используется на общественную поддержку семей с детьми.

4. Трансформация пенсионной системы

- Часть трудового стажа заменяется стажем воспитания детей с учётом их количества;

- Увеличивается размер индивидуальных пенсионных коэффициентов (ИПК) для родителей, чтобы повысить их удельную значимость в сумме пенсии;

- Бездетным гражданам не начисляют ИПК за воспитание детей, формируя пенсию за счёт трудового стажа и средств с родительского накопительного счёта.

Заключение

Обобщая результаты обзора предложений по мотивации брачности и многодетности населения, основанных на пяти группах мероприятий и социальном индексе, выявлены широкие возможности для развития данных направлений. Для этого требуется тестовая проверка и по-

этапное апробирование предложенных схем и алгоритмов на ограниченных территориях. Реализация любого из предложенных вариантов или их сочетания достаточно для постепенной эволюции как демографической политики, там и социально-экономической модели общества с целью достижения простого воспроизводства населения на постоянной, долгосрочной основе.

Помимо прямого, ожидаемого от предлагаемых мер эффекта в виде укрепления семьи и роста рождаемости, логико-когнитивный подход выявил ряд возможных побочных последствий предлагаемых трансформаций. А именно, в сельской местности:

- становление местного НКО ядром сети социальных связей гражданского общества для решения общественных проблем в сельском районе;

- переформатирование географии расселения вследствие формирования «опорных зон»;

- возникновение территорий с репопуляцией, например, там, где возможно возрождение традиционного типа семьи на базе КФХ. В таком случае для роста КФХ самым лучшим решением «кадрового вопроса» будут собственные дети или из родственной группы односельчан.

В городах:

- формирование в компаниях ядра семейных, многодетных высокооплачиваемых специалистов;

- для одиноких, бездетных работников со временем останутся в основном малооплачиваемые должности;

- повышение производительности труда за счет роста квалификации работоспособного населения.

Всеобщий дополнительный эффект заключается в появлении у государства инструмента для ситуативной и адресной демографической политики в разных регионах страны, с учетом территориальных особенностей.

Несмотря на позитивность прогнозируемых результатов, предложенные механизмы (льготы и поощрения для семей с детьми) столкнутся с непреодолимыми глобальными ограничениями и локальностью своего эффекта: они применимы только в богатых странах с избыточным бюджетом [11] и лишь на ограниченной территории из-за высокой стоимости. Следовательно, ключевой интерес представляют **долгосрочные и эффективные экономические модели**, позволяющие государству поддерживать высокий уровень доходов в мировом рейтинге, что и будет предметом исследования следующей статьи.

Литература:

1. Ерохин, И. Н. Определение базового условия для проведения продуктивной демографической политики / И. Н. Ерохин. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2026. — № 5 (608). — С. 432–437. — URL: <https://moluch.ru/archive/608/133217>.
2. Леманова, П. В. Социальная политика в управлении развитием человеческого капитала [Текст]: учеб. пособие / П. В. Леманова; Рос. акад. естествознания. — М.: Акад. естествознания, 2016. — 227 с.: ил. — Библиогр.: с. 195–205 (144 назв.). — 500 экз
3. Демографический феномен в Израиле. — Текст: электронный // pikabu.ru: [сайт]. — URL: https://pikabu.ru/story/demograficheskiy_fenomen_v_izraile_12521331 (дата обращения: 01.02.2026).

4. Demographics of Kazakhstan. — Текст: электронный // Wikipedia: [сайт]. — URL: https://en.wikipedia.org/wiki/Demographics_of_Kazakhstan (дата обращения: 01.02.2026).
5. World Population Prospects. — Текст: электронный // United Nations: [сайт]. — URL: <https://population.un.org/wpp/> (дата обращения: 13.02.2026).
6. Шпакова, Р. Н. Систематизация концептуальных подходов к проведению демографической политики — Вестник Алтайской академии экономики и права / Р. Н. Шпакова. — Текст: электронный // vaael.ru: [сайт]. — URL: <https://vaael.ru/ru/article/view?id=2752> (дата обращения: 06.02.2026).
7. Ерохин, И. Н. Социальный индекс семьи как инструмент мягкой коррекции и поощрения брачного и репродуктивного поведения / И. Н. Ерохин. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2026. — № 7 (610). — URL: <https://moluch.ru/archive/610/133572>.
8. Бобков В. Н., Одинцова Е. В. Материальное благосостояние россиян: межпоколенная дифференциация // Мир новой экономики. 2021. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/materialnoe-blagosostoyanie-rossiyan-mezh-pokolennaya-differentsiatsiya> (дата обращения: 09.02.2026).
9. Аренда на Дальнем Востоке. — Текст: электронный // дом.рф: [сайт]. — URL: <https://дом.рф/about/rent-dfo/> (дата обращения: 06.02.2026).
10. Распоряжение Правительство РФ 3999-р от 23.12.2025. — Текст: электронный // zakonrf.info: [сайт]. — URL: <https://www.zakonrf.info/rasporiazhenie-pravitelstvo-rf-3999-r-23122025/> (дата обращения: 06.02.2026).
11. Государственный бюджет по странам — Википедия. — Текст: электронный — URL: https://ru.wikipedia.org/wiki/Государственный_бюджет_по_странам (дата обращения: 13.02.2026).

ПСИХОЛОГИЯ

Эмоциональный интеллект в работе педагога дошкольного образовательного учреждения

Абрамова Софья Валерьевна, студент
Московский финансово-юридический университет МФЮА

В статье рассматриваются теоретические и практические аспекты эмоционального интеллекта как важнейшего ресурса профессиональной деятельности педагога дошкольного образовательного учреждения. Раскрывается его значение в организации образовательного процесса, формировании эмоционально благоприятной среды, развитии личности ребенка, а также в выстраивании эффективного взаимодействия с коллегами, администрацией и родителями. Анализируются современные научные подходы к пониманию структуры эмоционального интеллекта, его функций и механизмов влияния на профессиональную эффективность педагога. Особое внимание уделяется роли эмоционального интеллекта в профилактике профессионального выгорания, управлении конфликтными ситуациями и формировании психологически комфортной атмосферы. Обоснована необходимость целенаправленного развития эмоционального интеллекта педагогов в системе профессиональной подготовки и повышения квалификации.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, эмоциональная регуляция, педагогическое взаимодействие, профессиональное выгорание.

Современная система дошкольного образования ориентирована не только на интеллектуальное развитие ребенка, но и на формирование его эмоциональной сферы, социальных навыков, способности к саморегуляции и конструктивному взаимодействию с окружающими. В этих условиях существенно возрастает значение личности педагога как ключевой фигуры образовательного процесса. Работа воспитателя дошкольного образовательного учреждения отличается высокой степенью эмоциональной насыщенности и интенсивностью межличностного общения. Педагог ежедневно сталкивается с эмоциональными проявлениями детей, родителей, коллег и руководства, что требует от него развитых навыков эмоционального самопонимания, саморегуляции и эмпатии. Именно поэтому эмоциональный интеллект становится одним из важнейших факторов профессиональной эффективности воспитателя и качества реализуемого образовательного процесса [5, с. 24].

Понятие эмоционального интеллекта активно разрабатывается в современной психологии и педагогике и рассматривается как интегративная способность личности осознавать, понимать, регулировать собственные эмоции, а также распознавать эмоциональные состояния других людей и эффективно взаимодействовать с ними. Согласно концепции Д. Гоулмана, эмоциональный интеллект включает такие компоненты, как самосознание, саморегуляция, внутренняя мотивация, эмпатия и социальные навыки, каждый из ко-

торых имеет самостоятельное значение, но в совокупности они формируют основу эмоциональной компетентности личности [5, с. 41]. Для педагога дошкольного учреждения данные компоненты приобретают особую значимость, поскольку именно от их уровня во многом зависит успешность педагогического взаимодействия и создание благоприятной психологической атмосферы в группе.

Профессиональная деятельность воспитателя предполагает постоянное пребывание в ситуации эмоционального напряжения. Дети дошкольного возраста отличаются высокой эмоциональной лабильностью, импульсивностью, быстрой сменой настроений, что требует от педагога способности гибко реагировать на возникающие эмоциональные проявления, предупреждать конфликты, снижать уровень тревожности и поддерживать позитивный эмоциональный фон. Эмоциональный интеллект позволяет воспитателю своевременно распознавать эмоциональные сигналы ребенка, интерпретировать их в контексте индивидуальных особенностей и текущей ситуации, а также подбирать адекватные педагогические средства воздействия. Благодаря этому формируется атмосфера доверия, эмоциональной безопасности и поддержки, что является важнейшим условием гармоничного развития личности ребенка [2, с. 73].

Особую роль эмоциональный интеллект играет в процессе адаптации детей к условиям дошкольного учреждения. Период привыкания к новым социальным условиям не-

редко сопровождается выраженными эмоциональными реакциями, такими как страх, тревога, плаксивость, агрессивность или замкнутость. Педагог с высоким уровнем эмоционального интеллекта способен распознавать скрытые причины подобных реакций, проявлять эмпатию, демонстрировать терпение и эмоциональную устойчивость, создавая тем самым условия для мягкой и безболезненной адаптации ребенка к новой среде. При этом значимым является не только индивидуальное взаимодействие с детьми, но и организация групповой деятельности, способствующей развитию эмоциональной отзывчивости, сотрудничества и навыков конструктивного общения [4, с. 38].

Эмоциональный интеллект педагога оказывает непосредственное влияние и на эффективность образовательной деятельности в целом. Воспитатель, обладающий развитой эмоциональной саморегуляцией, способен сохранять спокойствие в стрессовых ситуациях, избегать эмоциональных срывов, поддерживать рабочий настрой и демонстрировать детям модели конструктивного поведения. Это способствует формированию у воспитанников навыков самоконтроля, эмоциональной устойчивости и адекватного выражения чувств. Кроме того, эмоционально компетентный педагог более успешно мотивирует детей к познавательной активности, формирует у них интерес к совместной деятельности и поддерживает позитивную самооценку [3, с. 159].

Не менее важным аспектом профессиональной деятельности воспитателя является взаимодействие с родителями воспитанников. В условиях современного дошкольного образования сотрудничество семьи и образовательной организации рассматривается как необходимое условие полноценного развития ребенка. Однако данное взаимодействие нередко осложняется различиями в педагогических установках, ожиданиях, эмоциональных реакциях и уровне осознанности родителей. Эмоциональный интеллект позволяет педагогу выстраивать конструктивный диалог, учитывать эмоциональные состояния родителей, корректно доносить педагогическую позицию, предупреждать конфликты и формировать атмосферу доверия и партнерства. Особенно значимой становится способность воспитателя проявлять эмпатию, терпимость и эмоциональную гибкость в ситуациях напряженного общения, связанных с обсуждением проблем поведения или развития ребенка [4, с. 39].

Внутри педагогического коллектива эмоциональный интеллект также выполняет важную регулятивную функцию. Работа в дошкольном учреждении предполагает постоянное взаимодействие с коллегами, распределение обязанностей, совместное планирование мероприятий, обсуждение профессиональных вопросов и решение организационных задач. Высокий уровень эмоциональной компетентности способствует формированию благоприятного психологического климата, развитию корпоративной культуры, укреплению профессиональной солидарности и снижению уровня межличностных конфликтов. Педагоги с развитым эмоциональным интеллектом проявляют большую готовность к сотрудничеству,

конструктивному обсуждению проблем и взаимной поддержке, что положительно отражается на общей эффективности работы учреждения [1, с. 28].

Значительное влияние эмоциональный интеллект оказывает и на профилактику профессионального выгорания педагогов. Высокая эмоциональная нагрузка, постоянное напряжение, необходимость соответствовать высоким профессиональным требованиям и ожиданиям со стороны родителей и администрации создают предпосылки для эмоционального истощения. Эмоциональный интеллект позволяет педагогу осознавать собственные эмоциональные состояния, своевременно распознавать признаки усталости, напряжения и стресса, применять стратегии саморегуляции и эмоционального восстановления. Это способствует сохранению психического здоровья, повышению удовлетворенности профессиональной деятельностью и устойчивости к стрессу [2, с. 79].

Современные исследования подтверждают наличие прямой взаимосвязи между уровнем эмоционального интеллекта и профессиональной успешностью педагога. Воспитатели с высоким уровнем эмоциональной компетентности демонстрируют более высокие показатели педагогической эффективности, лучше справляются с конфликтными ситуациями, формируют более благоприятную образовательную среду и достигают более устойчивых результатов в развитии детей. Это позволяет рассматривать эмоциональный интеллект как ключевой профессиональный ресурс, требующий целенаправленного развития в системе подготовки и повышения квалификации педагогических кадров [3, с. 165].

Развитие эмоционального интеллекта педагогов должно осуществляться системно и комплексно. Эффективными средствами являются психологические тренинги, направленные на формирование навыков самопознания, эмоциональной регуляции, эмпатии и коммуникативной компетентности. Важную роль играют методы активного обучения, такие как ролевые игры, анализ педагогических ситуаций, групповые дискуссии и супервизия, позволяющие осмысливать собственный профессиональный опыт и находить оптимальные стратегии поведения. Дополнительным ресурсом выступают программы наставничества, индивидуального коучинга и психологического сопровождения, способствующие личностному и профессиональному росту педагогов [1, с. 30].

Таким образом, эмоциональный интеллект является одним из важнейших факторов профессиональной эффективности педагога дошкольного образовательного учреждения. Он определяет качество педагогического взаимодействия, способствует созданию эмоционально безопасной образовательной среды, повышает устойчивость к стрессу и предупреждает профессиональное выгорание. Развитие эмоционального интеллекта должно рассматриваться как приоритетное направление подготовки и профессионального совершенствования педагогических кадров, обеспечивающее повышение качества дошкольного образования и гармоничное развитие личности ребенка. Формиро-

вание эмоционально компетентного педагога является необходимым условием реализации современных образова-

тельных стандартов и эффективного функционирования дошкольной образовательной организации в целом.

Литература:

1. Эдельман П., ван Книппенберг Д. Лидерство и эмоциональный интеллект // Психология управления. — 2018. — № 3. — С. 24–32.
2. Миронова С. Г. Социально-психологические характеристики руководителей современной школы: роль эмоционального интеллекта в построении модели эффективного руководителя // Психология и право. — 2017. — Т. 7. — № 3. — С. 71–82.
3. Ситников М. А. Эмоциональный интеллект педагога и эффективность работы образовательной организации // Организационная психология. — 2019. — Т. 9. — № 3. — С. 153–173.
4. Русакова С. В. Значение эмоционального интеллекта для педагога // Молодой ученый. — 2022. — № 31 (426). — С. 38–41.
5. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект: почему он может значить больше, чем IQ. — М.: Эксмо, 2019. — 352 с

Эмоциональный интеллект педагогов дошкольной образовательной организации как фактор эффективности профессионального взаимодействия

Абрамова Софья Валерьевна, студент
Московский финансово-юридический университет МФЮА

Современная система дошкольного образования функционирует в условиях постоянных социальных, организационных и информационных изменений, что существенно повышает требования к профессиональной и личностной компетентности педагогических работников. Профессиональная деятельность воспитателя связана с высокой эмоциональной нагрузкой, необходимостью постоянного межличностного взаимодействия, регулирования собственных эмоциональных состояний и учета эмоциональных переживаний других участников образовательного процесса — детей, родителей и коллег. В этой связи особую значимость приобретает проблема развития эмоционального интеллекта как важнейшего психологического ресурса эффективной педагогической деятельности.

В условиях возрастания интенсивности профессионального общения и увеличения числа стрессогенных факторов эмоциональный интеллект рассматривается как ключевой компонент психологической устойчивости личности, способствующий сохранению психического здоровья, профессиональной адаптации и продуктивности труда [2, с. 97]. Отечественные и зарубежные исследования показывают, что высокий уровень эмоционального интеллекта способствует формированию благоприятного психологического климата в коллективе, повышению удовлетворенности профессиональной деятельностью и профилактике эмоционального выгорания педагогов.

Понятие эмоционального интеллекта впервые было введено в научный оборот П. Сэловеем и Дж. Майером, которые определили его как способность воспринимать, понимать и управлять эмоциями, а также использовать эмоциональную информацию для оптимизации мышления и поведения [12, р. 215]. В дальнейшем концепция получила развитие в работах Д. Гоулмана, который включил в структуру эмоционального интеллекта такие компоненты, как самосознание, саморегуляция, мотивация, эмпатия и социальные навыки [13, р. 44].

В отечественной психологии наиболее разработанной является модель эмоционального интеллекта, предложенная Д. В. Люсиным. Автор рассматривает эмоциональный интеллект как способность личности к пониманию собственных и чужих эмоций и управлению ими [4, с. 58]. В структуре эмоционального интеллекта выделяются внутриличностный и межличностный компоненты, а также способности к распознаванию и регуляции эмоциональных состояний [3, с. 33]. Эмоциональный интеллект, согласно данной концепции, тесно связан с личностными характеристиками, коммуникативной компетентностью и социальной адаптацией.

Профессиональная деятельность педагогов дошкольных образовательных организаций предъявляет особые требования к развитию эмоционального интеллекта. Работа с детьми раннего и дошкольного возраста предполагает постоянный эмоциональный контакт, способность к эмпатийному восприятию, умение регулировать эмоциональный фон группы, предотвращать конфликтные ситуации и поддерживать психологически безопасную образовательную среду [6, с. 112]. Кроме того, педагог взаимодействует с родителями воспитан-

ников и коллегами, что требует развитых навыков эмоциональной саморегуляции, стрессоустойчивости и конструктивного общения.

В последние годы возрастает интерес исследователей к проблеме эмоционального интеллекта педагогов, однако большинство работ носит теоретический характер, в то время как эмпирические исследования в условиях дошкольных образовательных организаций остаются недостаточно представленными. Это обуславливает актуальность настоящего исследования, направленного на изучение особенностей эмоционального интеллекта педагогов и его роли в профессиональном взаимодействии.

Таким образом, целью настоящего исследования является выявление особенностей эмоционального интеллекта педагогов дошкольной образовательной организации и анализ его взаимосвязи с характеристиками профессионального взаимодействия. Основная гипотеза заключается в предположении о том, что высокий уровень эмоционального интеллекта способствует более эффективному межличностному взаимодействию, снижению конфликтности и формированию благоприятного психологического климата в педагогическом коллективе [5, с. 78; 8, с. 201].

Эмпирическое исследование проводилось на базе муниципального дошкольного образовательного учреждения. В выборку вошли 32 сотрудника в возрасте от 24 до 54 лет, имеющие различный стаж профессиональной деятельности и уровень образования. В качестве диагностического инструментария использовались опросник эмоционального интеллекта Н. Холла и методика диагностики эмоционального интеллекта Д. В. Люсина (опросник ЭМИн) [1, с. 64].

Методика Н. Холла позволяет оценить уровень развития таких компонентов эмоционального интеллекта, как эмоциональная осведомленность, управление своими эмоциями, самомотивация, эмпатия и распознавание эмоций других людей. Методика Д. В. Люсина направлена на диагностику внутриличностного и межличностного эмоционального интеллекта, а также способности к пониманию и управлению эмоциями.

Полученные данные обрабатывались с использованием методов описательной статистики и корреляционного анализа. Анализ результатов показал, что в целом уровень эмоционального интеллекта у педагогов соответствует среднему значению [7, с. 93]. Наиболее развитыми оказались показатели эмпатии и понимания эмоций других людей, что объясняется спецификой профессиональной деятельности, ориентированной на эмоциональное взаимодействие с детьми.

В то же время выявлены трудности в области управления собственными эмоциональными состояниями. Значительная часть испытуемых продемонстрировала по-

ниженные показатели эмоциональной саморегуляции, что проявляется в склонности к эмоциональному напряжению, быстрой утомляемости и снижению стрессоустойчивости. Это свидетельствует о необходимости целенаправленного формирования навыков эмоциональной саморегуляции в системе повышения квалификации педагогических кадров.

Анализ данных по методике Д. В. Люсина показал, что межличностный эмоциональный интеллект развит несколько выше, чем внутриличностный. Педагоги в большей степени ориентированы на понимание эмоциональных состояний окружающих, чем на осознание и управление собственными эмоциями [4, с. 123]. Это подтверждает специфику профессиональной направленности педагогической деятельности, в рамках которой внимание преимущественно сосредоточено на эмоциональных переживаниях детей и коллег.

Корреляционный анализ позволил выявить статистически значимые взаимосвязи между уровнем эмоционального интеллекта и показателями профессионального взаимодействия. Высокий уровень эмоциональной осведомленности и эмпатии положительно связан с конструктивными формами общения, стремлением к сотрудничеству, снижением конфликтности и улучшением психологического климата в коллективе. Педагоги с более высоким эмоциональным интеллектом демонстрируют большую гибкость в коммуникации, способность к диалогу и ориентацию на партнерские отношения.

Полученные результаты согласуются с данными современных исследований, подтверждающих значимость эмоционального интеллекта в профессиональной деятельности педагогов. Развитый эмоциональный интеллект способствует формированию психологической устойчивости, профессиональной адаптации и повышению качества образовательного процесса.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что эмоциональный интеллект является важнейшим фактором эффективности профессионального взаимодействия педагогов дошкольной образовательной организации. Развитие эмоциональной компетентности способствует снижению уровня эмоционального напряжения, профилактике профессионального выгорания, оптимизации межличностных отношений и созданию благоприятной образовательной среды.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования полученных результатов при разработке программ психологического сопровождения педагогов, тренингов развития эмоционального интеллекта и профилактики эмоционального выгорания, а также в системе повышения квалификации работников дошкольного образования.

Литература:

1. Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект / И. Н. Андреева. — СанктПетербург: Питер, 2019.

2. Бодалев, А. А. Психология общения / А. А. Бодалев. — Москва: Юрайт, 2018.
3. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. — Москва: АСТ, 2020.
4. Гришина, Н. В. Психология конфликта / Н. В. Гришина. — СанктПетербург: Питер, 2019.
5. Дерманова, И. Б. Психология эмоциональных состояний / И. Б. Дерманова. — СанктПетербург: Речь, 2017.
6. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. — СанктПетербург: Питер, 2016.
7. Карпов, А. В. Психология профессиональной деятельности / А. В. Карпов. — Москва: Юрайт, 2021.
8. Леонтьев, Д. А. Психология смысла / Д. А. Леонтьев. — Москва: Смысл, 2019.
9. Люсин, Д. В. Эмоциональный интеллект: теория, измерение, применение / Д. В. Люсин. — Москва: Институт психологии РАН, 2020.
10. Орёл, В. Е. Психология профессионального выгорания / В. Е. Орёл. — Ярославль: [б. и.], 2018.
11. Mayer, J. Emotional intelligence / J. Mayer, P. Salovey. — New York: [s. n.], 1997.
12. Goleman, D. Emotional Intelligence / D. Goleman. — New York: [s. n.], 1995.

Взаимосвязь между учебной мотивацией, уровнем притязаний, самооценкой и тревожностью у обучающихся подросткового возраста

Белкина Алиса Евгеньевна, студент

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма (г. Краснодар)

Научный руководитель: Белкина Ирина Вячеславовна, преподаватель

Каспийский институт морского и речного транспорта (г. Астрахань)

В статье представлены результаты эмпирического исследования, направленного на выявление взаимосвязей между учебной мотивацией и личностными характеристиками (самооценкой, уровнем притязаний и тревожностью) у обучающихся подросткового возраста.

Ключевые слова: учебная мотивация, самооценка, уровень притязаний, тревожность, подростковый возраст, корреляционный анализ, личностные особенности, дифференциация учащихся.

Тема влияния мотивации на успешную учебную деятельность подростков является актуальной в педагогике и психологии и представляет интерес для изучения. Она возникает в результате взаимодействия как сознательных, так и бессознательных факторов. На протяжении всего обучения ученика в школе учебная деятельность является ведущей. Поэтому сам факт наличие мотивации будет влиять на дальнейшее желание что-либо делать. Проблемой учебной мотивации занимались Е. С. Бабаева [1], А. В. Виндилович [2], Н. С. Горбач [3].

В результате корреляционного анализа, направленного на выявление взаимосвязей между учебной мотивацией и тремя психологическими характеристиками:

самооценка, притязания и тревожность были найдены следующие корреляционные взаимосвязи (Рисунок 1, 2).

Из рисунка 1 видно, что наиболее значимые и интерпретируемые связи учебной мотивации выявлены со следующими параметрами. Обнаружена умеренная обратная связь между учебной мотивацией и дифференцированностью уровня притязаний (-0,478). Это указывает на тенденцию «чем более дифференцированным является уровень притязаний подростка, тем ниже проявляется его общая учебная мотивация, и наоборот».

Анализ взаимосвязей между ключевыми личностными параметрами выявил несколько выраженных закономерностей. Обнаружена очень тесная обратная связь между самооценкой и показателями тревожности: с реактивной

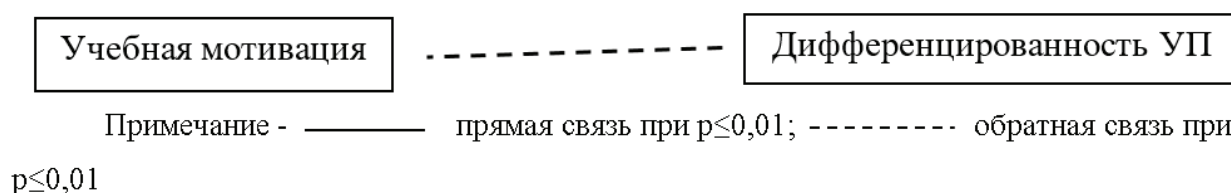


Рис. 1. Корреляционные взаимосвязи учебной мотивации и личностных свойств

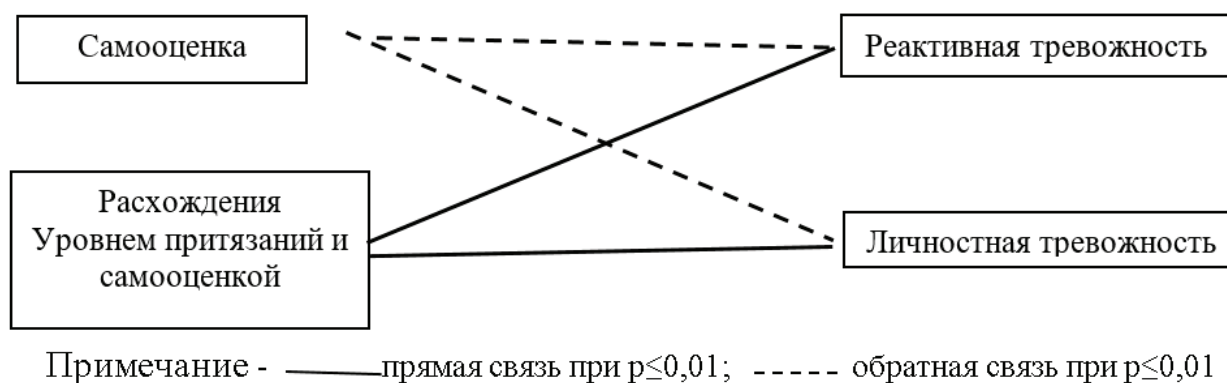


Рис. 2. Корреляционные взаимосвязи личностных свойств

($r=-0,915$) и личностной ($r=-0,906$) тревожностью. Это свидетельствует о том, что обучающиеся подросткового возраста с низкой самооценкой демонстрируют низкий уровень тревожности, и наоборот.

Выявлена прямая связь между параметрами тревожности: реактивной и личностной ($r=0,992$), а также между расхождением уровня притязаний и самооценки, и тревожностью: с реактивной ($r=0,977$) и с личностной ($r=0,972$). Эти данные подтверждают, что большой разрыв между притязанием и реальной самооценкой тесно связан с уровнем тревоги.

Зафиксирована сильная обратная связь между самооценкой и величиной расхождения между УП и СО ($r=-0,893$). Это логично указывает на то, что чем выше самооценка, тем меньше разрыв между УП и СО.

Для уточнения особенностей предпосылок учебной мотивации нами был произведен анализ уровней самооценки, уровня притязаний, уровня реактивной и личностной тревожности у подростков с разным уровнем учебной мотивации (Таблица 1).

Из таблицы 1 видно, что у учащихся с высоким уровнем учебной мотивации выявлен средний уровень самооценки ($\bar{x}=59,71$), высокий уровень притязаний ($\bar{x}=83,55$), значительное расхождение между показателями самооценки и притязаний ($\bar{x}=23,83$), высокий уровень реактивной ($\bar{x}=41,67$) и личностной тревожности ($\bar{x}=46,3$).

Для обучающихся подросткового возраста со средним уровнем учебной мотивации характерны вы-

сокий уровень самооценки ($\bar{x}=62,69$), высокий уровень притязаний ($\bar{x}=85,43$), среднее расхождение между самооценкой и уровнем притязаний ($\bar{x}=22,74$), средний уровень реактивной ($\bar{x}=39,92$) и личностной ($\bar{x}=44,77$) тревожности.

У подростков со сниженным уровнем учебной мотивации выявлена средняя самооценка ($\bar{x}=59,85$), высокий уровень притязаний ($\bar{x}=82,2$), среднее расхождение между самооценкой и уровнем притязаний ($\bar{x}=22,42$), средний уровень реактивной тревожности ($\bar{x}=40,3$) и высокий уровень личностной тревожности ($\bar{x}=45,6$).

Таким образом, проведенное исследование позволило выявить комплексный характер взаимосвязей между учебной мотивацией и личностными характеристиками. Корреляционный анализ показал, что учебная мотивация не имеет прямых связей с показателями самооценки, уровня притязаний и тревожности. В то же время, была обнаружена взаимосвязанность внутри личностного блока переменных: самооценки, уровня притязаний и тревожности. Выявленный структурный комплекс, где низкая самооценка связана с высоким уровнем тревожности и большим расхождением между притязанием и самооценкой, является типичным для подросткового возраста. Сравнительный анализ групп с разным уровнем мотивации подтвердил, что уровень самооценки, уровень притязаний и тревожности является возможным критерием для дифференциации учащихся по мотивационному признаку.

Таблица 1. Средние значения самооценки, уровня притязаний, тревожности у подростков с разным уровнем учебной мотивации (n=30)

Параметры \ Уровни мотивации	Высокий (n=10)	Средний (n=13)	Сниженный (n=7)
Самооценка	59,71±13,1	62,69 ±13,2	59,85±12,6
Уровень притязаний	83,55±5,4	85,43±5,7	82,27±6,2
Расхождения	23,83±13,1	22,74±12,6	22,42±11,6
Реактивная тревожность	41,67±10,1	39,92±9,4	40,37±8,2
Личностная тревожность	46,32±9,3	44,77±9,4	45,62±7,6

Литература:

1. Бабаева, Е. С. Особенности мотивации учебной деятельности учащихся (теоретический аспект) / Е. С. Бабаева // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. — 2008. — № 4. — С. 74–75.
2. Виндилович, А. В. Виды учебной мотивации школьника и пути её повышения / А. В. Виндилович // Молодой ученый. — 2021. — № 48 (390). — С. 401–403.
3. Горбач, Н. С. Мотивация в психологии: история и современное состояние проблемы / Н. С. Горбач // Молодой ученый. — 2021. — № 3 (345). — С. 42–44.

Факторы риска нарушения психологической безопасности в школах

Вагапова Регина Рамильевна, студент магистратуры

Научный руководитель: Курносова Светлана Александровна, кандидат педагогических наук, доцент

Челябинский государственный университет

В статье автор рассматривает факторы, которые повышают риск нарушения психологической безопасности в школах.

Ключевые слова: психологическая безопасность, школьник, уровень.

Цель исследования — теоретически доказать наличие факторов, способных негативно влиять на психологическую безопасность как детей, так и учителей в МОУ СОШ.

Для достижения цели применялись теоретические методы: анализ и обобщение литературных и методических источников по психологии и педагогике, формулирование гипотез, классификация, сравнение и систематизация данных.

В результате работы выявлены и описаны основные факторы риска, угрожающие психологическому комфорту и безопасности детей и педагогов в школах.

Научная новизна заключается в раскрытии и новой интерпретации понятия «психологическая безопасность школьников и учителей в МОУ СОШ», а также в систематизации и теоретическом обосновании полученных данных.

Практическая значимость исследования состоит в выявлении конкретных факторов риска и обобщении информации, что может помочь специалистам лучше понять и обеспечить психологическую безопасность в школах.

Автор провёл обзор литературы, который выявил, что тема психологической безопасности школьников и учителей в образовательных учреждениях сегодня остаётся очень актуальной.

В настоящее время образовательная среда рассматривается как многослойная и динамично функционирующая система, включающая психологические и педагогические компоненты. В таких специально организованных условиях реализуются задачи обучения, социализации обучающихся и обеспечивается их психологический рост [1].

С одной стороны, образовательная среда способна расширять спектр возможностей её участников, однако с другой — она может ограничивать проявление лич-

ностных особенностей за счёт предъявления определённых требований. Формирование среды тесно связано с социальными изменениями: рост социальной напряжённости и усложнение взаимодействия между участниками могут стать препятствием для поддержания оптимального уровня работоспособности и сохранения здоровья всех вовлечённых лиц [2].

Обеспечение психологической безопасности в сфере образования возможно на различных уровнях: организационном, профессиональном и личностном. Это обусловлено тем, что любое образовательное учреждение функционирует как организация профессиональной педагогической деятельности, основной целью которой является комплексное развитие личности всех субъектов учебного процесса [3].

Образовательная среда вместе с её участниками способна одновременно выступать субъектом и объектом системы психологической безопасности; кроме того — служить инструментом её обеспечения. Различные отечественные исследователи (в частности, Е. А. Семёнова, Е. Л. Аршинская, Е. В. Бурмистрова, Е. Б. Лактионова, Е. Е. Лутовина, Г. А. Минаев и др.) выделяют следующие факторы педагогического риска на уровне образовательной среды:

1) организационно-технические условия обучения (качественные характеристики освещения аудиторий; соответствие мебели антропометрическим нормам обучающихся; параметры вентиляции помещения либо эргономичность учебных пособий);

2) избыточная учебная нагрузка (нерациональное распределение времени на выполнение заданий либо превышение рекомендуемых возрастных или санитарно-гигиенических нормативов продолжительности подготовки к занятиям);

3) особенности стиля межличностного взаимодействия между преподавателями, обучающимися и родителями (преобладание конфликтных ситуаций среди учащихся или взрослых участников образовательного процесса; нарушение гармонии в детско-родительских отношениях; возникновение конфликтов педагогического характера) [4].

В рамках гуманистического подхода к образованию особое значение придается учету личностных особенностей и различий учащихся, особенно в массовой школе. Такой подход предполагает формирование в образовательном учреждении социокультурной среды, обеспечивающей психологическую защищенность и комфорт, способствующей не только сохранению здоровья, но и полноценному развитию каждого ученика. Вместе с тем система общего образования по-прежнему сосредоточена на углублении предметных знаний обучающихся [5].

В педагогической среде все чаще выражается мнение о чрезмерной насыщенности школьных программ учебным материалом, который необходимо освоить в ограниченные сроки. Анализы свидетельствуют о росте времени, которое современный школьник вынужден уделять выполнению домашних заданий и усвоению новых знаний. Это сокращает возможности для двигательной активности — важного фактора здорового физического развития молодежи. В результате многие учащиеся испытывают дефицит отдыха и уменьшают время для увлечений или прогулок на свежем воздухе.

Данная ситуация ведет к снижению интереса к учебному процессу, появлению чувства усталости и ощущению невозможности справиться с возросшей нагрузкой. Эти проблемы рассматриваются ведущими специалистами медицинской психологии (Е. И. Жупиева, Г. С. Корицова, Д. Н. Исаев и др.) как предсказуемые причины формирования психогенных форм школьной дезадаптации, дидактических трудностей и возникновения пограничных нервно-психических состояний у учащихся [6].

Среди педагогических факторов, негативно влияющих на благополучие и развитие школьников, а также

на обеспечение их психологической защищенности в образовательной среде, К. Ю. Брешковская и Ю. С. Егорова выделяют усиление учебной нагрузки, применение педагогических стратегий, провоцирующих эмоциональное напряжение у обучающихся, а также несоответствие образовательных методик возрастным и физиологическим особенностям детей. К числу неблагоприятных аспектов авторы относят недостаточную компетентность педагогов в вопросах охраны здоровья учеников, отсутствие системной работы по формированию ценностного отношения к здоровью и культуре здорового образа жизни — включая профилактические меры против вредных привычек, зависимостей и девиантного поведения [7].

Согласно исследованиям С. В. Калабековой, А. У. Байрамуковой и О. В. Бережновой, одним из ключевых рисков для здоровья школьников является сам процесс обучения: по мере перехода от начальных к старшим классам фиксируется ухудшение состояния здоровья детей — снижается уровень их выносливости и стрессоустойчивости. Исследователи отмечают такие факторы риска в образовательных организациях как дефицит квалифицированных преподавателей, слабая материально-техническая база учреждений образования, пассивное поведение учащихся на уроках, низкий уровень общей культуры воспитанников и педагогов; личностные особенности участников образовательного процесса тоже имеют значение — сюда относятся недостаточно сформированные представления о психическом и физическом здоровье вместе с отсутствием должной профилактической работы [8]. Совокупность перечисленных условий создает серьезный риск для обеспечения психологической безопасности среды обучения и развития каждого участника данного процесса.

Таким образом, создание условий для реальной психологической безопасности невозможно без системного анализа всех групп рисков внутри образовательной среды — лишь при этом обеспечивается гармоничное развитие личности каждого участника учебного процесса.

Литература:

1. Васильева, О. А. Психологическая безопасность в школе / О. А. Васильева, О. Н. Акиньшина // Физиологические, психофизиологические проблемы здоровья и здорового образа жизни: Материалы IX Всероссийской студенческой научно-практической конференции с международным участием, Екатеринбург, 24 апреля 2023 года. — Екатеринбург: Уральский государственный педагогический университет, 2023. — С. 114–118.
2. Психологическая устойчивость личности и ее формирование в образовательном процессе. Т. I / под ред. С. П. Ивановой. Псков: Псковский государственный университет, 2013. 240 с.
3. Вознюк А. Е. Управление социально-психологической службой общеобразовательной организации // Вопросы студенческой науки. 2025. Т. 2. С. 207.
4. Минаев Г. А. Образование и безопасность. М.: Университетская книга, 2020. 312 с.
5. Корнева И. Н., Суздалева А. М. Формирование социально-безопасного поведения обучающихся в общеобразовательных организациях // Проблемы современного педагогического образования. 2022. №. 74–3. С. 143–146.
6. Андреева Н. В. Обеспечение комплексной безопасности в образовательном учреждении: настольная книга руководителя. М.: Айрис-пресс, 2005. 248 с.
7. Брешковская К. Ю., Егорова Ю. С. Методические основы исследования по созданию психологически безопасной образовательной среды в условиях общеобразовательной школы // Психолого-педагогические исследования — Тульскому региону. 2022. С. 282–284.

8. Калабекова С. В., Байрамукова А. У., Бережнова О. В. К вопросу о психологической безопасности в образовательной среде // Альманах «Крым». 2023. №38. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-psihologicheskoy-bezopasnosti-v-obrazovatelnoy-srede> (дата обращения: 20.02.2026).

Гендерно-специфичные когнитивные искажения в материнстве: теоретический анализ и диагностические стратегии

Емлиханова Ксения Игоревна, студент магистратуры
Тольяттинский государственный университет (Самарская область)

В статье представлен теоретический анализ гендерно-специфичных когнитивных искажений, возникающих в период материнства. Рассматриваются основные виды когнитивных искажений (катастрофизация, долженствование, перфекционизм, персонализация), их психологические механизмы и влияние на эмоциональное состояние матери. Особое внимание уделяется взаимосвязи когнитивных искажений с материнской тревогой и чувством вины как взаимоподкрепляющими состояниями. Представлена интегративная модель когнитивно-поведенческих механизмов, объясняющая формирование и поддержание эмоционального дистресса у матерей. Описаны методы диагностики когнитивных искажений в контексте материнства. Результаты анализа могут быть использованы в практике перинатальной психологии и разработке программ психологической помощи матерям.

Ключевые слова: когнитивные искажения, материнство, материнская тревога, чувство вины, когнитивно-поведенческий подход, иррациональные убеждения, самокритика, перфекционизм.

Введение

Современное материнство характеризуется высокой психологической нагрузкой, связанной с идеологией «интенсивного материнства», предписывающей матери быть всецело посвящённой ребёнку и экспертом во всех вопросах воспитания [10, с. 45; 8, с. 112]. Это способствует росту эмоционального дистресса у матерей в форме хронической тревоги и чувства вины [9; 3].

С точки зрения когнитивно-поведенческого подхода А. Бека, ключевым звеном в формировании этих состояний являются не события, а их субъективная оценка, часто искажённая [2, с. 23]. Когнитивные искажения — систематические ошибки в обработке информации, приводящие к неадекватной интерпретации событий и формированию дисфункциональных убеждений.

Проблема: существующие диагностические инструменты не выявляют специфичные для материнской роли установки типа «я должна быть идеальной матерью» или «хорошая мать не устаёт», что затрудняет разработку адресных программ психологической помощи.

Цель исследования: выделить и систематизировать гендерно-специфичные когнитивные искажения в материнстве и разработать двухуровневую стратегию их диагностики.

Гендерно-специфичные когнитивные искажения: типология

На основе синтеза современных исследований [2; 9; 3; 8; 11] выделены пять типов гендерно-специфичных когнитивных искажений.

1. Перфекционистские долженствования

Интериоризация абсолютизированного стандарта: «Я должна быть идеальной матерью всегда» [11, с. 102]. А. Эллис подчеркивал, что долженствования («musts») лежат в основе эмоциональных нарушений, создавая постоянное внутреннее давление [11, с. 105]. Это искажение связано с дихотомическим мышлением («либо идеально, либо я неудачница») и поддерживается перфекционистскими установками.

Н. Г. Гаранян, А. Б. Холмогорова и Т. Ю. Юдеева показали, что перфекционизм является значимым фактором развития депрессивных и тревожных состояний, особенно в социально значимых ролях, к которым относится материнство [3, с. 20].

2. Катастрофизация последствий ошибок

Любая родительская оплошность интерпретируется как крах материнской идентичности: «Если я ошиблась — я плохая мать», «Моя ошибка нанесёт ребёнку непоправимый вред». В контексте материнства катастрофизируется самооценка женщины в роли матери, что усиливает чувство вины и снижает самооценку. Данный механизм подробно описан в рамках когнитивной модели эмоциональных расстройств [2, с. 67].

3. Персонализация и гиперответственность

Убеждение в полной личной ответственности за все аспекты развития ребёнка: «Если с ребёнком что-то не так, это всегда следствие моих ошибок» [2, с. 112]. Это приводит к гиперконтролю, хронической тревоге и может

передаваться ребенку в виде тревожного стиля привязанности. Исследования показывают, что убеждения о тотальной ответственности матери тесно связаны с развитием чувства вины и самокритики [9, с. 97].

4. Самопожертвование как норма

Убеждение, возводящее материнский альтруизм в абсолют: «Хорошая мать должна ставить потребности ребёнка выше своих» [10; 8]. Г. Г. Филиппова отмечает, что материнство характеризуется противоречивыми социальными ожиданиями и дефицитом поддержки, что создает почву для формирования дисфункциональных убеждений о необходимости полного самопожертвования [8, с. 156]. Это ведет к систематическому игнорированию собственных потребностей и эмоциональному выгоранию.

5. Отрицание права на негативные эмоции

Установка, блокирующая восстановление ресурсов: «Я не имею права уставать», «Жаловаться — признак плохой матери» [9, с. 98]. А. Б. Холмогорова и Н. Г. Гаранян подчеркивают роль эмоциональной сдержанности и подавления собственных эмоциональных потребностей в развитии депрессивных и тревожных расстройств [9, с. 99]. Это формирует паттерн самонаказания и препятствует обращению за помощью.

Интегративная модель

Активирующее событие → Когнитивная интерпретация через дезадаптивные схемы → Автоматические мысли (долженствования, катастрофизация) → Эмоциональная реакция (тревога, вина) → Поведенческая реакция (гиперконтроль, самокритика) → Подкрепление схемы («я действительно плохая мать») [2, с. 54; 1, с. 128].

Е. И. Захарова отмечает, что в процессе освоения родительской позиции женщина сталкивается с необходимостью интеграции новой идентичности, что может сопровождаться актуализацией дисфункциональных убеждений [4, с. 26]. Особенно уязвимы женщины с перфекционистскими установками и низкой самооэффективностью.

Стратегия диагностики: двухуровневый подход

Для преодоления ограничений стандартных опросников предлагается двухуровневая диагностическая стратегия.

Уровень 1. Количественный скрининг

Цель — оценка общего уровня дистресса и выявление гипотез о глубинных когнитивных схемах.

Инструменты:

1. Шкала тревоги Спилбергера—Ханина (в составе клинических рекомендаций) [12] — оценка ситуативной и личностной тревожности.

2. Опросник перфекционизма (адаптация Н. Г. Гаранян, А. Б. Холмогоровой) [3] — выявление перфекционистских установок.

3. Для оценки самооотношения и самокритики могут быть использованы стандартизированные методики, например, соответствующие шкалы в многофакторных личностных опросниках.

Уровень 2. Качественная вербализация искажений

Цель — прямое выявление гендерно-специфичных паттернов мышления.

Инструмент 1: Авторский бланк направленной вербализации (Таблица 1). Оценка степени согласия с типичными формулировками по 5-балльной шкале Лайкерта.

Таблица 1. Авторский бланк направленной вербализации гендерно-специфичных когнитивных искажений

№	Тип искажения	Утверждение (формулировка искажения)	Оценка (1–5)
1	Перфекционистские долженствования	Я должна быть идеальной матерью всегда, при любых обстоятельствах	
2	Катастрофизация последствий ошибок	Если я допускаю ошибку в воспитании, это значит, что я плохая мать	
3	Персонализация и гиперответственность	Если с ребенком что-то не так, это всегда следствие моих ошибок	
4	Самопожертвование как норма	Настоящая хорошая мать всегда ставит потребности ребенка на первое место, даже в ущерб своим	
5	Отрицание права на негативные эмоции	Я не имею права чувствовать сильную усталость или раздражение из-за материнства	
6	Дихотомическое мышление	Либо я справляюсь с материнством идеально, либо я полная неудачница	
7	Отрицание собственных потребностей	Заботиться о своих потребностях, когда у меня есть ребенок — это эгоизм	

Источник: разработано автором на основе теоретического анализа [2, 11, 9, 3, 8, 10].

Инструкция: оцените, насколько вы согласны с каждым утверждением: 1 — совершенно не согласна, 2 — скорее не согласна, 3 — затрудняюсь ответить, 4 — скорее согласна, 5 — полностью согласна.

Инструмент 2: Дневник мыслей [1, с. 75; 2, с. 182]. Фиксация искажений в естественных ситуациях по схеме: **Ситуация** → **Эмоция** (интенсивность 0–100 %) → **Автоматическая мысль** → **Когнитивное искажение** → **Рациональный ответ** → **Эмоция после переоценки**.

Дж. Бек подчеркивает, что дневник мыслей — основной инструмент когнитивной терапии, позволяющий клиенту идентифицировать автоматические мысли и связывать их с эмоциональными реакциями [1, с. 211].

Инструмент 3: Когнитивное интервью с техникой «Стрелка вниз» [1, с. 157] для доступа к глубинным убеждениям. Психолог последовательно задает вопросы типа «Если это правда, что это значит для вас?», чтобы выявить базовые дисфункциональные схемы.

Двухуровневая стратегия позволяет перейти от констатации общих симптомов к точному картированию индивидуальной когнитивной архитектуры материнской тревоги и вины, создавая четкие мишени для психокоррекционной работы [2; 1].

Обсуждение

Предложенная типология и двухуровневая стратегия диагностики восполняют методический пробел в перинатальной психологии. В отличие от универсальных опросников, авторский бланк выявляет специфичные для материнства дисфункциональные убеждения, формирующиеся под влиянием идеологии «интенсивного материнства» [10; 8].

Важно отметить, что когнитивные искажения в материнстве не являются индивидуальной патологией, а представляют закономерную реакцию на специфические со-

циокультурные условия и завышенные требования [10; 9]. Ж. В. Чернова подчеркивает, что современная семейная политика и гендерные стереотипы создают нереалистичные стандарты материнства, способствующие развитию перфекционизма и самообвинения [10, с. 142].

С. С. Савенышева (в контексте анализа перфекционизма) и другие авторы [3] показывают, что подобные установки могут быть фактором риска эмоциональных проблем. Это подчеркивает важность своевременной диагностики и коррекции когнитивных искажений.

А. Б. Леонова разработала комплексную стратегию анализа стресса, которая может быть адаптирована к контексту материнства для более глубокого понимания механизмов дистресса [6].

Заключение

Теоретический анализ позволил выделить пять типов гендерно-специфичных когнитивных искажений: перфекционистские долженствования, катастрофизация последствий ошибок, персонализация и гиперответственность, самопожертвование как норма, отрицание права на негативные эмоции.

Для их диагностики предложена двухуровневая стратегия, сочетающая количественный скрининг (шкала тревоги Спилбергера—Ханина, опросник перфекционизма) и качественные методы (авторский бланк направленной вербализации, дневник мыслей, когнитивное интервью).

Авторский бланк заполняет методический пробел и обеспечивает психолога структурой для точного выявления мишеней коррекционной работы в рамках когнитивно-поведенческой терапии.

Перспектива: эмпирическая апробация бланка, оценка его психометрических свойств и разработка психообразовательных модулей для программ психологической поддержки матерей.

Литература:

1. Бек, Дж. С. Когнитивно-поведенческая терапия. От основ к направлениям / Дж. С. Бек. — Москва: Бомбора, 2018. — 416 с. — ISBN 978-5-4461-0552-6.
2. Бек, А. Когнитивная терапия депрессии / А. Бек, А. Дж. Раш, Г. Эмери. — Санкт-Петербург: Питер, 2003. — 304 с. — ISBN 5-318-00689-2.
3. Гаранян, Н. Г. Перфекционизм, депрессия и тревога / Н. Г. Гаранян, А. Б. Холмогорова, Т. Ю. Юдеева // Консультативная психология и психотерапия. — 2001. — Т. 9, № 4. — С. 18–48. — ISSN 2075-3470.
4. Захарова, Е. И. Развитие личности в ходе освоения родительской позиции / Е. И. Захарова // Культурно-историческая психология. — 2008. — Т. 4, № 2. — С. 24–29. — ISSN 1816-5435.
5. Карабанова, О. А. Психология семейных отношений: учебное пособие / О. А. Карабанова. — Самара: СИОКПП, 2001. — 122 с. — ISBN 5-94594-001-1.
6. Леонова, А. Б. Комплексная стратегия анализа профессионального стресса: от диагностики к профилактике и коррекции / А. Б. Леонова // Психологический журнал. — 2004. — Т. 25, № 2. — С. 75–85. — ISSN 0205-9592.
7. Овчарова, Р. В. Психологическое сопровождение родительства: учебное пособие / Р. В. Овчарова. — Москва: Издательство Института Психотерапии, 2003. — 319 с. — ISBN 5-89939-101-4.
8. Филиппова, Г. Г. Психология материнства: учебное пособие / Г. Г. Филиппова. — Москва: Издательство Института Психотерапии, 2002. — 240 с. — ISBN 5-89939-064-6.

9. Холмогорова, А. Б. Многофакторная модель депрессивных, тревожных и соматоформных расстройств как основа их интегративной психотерапии / А. Б. Холмогорова, Н. Г. Гаранян // Социальная и клиническая психиатрия. — 1998. — Т. 8, № 1. — С. 94–102. — ISSN 0869–4893.
10. Чернова, Ж. В. Семейная политика в Европе и России: гендерный анализ / Ж. В. Чернова. — Санкт-Петербург: Норма, 2008. — 328 с. — ISBN 978–5–87857–140–1.
11. Эллис, А. Психотренинг по методу Альберта Эллиса / А. Эллис. — Санкт-Петербург: Питер Ком, 1999. — 288 с. — (Сам себе психолог). — ISBN 5–314–00048–2.
12. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Тревожно-фобические расстройства у взрослых» (одобренны Минздравом России), Приложение Г4: Методика оценки тревожности Ч. Д. Спилбергера, Ю. Л. Ханина [Электронный ресурс]. — Москва, 2024. — Режим доступа: <https://sudact.ru/law/klinicheskie-rekomendatsii-trevozhno-fobicheskie-rasstroistva-u-vzroslykh-utv/prilozhenie-g1-gn/prilozhenie-g4/> (дата обращения: 17.02.2026).

Коммуникативные способности младших школьников с разным уровнем самооценки личности

Кореновская Виктория Владимировна, студент

Белгородский государственный национальный исследовательский университет

Младший школьный возраст имеет ряд особенностей: самооценка ребёнка уже не просто отражает оценки взрослых — она начинает формироваться в живом диалоге со сверстниками. Эта связь с коммуникацией не так проста, как кажется. Завышенная самооценка придаёт смелость, но часто мешает услышать другого. При заниженной ребёнок замыкается, хотя за молчанием нередко скрывается тонкое понимание окружающих. Решающую роль играет не уровень самооценки, а её гибкость: способность меняться через реальный опыт общения. Школа в данном случае — не площадка для шаблонного «повышения уверенности», а пространство, где можно безопасно проверить себя в диалоге и, получив поддержку, пересмотреть образ «Я».

Ключевые слова: самооценка младшего школьника, коммуникативные способности, динамичная самооценка, социальная адаптация, образовательная среда.

Communicative abilities of primary school children with different levels of self-esteem

Primary school age has a number of features: a child's self-esteem no longer just reflects the assessments of adults — it begins to form in a lively dialogue with peers. This connection to communication is not as simple as it seems. Overestimated self-esteem gives you courage, but it often prevents you from hearing the other person. When the child is underestimated, he shuts himself up — although silence often hides a subtle understanding of others. The crucial role is played not by the level of self-esteem, but by its flexibility: the ability to change through real communication experience. In this case, school is not a platform for a template «confidence building», but a space where you can safely test yourself in a dialogue and, having received support, reconsider the image of «Me».

Keywords: primary school student's self-assessment, communication skills, dynamic self-assessment, social adaptation, educational environment.

Семь-восемь лет — возраст систематической оценки. Ребёнок впервые сталкивается с ней не только со стороны взрослых, но и сверстников. Переход от игры к учёбе ставит задачу сложнее усвоения знаний: нужно научиться строить отношения в новом социальном пространстве. Как отмечает Л. Ц. Кагермазова, адаптация к статусу «ученик» опосредована не только когнитивными, но и личностными коррелятами. Среди них особую роль играет коммуникативная способность [2]. Самооценка, формирующаяся в этот период, становится своего рода «социальным термометром». Она определяет сме-

лость вступления в контакт, реакцию на критику, готовность проявлять инициативу.

Связь здесь имеет свои особенности. С одной стороны, исследования Н. В. Иванковой и соавт. показывают: рост самооценки сопровождается расширением коммуникативного круга [5]. С другой — завышенная оценка часто оборачивается трудностями в учёте позиции другого. Эгоцентричность в диалоге снижает эффективность коллективной работы, как указывают Л. Р. Муминова и Н. И. Зайиркулова [6]. Эта двойственность обостряется в условиях социального неравенства. Дети приходят

в школу с разным стартовым опытом. Одни используют самооценку как ресурс преодоления барьеров. Другие — как защиту от отторжения [3].

Цель статьи — проанализировать, как особенности самооценки определяют специфику коммуникативных проявлений младшего школьника. Опора — концепция О. В. Науменко об «адекватной динамичной самооценке»: не фиксированной характеристике, а гибкой структуре, корректируемой через обратную связь [1]. Каждая коммуникативная ситуация становится не просто проявлением самооценки. Это её проверка на прочность. Ребёнок одновременно демонстрирует имеющийся образ «Я» и получает материал для его пересмотра. Опираясь на данные Воронцовой [4], приходим к выводу: эффективность коммуникации зависит не от «высоты» самооценки, а от её соответствия реальным возможностям в конкретной ситуации. Именно адекватность, а не величина, становится ключом к успешной адаптации.

Самооценка младшего школьника — это живая структура. Она постоянно пересматривается в диалоге с окружением. Как замечает О. В. Науменко, ключевая характеристика зрелой самооценки в этом возрасте — динамичность [1]. Ребёнок способен корректировать представления о себе после неудачи или неожиданного успеха. Эта гибкость отличает адекватную самооценку от застывших форм. При завышенной ребёнок игнорирует обратную связь. При заниженной любая критика воспринимается как подтверждение несостоятельности. Самооценка выполняет три функции: когнитивную («каким я себя вижу»), эмоциональную («как я к этому отношусь») и регуляторную («как это влияет на действия») [3]. Последняя наиболее заметна в школе. Ребёнок с заниженной самооценкой избегает ответов у доски даже при хорошей подготовке. При завышенной — берётся за задачи, явно превышающие возможности.

Особенность младшего школьного возраста — неполнота интериоризации самооценки. Как показывает Л. Ц. Кагермазова, адаптация к позиции «ученик» сопровождается постоянным «озвучиванием» оценок учителем [2]. Ребёнок буквально примеряет внешнюю оценку. Похвала за аккуратность в тетради временно повышает уверенность не только в каллиграфии, но и в математике. Этот механизм уязвим в условиях неравенства. Е. Н. Ильина обращает внимание: дети из семей с низким культурным капиталом часто приходят в школу с опытом недооценки [3]. Не из-за прямой критики, а из-за отсутствия ситуаций, где их мнение воспринималось всерьёз. Для них школьная самооценка становится либо коррекцией домашнего опыта, либо его подтверждением — если среда воспроизводит прежние паттерны игнорирования.

Важно различать три уровня самооценки. Адекватная завышенная — не надменность, а оптимистический прогноз относительно возможностей в зоне ближайшего развития. Такой ребёнок охотно вступает в диалог, не боится ошибиться. Адекватная проявляется в балансе: ребёнок оценивает сильные и слабые стороны, признаёт ошибки без катастрофизации. Заниженная характеризуется си-

стематическим искажением в сторону недооценки. Даже «пятёрка» за диктант интерпретируется как случайность. При этом, как отмечают Иванкова и соавт., заниженная самооценка не всегда проявляется как замкнутость [5]. Некоторые дети компенсируют её гиперактивностью или клоунадой. Они пытаются привлечь внимание любым способом, лишь бы избежать оценки «по существу».

Формирование самооценки в 7–10 лет неразрывно связано с учебной деятельностью. Но важно: она выступает не сама по себе, а через призму социальных отношений. Е. Г. Воронцова подчёркивает: активность младшего школьника — это всегда активность в отношении [4]. К учителю, сверстникам, самому себе как субъекту деятельности. Именно в этих отношениях кристаллизуется самооценка. Когда учитель даёт задание «обсудите в парах», ребёнок не просто решает задачу. Он проверяет: возьмут ли его мнение во внимание, выслушают ли. Каждое взаимодействие формирует образ «Я как личности, способной к диалогу».

Таким образом, самооценка — не статичная характеристика, а процесс. Её адекватность измеряется не уровнем, а способностью к формированию или развитию. Готов ли ребёнок пересмотреть представление о себе после нового опыта? Эта динамичность, по О. В. Науменко, становится фундаментом не только коммуникативной успешности, но и личностного развития [1]. В дошкольном возрасте самооценка в основном отражала отношение взрослых. К концу младшего школьного возраста она всё чаще включает рефлексию собственного опыта. Пусть ещё несовершенную, но уже самостоятельную.

Коммуникация в 7–10 лет неразрывна с содержанием взаимодействия. Ребёнок не тренирует диалог ради диалога. Он договаривается о правилах игры, объясняет пропущенное задание, убеждает поделиться ластиком. Именно здесь формируются базовые умения: слышать другого, выражать мнение без агрессии, искать компромисс [5]. Успешность напрямую зависит от ощущения «права на голос». А это уже вопрос самооценки [1].

Структуру коммуникативных способностей можно рассматривать через три компонента. Инициативность контакта проявляется контрастно. Ребёнок с адекватной завышенной самооценкой охотно начинает диалог, но может не замечать сигналов отказа. Дети с заниженной часто «ждут приглашения». Даже чтобы присоединиться к группе на перемене, им нужен явный жест. Как отмечают Л. Р. Муминова и Н. И. Зайиркулова, эта пассивность не всегда означает отсутствие желания общаться [6]. За ней может скрываться страх отвержения. Удержание контакта требует умения слушать, не перебивая, поддерживать тему. Детям с низкой самооценкой это даётся трудно. Они либо замыкаются, либо, пытаясь «доказать себя», начинают доминировать. Разрешение трудностей — третий компонент. Ссоры из-за линейки неизбежны. Но одни дети переходят к толчкам, другие пробуют словесные стратегии: «давай по очереди». Этот переход — важнейший показатель коммуникативной зрелости.

Возрастная динамика отражает общую логику развития. В 1–2 классе общение преимущественно ситуативно-деловое: «Дай ручку». К 3–4 классу появляется интерес к другому как к личности: «Почему ты так думаешь?». Е. Г. Воронцова подчёркивает: эта трансформация зависит от возможностей для диалога в школе [7]. Однако переход неравномерен. Дети с заниженной самооценкой могут задерживаться на стадии утилитарного общения даже в 4 классе. Они избегают «лишних» разговоров как потенциально рискованных.

Школьная среда — пространство социального неравенства. Ильина обращает внимание: дети приходят с разным «стартовым багажом» коммуникативного опыта [3]. Один привык обсуждать книги с родителями, другой — получать короткие инструкции: «иди спать». В классе разница проявляется сразу. Одни свободно формулируют мысли. Другие подолгу ищут слова, боясь ошибиться. Это не «неспособность к общению», а недостаток опыта в определённых форматах.

Адаптация во многом определяется тем, позволяет ли среда «примерить» разные коммуникативные роли без страха осуждения [2]. Успешный опыт — даже небольшой: учитель выслушал, одноклассник принял идею — становится ресурсом для пересмотра самооценки [1]. Систематическое игнорирование инициативы закрепляет убеждённость в собственной «некоммуникабельности». Коммуникативные способности и самооценка развиваются в едином процессе. Каждое удачное взаимодействие укрепляет веру в себя.

Связь между самооценкой и коммуникацией редко прямолинейна. Уверенный в себе ребёнок может не замечать, что его монолог утомляет собеседника. А застенчивый ученик порой демонстрирует тонкое понимание эмоционального состояния одноклассника. Как отмечает О. В. Науменко, именно динамичность самооценки определяет, станет ли коммуникативный опыт ресурсом развития или закрепит трудности [1].

Ребёнок с адекватной завышенной самооценкой проявляет высокую инициативность. Он охотно отвечает с места, предлагает идеи в группе. Однако, как показывают наблюдения Н. В. Ивановой и соавт., эта смелость не всегда сопровождается развитой децентрацией [5]. Ученик может настойчиво отстаивать свою точку зрения, не замечая сигналов несогласия. Это не эгоизм. Это особенность развития: ребёнок пока воспринимает обратную связь преимущественно как подтверждение собственной правоты. При благоприятных условиях завышенная оценка постепенно «оседает» в адекватную.

Адекватная самооценка проявляется в балансе. Ребёнок готов проявить инициативу, но чувствителен к реакции собеседника. Он отстаивает своё мнение, но слышит аргументы другого. Умеет признать ошибку без самокритики. Е. Г. Воронцова отмечает: именно такие дети чаще становятся «связующим звеном» в классе [4]. Их предложения принимаются сверстниками, потому что учитывают интересы группы. Такая гибкость формируется в среде с взвешенной обратной связью — не только похвалой, но и корректной критикой.

Заниженная самооценка создаёт сложную картину. С одной стороны, дети избегают инициативы контакта, боясь критики. Даже зная ответ, они могут не поднять руку. С другой — за внешней замкнутостью, как указывают Л. Р. Муминова и Н. И. Зайиркулова, нередко скрывается развитая наблюдательность и эмпатия [6]. Ребёнок, который редко говорит, часто лучше других замечает, кому нужна помощь. Это «стратегия невидимости»: избегая активного участия, он минимизирует риск отвержения, но сохраняет способность к сопереживанию. Проблема в том, что такая стратегия ограничивает развитие вербальной самопрезентации.

Социальный контекст играет особую роль. Дети из семей с разным культурным капиталом по-разному интерпретируют одни и те же ситуации [3]. Для одного замечание «подумай ещё» — стимул к размышлению. Для другого — подтверждение несостоятельности. Самооценка выступает модератором: она определяет, как ребёнок интерпретирует обратную связь. Как справедливо указывает Л. Ц. Кагермазова, адаптация зависит не от исходного уровня самооценки, а от возможностей её коррекции через успешный опыт [2].

Связь самооценки и коммуникативных способностей циклична. Коммуникативный опыт влияет на самооценку, а самооценка определяет готовность к новым попыткам. Ключевое звено — качество обратной связи. Если ребёнок с заниженной самооценкой хотя бы раз почувствует, что его мнение приняли всерьёз, это может запустить пересмотр образа «Я». Систематическое игнорирование инициативы ребёнка с завышенной самооценкой закрепляет защитную позицию. Педагогическая задача — не «коррекция самооценки», а создание условий для проверки представлений о себе в реальном взаимодействии.

Завышенная оценка не гарантирует успешного общения из-за трудностей децентрации. Заниженная не исключает развитой эмпатии [6]. Каждый уровень формирует свою стратегию: «оседающая» инициативность при завышенной, баланс при адекватной, «стратегия невидимости» при заниженной. Каждая со своими ресурсами и ограничениями [4]. Регуляторная функция особенно чётко проявляется в ситуациях социального риска. Ребёнок выбирает: проявить себя снова или уйти в защиту [2].

Практический вывод прост: педагогу-психологу важно не «повышать» самооценку механически, а развивать её динамичность. Ребёнку с завышенной оценкой нужно учиться «читать» реакцию партнёра. С заниженной — получать не общие похвалы, а реальный опыт, когда его мнение учитывают. Как отмечает Кагермазова, именно такие «малые успехи» становятся точкой опоры для пересмотра образа «Я».

Перспективы — в изучении медиаторов. Почему одни дети с низкой самооценкой сохраняют эмпатию, а другие теряют её? Как гендерные различия влияют на «расплату» за недостаток культурного капитала в коммуникации?

В конечном счёте самооценка — это не характеристика. Это процесс постоянного диалога с окружением: «Меня слышат? Примут?». Задача школы — не формировать

«правильную» самооценку по шаблону. А дать ребёнку пространство, где он может проверить себя в диалоге без страха катастрофы. Только там самооценка становится живым ресурсом, а не защитной бронёй.

Литература:

1. Воронцова Е. Г. Проявление активности младших школьников в образовательном пространстве школы // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2014. № 1.
2. Кагермазова Л. Ц. Личностные и социальные корреляты адаптации младших школьников к новой социальной позиции личности: обзор исследований // Инновационная наука: Психология, Педагогика, Дефектология. 2024. № 1.
3. Ильина Е. Н. Адаптация младших школьников к обучению в школе в условиях социального неравенства // Современные научные исследования и разработки. 2018. № 7.
4. Иванкова Н. В. и др. Развитие коммуникативных способностей младших школьников // НИР/S&R. 2020. № 3.
5. Науменко О. В. Адекватная динамичная самооценка как условие познавательной активности школьника // Известия ВГПУ. 2019. № 9.
6. Мунинова Л. Р., Зайиркулова Н. И. Развитие коммуникативных способностей у младших школьников // Психология человека в образовании. 2023. № 3.
7. Лисина, М. И. Проблемы онтогенеза общения [Текст]: М. И. Лисина / — М.: «Педагогика». 2019. 212с. № 1.

Педагогическая центрация как предмет исследования в психологии

Лашкова Екатерина Игоревна, студент

Научный руководитель: Худяева Майя Юрьевна, кандидат психологических наук, доцент
Белгородский государственный национальный исследовательский университет

В статье рассматривается педагогическая центрация как значимый предмет исследования в психологии образования и профессиональной деятельности педагога. Раскрывается сущность понятия «педагогическая центрация», анализируются его теоретические основания и место в структуре профессионального сознания и личности учителя. Представлен обзор отечественных и зарубежных психологических подходов к изучению понятия «педагогическая центрация». Особое внимание уделяется видам педагогической центрации (ориентация на ребёнка, на содержание учебного материала, на собственную профессиональную позицию, на результат деятельности и др.), их психологическим характеристикам и влиянию на эффективность педагогического процесса. Рассматриваются факторы формирования педагогической центрации, её связь с уровнем профессионального развития, педагогической рефлексией и стилем общения с обучающимися.

Ключевые слова: педагогическая центрация, личностная центрация, педагог, педагогическая деятельность.

Термин «педагогическая центрация» в психологической литературе используется для обозначения устойчивой ориентации педагога на определённые аспекты педагогической деятельности. Теоретической основой изучения проблемы педагогической центрации являются работы К. М. Левитана, А. Б. Орлова, Д. А. Белухина, А. К. Марковой, Е. А. Климова, А. Н. Фоминовой, Т. Л. Шабановой, И. Ю. Кулагиной, Ф. В. Шарипова и др., которые выделяют и описывают виды центраций педагогической позиции.

Термин «центрация педагога» был введён К. М. Левитаном, под центрацией педагога он понимает «избирательную направленность педагогической деятельности — то есть доминирующую направленность внимания, интересов и мотивации педагога на определённые стороны педагогического процесса» [3, с. 45].

Центрация педагога по А. Б. Орлову — это «мотивационно-потребностное направление работы педагога, его

сфера, а также интерес и переживания об определённых участниках педагогической системы» [4, с. 12].

А. К. Маркова рассматривала педагогическую центрацию как «компонент профессионального сознания учителя, отражающий его устойчивую ориентацию на определённые ценности и объекты педагогического взаимодействия» [2, с. 85].

Авторы выделяют различные виды педагогической центрации. По мнению А. Б. Орлова, существуют следующие виды:

- Эгоистическая — центрация на интересах своего «Я»;
- Бюрократическая — центрация на интересах и требованиях администрации;
- Конформная — центрация на мнении своих коллег;
- Авторитетная — центрация на родителях тех, кто учится;
- Познавательная — основной интерес учителя заключается в средствах обучения и воспитания;

— Альтруистическая — для учителя самое главное — это интересы и потребности учащихся;

— Гуманистическая — для учителя на первый план выходит своя сущность и сущность окружающих людей. Это могут быть учащиеся, родители, коллеги и администрация» [2, с. 98].

Все рассмотренные выше виды центрации, кроме гуманистической центрации, предстают как главные психологические условия авторитарной, безличной педагогики. Так, к примеру, если основной интерес заключается в своем предмете, то сильный познавательный акцент без наличия потребностей передачи своих знаний и интереса к обучающимся не даст в итоге высокого профессионального результата. И так, оказывается, что учитель является хорошим предметником, но не во всех случаях истинный педагог.

А при альтруистической центрации, когда педагог сосредоточен исключительно на потребностях обучающихся в большинстве случаев наблюдается, что педагог стремится получить ответную любовь, а это может привести к педагогическому общению, имеющему либерально-попустительский характер. И только при гуманистической центрации, ориентирующей учителя на сущностные потребности всех, кто участвует в педагогическом процессе, на осуществление целенаправленных действий, ведущих к достижению общего благополучия, может привести к основе гуманистического или личностного взаимодействия в школе.

В работах А. К. Марковой выделяются следующие виды педагогической центрации:

1. «Центрация на ученике — ориентация на личностное развитие, эмоциональное состояние и индивидуальные особенности обучающихся. Данный тип центрации соответствует личностно-ориентированному подходу в образовании.

2. Центрация на учебном предмете — сосредоточенность на содержании знаний и учебных результатах.

3. Центрация на себе — направленность на собственный авторитет, самоутверждение и профессиональный статус.

4. Центрация на нормативных требованиях — приоритет правил, инструкций, программ и формального контроля.

5. Центрация на оценке и результате — ориентация на показатели успеваемости и дисциплины» [1, с. 80].

Содержательная интерпретация типов центрации приведена в работе К. М. Левитана. Им выделяются 6 типов центрации:

— «конформная — центрация на интересах, мнениях своих коллег;

— эгоцентрическая — центрация на интересах, потребностях своего «Я»;

— гуманистическая — центрация на интересах детей;

— центрация на интересах и требованиях администрации, присуща педагогам с нереализованными индивидуальными потребностями в силу их исполнительности и репродуктивного характера деятельности;

— центрация на интересах родителей;

— методическая, или познавательная, центрация, то есть сосредоточенность на средствах и методах преподавания» [1, с. 48].

Формирование педагогической центрации происходит в процессе профессиональной деятельности педагога. Психологи отмечают два основных приема формирования педагогической центрации. Первый состоит в том, чтобы соотнести уровень своих притязаний с достигнутым результатом. Второй, более распространенный, заключается в социальном сравнении, сопоставлении мнений о себе окружающих.

«К внешним факторам, стимулирующим процесс формирования педагогической центрации относят педагогический коллектив, стиль руководства школой и фактор свободного времени. Отсутствие этих характеристик в педагогическом коллективе убивают потребность в самосовершенствовании» [4, с. 76].

Таким образом, педагогическая центрация рассматривается как интегральная системообразующая характеристика педагогической деятельности, влияющая на стиль общения, выбор методов обучения и воспитания, а также на профессиональное развитие педагога.

Существующие классификации педагогической центрации демонстрируют многообразие её видов, отражающих направленность педагога на себя, учебный предмет, учащихся, родителей, коллег, администрацию и нормативные требования. При этом большинство авторов подчёркивают, что доминирование негуманистических типов центрации может приводить к авторитарным или формализованным формам педагогического взаимодействия и снижению эффективности образовательного процесса.

Наиболее продуктивной и профессионально значимой признаётся гуманистическая и личностно-ориентированная центрация, в рамках которой развитие личности обучающегося и гармонизация отношений между всеми участниками педагогического процесса становятся приоритетом деятельности учителя.

Литература:

1. Белокрылова Н. В., Сираева М. Н., Трофимова Г. С. Гуманистическая центрация педагога: актуальность, теория, пути развития: коллективная монография. 2022. — 128 с.
2. Гуружапов В. А. Педагогическая психология: учебное пособие. — М.: Юрайт, 2025- 394 с.
3. Педагогическая психология: учебное пособие / Т. В. Снегирёва, Т. Т. Архипова. — Нижневартовск: НВГУ, 2022. — 290 с.

4. Самыгин, С. И. Психология развития и возрастная психология / С. И. Самыгин и др. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2023. — 318 с.
5. Сорокоумова Е. А. Педагогическая психология: учебник для вузов. 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2025. — 141 с.

Мотивы здорового образа жизни у женщин разных возрастов: психологические, нейробиологические и социокультурные детерминанты

Медведева Александра Алексеевна, студент магистратуры
Тольяттинский государственный университет (Самарская область)

В статье рассматриваются особенности мотивации к здоровому образу жизни у женщин в различные возрастные периоды. Анализ проводится с позиций психологии здоровья, возрастной психологии, мотивационных теорий и современных нейронаучных данных. Показано, что мотивация к здоровому образу жизни не является универсальной или линейной характеристикой, а формируется как динамическая система, зависящая от возраста, жизненного контекста, телесного опыта, уровня хронического стресса и социальных ожиданий. Обосновывается необходимость дифференцированного подхода к формированию и поддержке здорового образа жизни у женщин разных возрастных групп.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, мотивация, женщины, возрастные различия, психология здоровья, саморегуляция, стресс.

Введение

Интерес к проблеме здорового образа жизни (ЗОЖ) в последние десятилетия значительно возрос, что связано с увеличением продолжительности жизни, ростом хронических заболеваний и осознанием роли психологических факторов в поддержании здоровья. При этом большинство исследований по мотивации к здоровому образу жизни либо носят обобщенный характер, либо фокусируются на отдельных поведенческих аспектах (физическая активность, питание), без учёта возрастной и гендерной специфики.

Женщины представляют собой особую группу в контексте изучения мотивации к ЗОЖ. Это обусловлено как биологическими факторами (гормональные изменения, репродуктивные этапы), так и социально-психологическими условиями, включая гендерные роли, двойную нагрузку, связанную с профессиональной и семейной сферами, а также культурные требования к внешности и «нормативному» телу.

В отечественной психологии здоровье рассматривается как многомерное образование, включающее физический, психический и социальный уровни функционирования личности [2]. При этом здоровый образ жизни понимается не как формальный набор предписаний, а как устойчивая система поведения, опосредованная ценностями, установками и индивидуальным жизненным опытом.

Как отмечает В. А. Бодров, «поддержание здоровья невозможно без активного участия самой личности и развитых механизмов саморегуляции» [1]. В этой связи мотивация выступает ключевым фактором, определяющим устойчивость и последовательность здоровьесберегающего поведения.

Цель настоящей статьи — проанализировать мотивы здорового образа жизни у женщин разных возрастов, выявить ключевые психологические механизмы, определя-

ющие их формирование и трансформацию, и обозначить практические выводы для профилактических и психокоррекционных программ.

Теоретические основания исследования мотивации здорового образа жизни

В рамках психологии здоровья мотивация рассматривается как системообразующий компонент, обеспечивающий связь между когнитивным осознанием ценности здоровья и реальным поведенческим выбором. По мнению В. В. Вершининой, устойчивые формы заботы о здоровье формируются на основе самопознания, способности к рефлексии и развитию произвольной саморегуляции [3].

В психологической науке мотивация к здоровому образу жизни рассматривается как сложное многоуровневое образование, включающее когнитивные, эмоциональные, поведенческие и телесные компоненты. Современные модели опираются на теорию самодетерминации (Э. Деси, Р. Райан) [5], концепцию саморегуляции, а также на данные нейронауки, демонстрирующие роль дофаминергических и стресс-ассоциированных систем мозга в формировании устойчивых поведенческих паттернов.

Важным является различие между внешней и внутренней мотивацией. Внешняя мотивация основана на социальных ожиданиях, нормах, санкциях и поощрениях, тогда как внутренняя мотивация связана с субъективным ощущением ценности, смысла и личной значимости здорового поведения.

Для женщин характерно более выраженное влияние внешних факторов мотивации, особенно в молодом возрасте, что связано с социализацией и высокой значимостью оценки со стороны окружающих. Однако по мере

взросления наблюдается постепенный сдвиг в сторону внутренних, экзистенциально окрашенных мотивов.

Исследования показывают, что при преобладании внешней мотивации здоровьесберегающее поведение носит нестабильный характер и легко нарушается в условиях стресса [4]. Напротив, внутренняя мотивация способствует интеграции здоровья в систему жизненных приоритетов личности.

Мотивация к здоровому образу жизни у женщин молодого возраста

Молодой возраст (условно 18–30 лет) характеризуется высокой пластичностью мотивационной сферы и активным формированием идентичности. В этот период здоровье редко воспринимается как автономная ценность; оно скорее рассматривается как инструмент достижения других целей — привлекательности, социальной успешности, соответствия культурным стандартам.

Доминирующими мотивами ЗОЖ у молодых женщин выступают:

- стремление к контролю над телом и внешностью;
- желание соответствовать социальным и медийным нормам;
- страх социальной стигматизации;
- потребность в принятии и одобрении.

При этом нейробиологические данные указывают на высокую чувствительность системы вознаграждения к быстрым результатам и внешним стимулам, что затрудняет формирование устойчивых здоровых привычек. Физическая активность и диетические практики нередко носят эпизодический характер и сопровождаются колебаниями между гиперконтролем и отказом от саморегуляции.

Важно отметить, что в этой возрастной группе часто наблюдается расщепление между декларируемыми ценностями ЗОЖ и реальным поведением, что связано с недостаточной интеграцией телесного опыта и слабой способностью к долгосрочному планированию.

Особенности мотивации у женщин среднего возраста

Средний возраст (примерно 30–50 лет) представляет собой качественно иной этап формирования мотивации к здоровому образу жизни. Женщины в этом периоде чаще сталкиваются с последствиями хронического стресса, профессионального выгорания, соматических симптомов и изменений энергетического ресурса.

Здоровье начинает восприниматься не как абстрактная категория, а как функциональный ресурс, необходимый для поддержания жизнедеятельности, заботы о близких и профессиональной эффективности. Мотивация приобретает более прагматичный и реалистичный характер.

Ключевыми мотивами становятся:

- сохранение работоспособности;
- профилактика заболеваний;
- управление уровнем стресса;

— восстановление контакта с телом.

В этот период усиливается роль осознанности и саморегуляции. Женщины чаще обращаются к психологическим и телесно-ориентированным практикам, что свидетельствует о смещении фокуса с внешнего контроля на внутренние сигналы организма.

Именно в этом возрасте возрастает значимость осознанного контроля образа жизни, формируется ответственность за собственное состояние и долгосрочные последствия поведенческих выборов [4].

Нейропсихологические исследования показывают, что при хроническом стрессе система саморегуляции истощается, и мотивация к ЗОЖ может носить компенсаторный характер. В этих условиях эффективность интервенций напрямую зависит от снижения уровня психоэмоциональной перегрузки, а не только от информирования о пользе здорового поведения.

Мотивация к здоровому образу жизни у женщин старшего возраста

В старшем возрасте (50+ лет) мотивация к здоровому образу жизни приобретает качественно иную структуру. Здоровье становится самостоятельной ценностью, тесно связанной с ощущением автономии, достоинства и контроля над собственной жизнью.

Основные мотивы включают:

- сохранение независимости;
- поддержание качества жизни;
- профилактику возрастных ограничений;
- продление активного долголетия.

В отличие от более ранних этапов, здесь наблюдается снижение значимости внешней оценки и рост внутренней мотивации. Женщины старшего возраста чаще ориентированы на субъективное благополучие, а не на соответствие нормативным стандартам.

При этом важным фактором остается накопленный телесный опыт. Негативные переживания, связанные с болезнями или утратами, могут как усиливать мотивацию к ЗОЖ, так и приводить к выученной беспомощности. Следовательно, психологическая поддержка в этом возрасте должна учитывать не только поведенческие аспекты, но и глубинные эмоциональные и экзистенциальные процессы.

Социокультурные и психологические факторы, влияющие на мотивацию

Мотивация к здоровому образу жизни у женщин формируется на пересечении индивидуальных и социальных факторов. Существенное влияние оказывают:

- культурные представления о «нормативной» женственности;
- социальное давление и медийные образы;
- экономическая доступность ресурсов ЗОЖ;
- уровень социальной поддержки.

Психологически значимыми детерминантами являются уровень самопринятия, характер отношения к телу, опыт контроля и утраты, а также стиль саморегуляции. Исследования показывают, что устойчивые формы ЗОЖ формируются не через давление и страх, а через развитие субъектной позиции и способности к бережному отношению к себе.

Заключение

Анализ мотивов здорового образа жизни у женщин разных возрастов позволяет сделать вывод о том, что мотивация является динамическим и многомерным процессом,

отражающим не только биологические, но и психологические, социальные и культурные изменения жизненного пути.

Эффективные программы поддержки ЗОЖ должны учитывать возрастную специфику мотивации, снижать уровень внешнего давления и способствовать формированию внутренней, осознанной и устойчивой мотивации. Перспективным направлением является интеграция психологических, телесных и нейронаучных подходов, ориентированных на восстановление саморегуляции и повышение качества жизни женщин на разных этапах жизненного цикла.

Литература:

1. Бодров В. А. Психология здоровья. — М.: Академический проект, 2017. — 384 с.
2. Кузьмин В. И. Психология здоровья. — СПб.: Питер, 2020. — 448 с.
3. Вершинина В. В. От самопознания к саморегуляции. — М.: Академия, 2011. — 176 с.
4. Петраш М. Д. Психология здорового образа жизни // Вестник СПбГУ. — 2018. — № 2. — С. 154–165.
5. Райан Р. М., Деси Э. Л. Теория самодетерминации и поддержка внутренней мотивации, социальное развитие и благополучие /науч. перевод Р. А. Вороновой // Вестник Алтайского ГПУ. — 2003.- № 3–1. — С.97–111.

Развитие произвольного внимания младших школьников с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования

Пастухина Анастасия Николаевна, студент
Тихоокеанский государственный университет (г. Хабаровск)

В статье представлены результаты эмпирического исследования, направленного на развитие произвольного внимания у младших школьников с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Ключевые слова: произвольное внимание, младший школьный возраст, ограниченные возможности здоровья, инклюзивное образование, коррекционно-развивающая программа, школьный психолог.

Современная система российского образования, основанная на принципах инклюзии, всё чаще сталкивается с необходимостью обеспечения полноценного обучения детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в условиях общеобразовательной школы. Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» гарантирует право каждого ребёнка на получение качественного образования, независимо от состояния здоровья. Однако реализация этого права требует не только организационных, но и глубоких психолого-педагогических решений.

Одной из наиболее острых проблем, с которой сталкиваются дети с ОВЗ в начальной школе, является недостаточная сформированность произвольного внимания — той психической функции, которая лежит в основе учебной деятельности, позволяя сосредоточиться, удерживать инструкцию, переключаться между задачами и завершать начатое. Без развитого произвольного внимания невозможно успешное овладение чтением, письмом,

счётом, а также соблюдение правил поведения в коллективе.

Произвольное внимание, согласно культурно-исторической теории Л. С. Выготского, формируется в онтогенезе под влиянием социального взаимодействия и опосредуется знаковыми средствами, прежде всего — речью [1]. У детей с ОВЗ (в зависимости от нозологии: задержка психического развития, тяжёлые нарушения речи, детский церебральный паралич) этот процесс часто нарушается: внимание остаётся фрагментарным, неустойчивым, легко истощаемым.

Актуальность данного исследования обусловлена противоречием между высокими требованиями ФГОС НОО к метапредметным результатам (включая регуляцию внимания) и реальными возможностями детей с ОВЗ, нуждающихся в целенаправленной психологической поддержке. При этом традиционные подходы, ориентированные исключительно на диагностику, зачастую не дают устойчивого эффекта без систематической коррекционной

работы, проводимой непосредственно школьным психологом.

В современной психологии внимание рассматривается как сложная регуляторная функция, обеспечивающая избирательную направленность и сосредоточенность сознания на определённых объектах. А. Р. Лурия выделял три блока мозга, участвующих в регуляции внимания: энергетический (тонус), программирования (целенаправленность) и контроля (коррекция ошибок) [2]. У детей с ОВЗ нарушения могут затрагивать любой из этих блоков, что проявляется в виде импульсивности, медлительности, отвлекаемости или истощаемости.

К. И. Чиркина подчёркивает, что у младших школьников с ОВЗ особенно выражены дефициты концентрации и объёма внимания, что напрямую влияет на успеваемость [3]. Т. А. Волосовец отмечает, что у детей с ТНР наблюдается дефицит речевого опосредования внимания, что затрудняет удержание инструкции [4]. У детей с ДЦП внимание часто расходуется на контроль за телом, что снижает его доступность для когнитивных задач.

Таким образом, развитие произвольного внимания у детей с ОВЗ требует дифференцированного подхода, учитывающего нозологические особенности, и систематической коррекционной работы, направленной на формирование всех параметров внимания: устойчивости, концентрации, переключения, объёма и работоспособности.

Целью данного исследования явилось выявление исходного уровня развития произвольного внимания у младших школьников с ОВЗ и экспериментальная проверка эффективности авторской коррекционно-развивающей программы.

Базой исследования выступила Средняя общеобразовательная школа с. Корсаково-1 Хабаровского муниципального района Хабаровского края. В исследовании приняли участие 9 учащихся 3 «Б» класса (возраст 9–10 лет): 3 ребёнка с ЗПР, 5 — с ТНР, 1 — с ДЦП.

Исследование включало три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный. На констатирующем этапе использовался комплекс методик: «Корректирующая проба Бурдона», модификация метода Пьерона-Рузера, «Проставь значки», «Запомни и расставь точки». Результаты показали, что у 100 % участников уровень произвольного внимания был ниже возрастной нормы: 56 % — низкий уровень, 44 % — средний, высокий уровень отсутствовал. Наиболее выраженные дефициты наблюдались в концентрации и объёме внимания.

На основе полученных данных была разработана и реализована авторская программа «Внимание в действии», включающая 12 занятий (2 раза в неделю по 30 минут). Программа основана на принципах:

- дифференцированного подхода,
- игровой мотивации,
- поэтапности,
- эмоциональной поддержки.

Упражнения были адаптированы под нозологию: для детей с ЗПР — сокращение времени и чёткие ритуалы; для детей с ТНР — активное использование речевых клише; для ребёнка с ДЦП — тактильные опоры и устные формы выполнения.

На контрольном этапе была проведена повторная диагностика. Результаты показали достоверную положительную динамику:

- по методике «Корректирующая проба Бурдона» средний показатель точности (Q) вырос с 210 до 265 (норма ≥ 250);
- по методике Пьерона-Рузера средняя точность увеличилась с 72 % до 88 % (норма ≥ 85 %);
- по методике «Проставь значки» среднее число ошибок снизилось с 5,2 до 2,8 (норма ≤ 3);
- по методике «Точки» средний объём внимания вырос с 3,1 до 4,8 точки (норма 5–6).

Общий уровень произвольного внимания изменился следующим образом:

- высокий уровень — 33 % (ранее 0 %),
- средний уровень — 56 % (ранее 44 %),
- низкий уровень — 11 % (ранее 56 %).

Дети научились использовать стратегии саморегуляции: проговаривать инструкцию, применять тактильные опоры, возвращаться к заданию после отвлечения. Особенно значимым стало то, что у трёх учащихся внимание вышло на порог возрастной нормы.

Таким образом, гипотеза исследования подтвердилась: систематическое проведение коррекционно-развивающей работы, реализуемой школьным психологом, эффективно способствует развитию произвольного внимания у младших школьников с ОВЗ.

Практическая значимость работы состоит в создании готовой к применению программы «Внимание в действии», которая может быть рекомендована к использованию школьными психологами в повседневной работе с детьми с ОВЗ в условиях сельской и городской школы.

В заключение следует подчеркнуть: инклюзия — это не просто совместное присутствие, а создание условий, в которых каждый ребёнок может раскрыть свой потенциал. И именно школьный психолог, обладая знаниями о механизмах психики и диагностическими инструментами, призван стать тем специалистом, который поможет ребёнку с ОВЗ не только «быть в школе», но и успешно учиться, развиваться и чувствовать себя значимым.

Литература:

1. Выготский, Л. С. Психология развития ребенка / Л. С. Выготский. — М.: Просвещение, 1984. — 432 с. — Текст: непосредственный.
2. Лурия, А. Р. Основы нейропсихологии / А. Р. Лурия. — М.: Академия, 2003. — 320 с. — Текст: непосредственный.

3. Чиркина, К. И. Диагностика и коррекция внимания у младших школьников / К. И. Чиркина. — М.: Академия, 2003. — 144 с. — Текст: непосредственный.
4. Волосовец, Т. А. Особенности внимания у детей с речевыми нарушениями / Т. А. Волосовец. — Текст: непосредственный // Дефектология. — 2007. — № 4. — С. 45–52.
5. Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012.
6. ФГОС НОО. Утверждён приказом Минобрнауки РФ от 31.05.2021 № 286.

Семейные мифы и ригидные роли: интегративная модель диагностики и коррекции в краткосрочном консультировании

Смирнова Юлиана Игоревна, студент магистратуры
Тольяттинский государственный университет (Самарская область)

В статье рассматривается проблема работы с глубинными, дисфункциональными паттернами семейной системы — мифами и ригидными ролями — в условиях краткосрочного психологического консультирования. Обосновывается актуальность разработки четких алгоритмов работы, обусловленная запросом практики и фрагментарностью существующих методик. Цель статьи — представить авторскую интегративную модель консультативной работы, синтезирующую техники системного, трансгенерационного и нарративного подходов. Модель включает три этапа: диагностический (выявление паттерна через генограмму и циркулярное интервью), этап осознания и экстернализации (отделение проблемы от идентичности) и этап экспериментирования (апробация новых ролевых моделей). Делается вывод о высокой практической применимости данной модели для повышения эффективности консультативного процесса.

Ключевые слова: семейные мифы, ригидные роли, системное семейное консультирование, интегративная модель, нарративный подход, генограмма, краткосрочная терапия.

Введение

Современная практика психологического консультирования сталкивается с парадоксом: клиенты обращаются с запросом на решение конкретной проблемы (конфликт, симптом у ребенка), однако работа на этом уровне часто приводит к временным улучшениям и быстрому рецидиву. Это свидетельствует о том, что истинная причина дисфункции лежит глубже — в области неосознаваемых, транслируемых через поколения правил и сценариев [1]. К таким базовым конструктам относятся семейные мифы (разделяемые иллюзии о семье) и ригидные роли (застывшие модели поведения членов семьи), находящиеся в отношениях взаимного усиления [2].

Актуальность исследования обусловлена недостаточной методической проработанностью вопроса. Несмотря на обширную теоретическую базу, практикующий консультант часто не имеет четкого алгоритма, как за ограниченное число сессий перейти от поверхностного запроса к работе с этими глубинными структурами. Существующие техники разрознены по различным школам (структурной, трансгенерационной, нарративной), что затрудняет их оперативное применение.

Цель статьи — на основе теоретического анализа предложить и обосновать интегративную модель работы с семейными мифами и ригидными ролями, адаптированную для формата краткосрочного консультирования.

Основная часть

1. Симбиоз мифа и роли как объект вмешательства

Семейный миф и ригидная роль образуют устойчивую диадку, поддерживающую гомеостаз системы. Миф («мы — герои, все преодолевающие») создает нарративную основу, а роль («сильный», «жертва») является его поведенческой инсценировкой. Ригидность этого симбиоза блокирует адаптацию семьи к изменениям, а попытка выйти из роли воспринимается системой как угроза целостности мифа, вызывая сопротивление [3]. Таким образом, эффективное вмешательство должно быть направлено одновременно на оба компонента.

2. Ограничения классических подходов в краткосрочном формате

- Трансгенерационный подход (М. Боуэн) незаменим для понимания исторических корней, но работа только с генограммой может затянуть процесс, углубившись в прошлое.
- Структурный подход (С. Минухин) эффективен для быстрой реорганизации взаимодействий, но без работы со смыслами (мифами) изменения носят поверхностный характер.
- Нарративный подход (М. Уайт) блестяще экстернализирует проблему, но может нуждаться в более дирек-

тивных методах для закрепления новых поведенческих паттернов.

Вывод: в условиях ограниченного времени необходим стратегический синтез, где сила одного подхода компенсирует слабость другого.

3. Предлагаемая интегративная модель: этапы и техники

Модель включает три последовательных, но гибких этапа.

Этап 1. Диагностика и присоединение: «картографирование паттерна».

- Задача: совместно с семьей выявить и вербализовать актуальный миф и связанные с ним роли.

- Методы: генограмма для выявления трансгенерационных тем и повторяющихся сценариев. Циркулярное интервью для диагностики актуальных взаимодействий и различий в восприятии. Вопросы формулируются вокруг «семейных правил» и «историй, которые передаются из поколения в поколение».

- Результат: создается «карта» проблемы, где видна связь между историческим мифом и сегодняшними ролевыми диспозициями.

Этап 2. Осознание и экстернализация: «отделение проблемы от людей».

- Задача: перевести проблему из атрибута личности («я — неудачник») в категорию внешнего, воздействующего фактора.

- Методы: нарративная экстернализация. Консультант задает вопросы: «Как давно миф о необходимости все контролировать поселился в вашей семье? Как он заставляет вас, мама, играть роль «диспетчера», а вас, папа, — роль «пассивного исполнителя»?» Используется также рефрейминг для смягчения обвинений.

- Результат: снижение стигматизации и чувства вины, формирование альянса «семья против проблемы».

Этап 3. Экспериментирование и пересочинение: «создание новой истории».

- Задача: закрепить альтернативные, предпочитаемые способы взаимодействия.

- Методы: поиск уникальных эпизодов (моментов, когда миф терял силу). Поведенческие эксперименты и ролевые игры (например, обмен ролями в конфликтной ситуации). Пересочинение истории семьи с акцентом на эти эпизоды и ценности, которые за ними стоят.

- Результат: расширение ролевого репертуара членов семьи, создание конкурирующего, более адаптивного нарратива.

4. Кейс-иллюстрация применения модели

Эффективность предлагаемого поэтапного подхода может быть проиллюстрирована на примере работы с супружеской парой (Анна, 38 лет, и Игорь, 40 лет), обратившейся с запросом на хронические конфликты и чувство «отдаленности». В ходе первичной диагностики

(этап 1) с использованием генограммы и циркулярных вопросов («Когда вы чувствуете наибольшую отдаленность? Кто первым пытается ее сократить и как?») был выявлен скрытый семейный миф: «в нашей семье все должно быть идеально, а проблемы — признак слабости». Этот миф транслировался из родительской семьи Анны, где любое выражение трудностей считалось постыдным. Ролевая структура оказалась жестко фиксированной: Анна выступала в роли «ответственной за идеальность» (контролировала эмоции, избегала сложных тем), а Игорь — в роли «разочарованного наблюдателя» (отстранялся, так как его попытки искреннего разговора блокировались).

На этапе 2 работа была направлена на экстернализацию. Вместо обсуждения личных недостатков фокус сместился на «миф об идеальности». Были заданы вопросы: «Как этот миф заставляет вас, Анна, скрывать свои тревоги? Какие возможности для близости он отнимает у вас, Игорь?» Это позволило супругам объединиться против общей «проблемы», а не видеть в другом ее источник.

Этап 3 включал экспериментирование. Супругам было предложено спланировать и провести «неидеальный вечер» — время, когда можно сознательно отказаться от показного благополучия и поделиться одной мелкой трудностью или неудачей дня. Этот поведенческий эксперимент, изначально вызвавший тревогу, стал уникальным эпизодом. В ходе последующего пересочинения пара отметила, что именно в этот «неидеальный» момент они почувствовали подлинную близость и поддержку. Это положило начало формированию альтернативного нарратива: «наша сила — в искренности, а не в безупречности».

Данный случай демонстрирует, как предложенная модель позволяет за 5–7 сессий перейти от поверхностного конфликта к глубинной структуре, трансформировать ее и закрепить новый, более адаптивный паттерн взаимодействия.

Заключение

Представленная трехэтапная интегративная модель предлагает консультанту структурированный, но гибкий алгоритм для работы с устойчивыми семейными паттернами. Ее научная новизна заключается в последовательном синтезе диагностического инструментария трансгенерационного подхода, смыслообразующих техник нарративной практики и методов поведенческого экспериментирования структурной терапии.

Практическая значимость модели состоит в том, что она:

1. Позволяет эффективно использовать ограниченное время консультирования, двигаясь по четкому маршруту.
2. Снижает сопротивление за счет уважительной экстернализации и работы с ресурсами.

3. Дает консультанту понятный инструментарий, адаптируемый под специфику каждой семьи.

Дальнейшие исследования могут быть направлены на эмпирическую апробацию эффективности данной модели в реальных условиях консультативного центра.

Литература:

1. Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкис ; Э. Эйдемиллер, В. Юстицкис. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва [и др.] : Питер, 2008. — 668 с. — (Мастера психологии). — ISBN 978-5-91180-838-9. — EDN QXSUOX.
2. Ferreira, A. J. Family Myth and Homeostasis // Archives of General Psychiatry. — 1963. — Vol. 9, No. 5. — P. 457–463. — DOI: 10.1001/archpsyc.1963.01720170031005. URL: <https://jamanetwork.com/journals/jamapsychiatry/article-abstract/488080>
3. Черников, А. В. Интегративная модель системной семейной психотерапевтической диагностики. — М.: Независимая фирма «Класс», 1997. — 208 с. — (Библиотека психологии и психотерапии). ISBN 5-86375-133-9.
4. Уайт, М. Карты нарративной практики : введение в нарративную терапию / М. Уайт ; Майкл Уайт ; [пер. с англ. Д. Кутузовой]. — Москва : Генезис, 2010. — (Расширение горизонтов). — ISBN 978-5-98563-229-3. — EDN QYBEMR.
5. Минухин, С. Техники семейной терапии / С. Минухин, Ч. Фишман ; Сальвадор Минухин, Чарльз Фишман; пер. с англ. А. Д. Иорданского. — Москва : Класс, 2006. — (Библиотека психологии и психотерапии). — EDN QXOZZB.
6. Боуэн М. Теория семейных систем Мюррея Боуэна : основные понятия, методы и клиническая практика / под ред. К. Бейкер, А. Я. Варги ; [пер. с англ. под общ. ред. В. И. Белопольского]. — 2-е изд., стер. — М. : Когито-Центр, 2008. — 494 с. — ISBN 978-5-89353-243-2.

Понятие асертивности подростков

Третьяк Лидия Сергеевна, студент магистратуры
Новосибирский государственный педагогический университет

Статья посвящена исследованию навыка асертивного поведения у подростков. Рассматриваются теоретические подходы к определению асертивности в данный период взросления, выделяются ключевые характеристики и факторы, влияющие на ее развитие. Предложены рекомендации для педагогов по использованию тренингов и ролевых занятий для развития данного навыка. Статья предназначена для широкого круга читателей, заинтересованных в вопросах психологии развития, воспитания и образования молодежи.

Ключевые слова: асертивность, тренинг, уверенность, подростковый возраст, эмпатия, саморегуляция, самовыражение.

Подростковый возраст — это период взросления человека, который наиболее сильно влияет на его будущее. Особенности протекания социальной адаптации, опыт применения навыков общения, окружающие социальные явления оказывают комплексное влияние на формирование поведенческих навыков подростка, а значит и на самостоятельную жизнь во взрослом возрасте. В современном обществе подростки находятся в окружении обширного и разнообразного информационного поля, им становится трудно отделять положительно влияющие примеры поведения от отрицательных. Также подростки воспринимают смену социальных норм в одном обществе, например, иностранные реалии или привычки, как норму в своем обществе. Им сложно осознавать разнообразие поведенческих моделей в мире и разных культурах [3, с. 2].

Однако, именно в этом возрасте формируется представление человека о себе, своем положении в обществе, мире, складываются устойчивые моральные принципы и ценности. Ребенок ищет свое место в школьном и дружеском коллективах, учится строить отношения самостоятельно. Получив негативный опыт общения в под-

ростковом возрасте, индивид очень часто сталкивается с проблемой коммуникации во взрослом возрасте, так как данный опыт оказывает негативное влияние на формирование уверенности, что может стать причиной социальной дезадаптации или девиациям в будущем [1, с. 3]

Поэтому, в настоящее время, школьные психологи и педагоги получают государственный заказ на формирование навыков уверенного или асертивного поведения школьников.

Особую роль в формировании поведенческих навыков имеет теория социального научения Альберта Бандуры, согласно которой поведение человека обусловлено взаимным влиянием когнитивных, поведенческих и средовых факторов. В основе теории лежит процесс моделирования поведения в результате наблюдения за моделью поведения референтного человека или группы людей. Человек подражает поведению личностно значимого индивида, саморегулирует и рефлексировывает свое поведение, однако такой положительный отклик научения возникает только при наличии мотивации личности. Если человек удовлетворен результатами своей познавательной дея-

тельности, то он совершенствует свои навыки саморегуляции [2, с. 152].

Стоит отметить, что в отличие от классических бихевиористических подходов, теория Альберта Бандуры уделяет больше внимания когнитивным процессам: мышлению, ожиданию и самооценке [7, с.66].

Таким образом, при развитии навыков асертивного поведения на основе теории научения, можно определить основные этапы формирования поведенческих навыков: наблюдение, моделирование, саморегуляция в ситуации взаимодействия. Помимо этого, стоит учитывать структуру асертивности, состоящую из трех компонентов: когнитивно-смыслового, аффективного или эмоционального и поведенческого [6, с.39].

Когнитивно-смысловой компонент асертивности — это способность адекватно оценивать ситуацию, рационально выбирать способы действия и конструктивно выходить из проблемных ситуаций. Это определение своего Я на основе осознания ценностей и смыслов жизни [8, с. 127–130].

Аффективный компонент асертивности — это эмпатическое принятие себя, доверие к себе и уверенность. Также подразумевает принятие особенностей другого человека и стремление к благополучию и безопасности других людей [8, с. 127–130].

Поведенческий компонент асертивности — это навык человека уверенно, с достоинством стоять на своем, не оскорбляя и не ущемляя права других. Он проявляется в независимости и мягкой настойчивости [8, с. 127–130].

Любая деятельность, направленная на формирование навыка асертивного поведения направлена на расширение сознания, саморегуляции и самосознания индивида в когнитивной, поведенческой и аффективной сферах и должна воздействовать на все структуры асертивности.

Таким образом, основная цель методов и приемов по формированию навыка асертивного поведения — это создание комфортных условий для формирования адекватных представлений о себе и своем окружении, при освоении новых конструктивных поведенческих моделей.

При реализации занятий следует придерживаться следующих принципов:

- гуманистичности (ценностное отношение к окружающим, к себе);
- осознанности (рефлексия собственного поведения, реализация приобретенных качеств на практике общения) [5, с.15].

При организации занятий по формированию навыков асертивного поведения у подростков необходимо заранее реализовать следующие шаги:

- оценить уровень личностных и индивидуальных особенностей подростков;
- составить или подобрать упражнения, исходя из индивидуальных особенностей;
- создать атмосферу доверительного общения, чтобы максимально способствовать развитию личности [1, с.5].

При проведении занятий в группах и мини-групповом формате необходимо придерживаться личностно-раз-

вивающей стратегии, предполагающей преобразование негативных проявлений мотивационных, интеллектуальных, аффективных, поведенческих структур личности [2, с.89].

Наиболее эффективной формой работы при развитии асертивного поведения, считается проведение групповых тренинговых занятий, так как лучше всего индивид развивается в группе, в которой каждый участник включается в ролевой опыт интенсивного общения, направленный на решение разных социальных или психологических проблем.

Занятия тренинга позволяют участникам формировать навык уверенного поведения на практике, развивать способность прямо и открыто говорить о своих целях и сохранять доверительные или партнерские отношения с окружающими.

Структура тренинга подразумевает упражнения по развитию настойчивости, коммуникации, эмоциональной устойчивости и толерантности, а также эмпатии и подкреплению ценностных ориентаций человека [3, с. 6].

В качестве ключевых положений процесса формирования навыков асертивного поведения выделяются следующие права человека:

- судить о своем поведении, мыслях и эмоциях, нести ответственность за последствия их проявления;
- устанавливать разнообразные контакты с окружающими людьми;
- осознанно критиковать поведение и взгляды других;
- открыто обращать внимание на себя, на собственные цели и интересы;
- менять свое мнение и взгляды на основе анализа ситуации, рефлексии своего поведения;
- совершать ошибки и отвечать за них;
- сказать: «Я не знаю»;
- не зависеть от доброй воли других людей;
- на нелогичные решения;
- сказать: «Я тебя не понимаю».

Изменение поведения подростка с ориентацией на позитивное проявление асертивности может происходить в том случае, если меняется восприятие и осознание участником самого себя, своих ценностных ориентаций (поскольку человек ведет себя в соответствии с Я-концепцией, т. е. со своими представлениями о себе) [4, с.270].

На практике в процессе развития асертивного поведения могут использоваться поведенческие упражнения, ролевые игры, упражнения для саморегуляции и саморефлексии (в качестве домашнего задания), дискуссии, игровые методы, психогимнастика.

Особое внимание при проведении тренинга на асертивность стоит уделить следующим принципам:

- обучение «здесь и сейчас» или обсуждение психологической реальности конкретного человека в настоящее время;
- персонификация высказываний или отказ от безличных суждений, использование Я-фраз и Я-суждений;
- акцентирование чувств или уделение внимания эмоциональной составляющей участников тренинга, об-

суждение их ощущений и того, как они выражают их с помощью речи;

- активности или поддержание активного участия каждого участника тренинга, совместный анализ деятельности;
- доверительного общения или создание искренней рабочей атмосферы и открытой обратной связи;
- конфиденциальности или уважения к личным тайнам и переживаниям участников тренинга [1, с.10].

Выбор практического метода или совокупности методов зависит от личностных возможностей тренера, целей деятельности, опыта специалиста и потенциала участников тренинга (возрастных и психологических особенностей). При подготовке к тренингу специалисту стоит помнить, что он взаимодействует с гибкими живыми людьми, и процесс реализации во многом зависит от его собственной психологической организации.

Литература:

1. Горелова Е. Н. Программа тренингового курса по развитию асертивности подростков «Я успешен, потому что я асертивен», Еврапотория, 2021.
2. Грецов А. Г. Психологические тренинги с подростками. СПб.: Питер, 2022. 368 с.
3. Кохановская И. А. Социально — психологический тренинг как активный метод практической психологии [Электронный источник] // Скиф. Вопросы студенческой науки. 2021. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskii-trening-kak-aktivnyy-metod-prakticheskoy-psihologii> (дата обращения: 24.01.2024).
4. Рыжова С. В. Некоторые аспекты национального самосознания русских в республиках Российской Федерации (по материалам эмпирического исследования) // Суверенитет и этническое самосознание идеология практик. М.: 1995. С. 267–282.
5. Столярова Е. В., Федотова М. Г., Дмитриева А. Г. Обучение навыкам асертивности на уроках иностранного языка в сфере делового и профессионального общения [Электронный источник] // Концепт. 2017. № 12. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obuchenie-navyam-assertivnosti-na-urokah-inostrannogo-yazyka-v-sfere-delovogo-i-professionalnogo-obscheniya> (дата обращения: 14.03.2025).
6. Хухлаев О. Е., Ткаченко Н. В. Отношение российских учителей к культурному разнообразию в сложных педагогических ситуациях: опыт качественного анализа // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2021. Т. 10, № 1(37). С. 33–44. DOI: 10.18500/2304-9790-2021-10-1-33-44.
7. Шарафулин М. М. Межнациональные конфликты: причины, типология, пути решения [Электронный источник] // Известия Уральского государственного университета. 2006. № 45. С. 64–73. URL: <http://elar.urfu.ru/handle/10995/23112> (дата обращения: 24.07.2024).
8. Шейнов В. П. Асертивное поведение: оценки и свойства [Электронный источник] // Российский психологический журнал. 2014. № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/assertivnoe-povedenie-otsenki-i-svoystva> (дата обращения: 18.01.2025).

Сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся в организациях среднего профессионального образования

Федотов Александр Вячеславович, студент магистратуры
Челябинский государственный университет

В статье рассматривается проблема сохранения и укрепления психологического здоровья студентов среднего профессионального образования в условиях возрастания социальных, учебных и профессиональных нагрузок. Показано влияние стрессогенных факторов учебной среды, высокой конкуренции, а также неопределенности профессионального будущего на эмоциональное состояние обучающихся колледжа. Проведен анализ основных рисков, которые препятствуют здоровому психологическому состоянию, и выделены эффективные педагогические и психолого-педагогические технологии поддержки. Сделаны выводы о необходимости применения системного подхода к формированию культуры психологического здоровья в организациях среднего профессионального образования.

Ключевые слова: психологическое здоровье, среднее профессиональное образование, студенты колледжа, тревожность, эмоциональное выгорание, адаптация, психолого-педагогическая поддержка, образовательная среда, профилактика.

Введение. На сегодняшний день современное общество характеризуется достаточно высокой динамичностью, нестабильностью, а также постоянными изме-

нениями в социально-экономической сфере. Данные процессы особенно сильно отражаются на обучающихся в системе среднего профессионального образования. Сту-

денты колледжей, как правило, находятся в периоде активного личностного и профессионального становления, что делает их особенно чувствительными к всевозможным стрессовым факторам и эмоциональному выгоранию.

Психологическое здоровье обучающихся среднего профессионального образования является важным условием социальной интеграции, успешного обучения и профессиональной адаптации. В условиях реформирования системы образования и роста требований к выпускникам существенно возрастает роль образовательных организаций в создании безопасной и поддерживающей учебной среды

Психологическое здоровье рассматривается как состояние эмоциональной стабильности, внутреннего спокойствия и способности человека к адаптации и саморегуляции в окружающем мире [1].

Для обучающихся в средних профессиональных учебных заведениях психологическое здоровье проявляется в:

- умении справляться со стрессовыми ситуациями;
- умении контролировать свои эмоции;
- способности выстраивать отношения с окружающими людьми;
- позитивном отношении к себе и обучению;
- мотивации к дальнейшему профессиональному росту.

Исходя из всего вышеизложенного, можно сказать, что психологическое здоровье характеризуется не только отсутствием психических нарушений, но и наличием ресурсов для развития и дальнейшей самореализации.

Факторы риска в образовательной среде среднего профессионального образования

На сегодняшний день студенты сталкиваются с рядом стрессогенных факторов:

- достаточно высокая учебная нагрузка;
- совмещение учебной деятельности и работы;
- страх потерпеть неудачу с последующей профессиональной несостоятельностью;
- конфликты со сверстниками;
- непонимание со стороны членов семьи;
- трудности в адаптации [2].

Как правило, данные факторы могут привести к тревожным расстройствам, снижению мотивации, эмоциональному истощению.

Литература:

1. Братусь Б. С. Психология личности. — М.: Академия, 2020. — 320 с.
2. Реан. А. А. Психология личности в образовании. — СПб.: Питер, 2019. — 368 с.
3. Куликова Т. А. Психолого-педагогическая поддержка обучающихся СПО // Педагогика. — 2022. № 6. — С. 32–39.
4. Асмолов А. Г. Психология современного образования. — М.: Смысл, 2020. — 256 с.
5. Дубровина И. В. Психологическое здоровье школьников и студентов. — Просвещение, 2021. — 256 с.

Положительное и отрицательное влияние образовательной среды

К положительным факторам стоит отнести:

- поддержка со стороны педагогических работников;
- участие в каких-либо проектах;
- развитие профессиональных навыков;
- работа в коллективе.

Отрицательные факторы:

- достаточно повышенная тревожность;
- межличностные противоречия;
- страх совершить ошибку;
- эмоциональное выгорание.

Роль педагогов и психологов

При формировании культуры психологического здоровья особая роль отводится педагогическому коллективу образовательного учреждения [3].

Педагогические работники колледжа должны создавать атмосферу доверия. Во время проведения занятий должны использоваться личностно-ориентированные технологии обучения. При возникновении различного рода кризисных ситуаций студентам должна быть оказана всяческая поддержка. Необходимо развивать у обучающихся навыки саморегуляции.

Психологами же учебных заведений должны проводиться тренинги, индивидуальные консультации, различного рода профилактические программы и анкетирование [4]. К наиболее результативным формам работы можно отнести тренинги личностного роста, групповые дискуссии, проектную и волонтерскую деятельность, арт-терапию [5].

Выводы. Таким образом, можно сказать, что сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся среднего профессионального образования является важнейшей задачей современной системы образования. Лишь комплексный подход, который включает в себя педагогическую поддержку, создание благоприятной образовательной среды и психологическое сопровождение позволяет сформировать сильную, профессионально успешную и социально активную личность.

Сексуальные дисфункции как фактор нарушения партнерского взаимодействия и объект психологического консультирования

Чекунова Алла Абдрашитовна, студент магистратуры

Научный руководитель: Кроповнический Олег Владимирович, кандидат психологических наук
Тольяттинский государственный университет (Самарская область)

В статье автор исследует проблемы взаимодействия партнеров при наличии сексуальных дисфункций. Предлагается конструктивный подход к их диагностике и коррекции в рамках психологического консультирования. В качестве исходной единицы анализа психологического содержания межличностного взаимодействия рассматриваются коммуникативные и эмоциональные реакции партнеров, а операциональными механизмами выступают стратегии совместного решения интимных и эмоциональных проблем. Приводится авторская классификация факторов, влияющих на сексуальное и эмоциональное функционирование пары. Рассматриваются конкретные методы психологического консультирования и коррекции сексуальных дисфункций в рамках авторской практико-ориентированной модели работы с парами. Данный подход представляет собой интеграцию когнитивно-поведенческой и системной концепций в анализе и коррекции межличностных нарушений.

Ключевые слова: сексуальные дисфункции, психологическое консультирование, партнерские отношения, интимная коммуникация, межличностные конфликты, психокоррекция, эмоциональная близость, супружеская терапия, сексуальная дисгармония, стратегии взаимодействия.

В современной клинко-психологической практике помощь людям с нарушениями в интимной сфере часто оказывается разрозненно: врачи концентрируются преимущественно на соматических механизмах и гормональных или сосудистых факторах, тогда как психологические службы акцентируют внимание на личностной тревоге, установках, переживаемом стрессе [2, с. 320]. Контекст совместной жизни, специфика коммуникации между партнёрами, распределение ответственности за сексуальный контакт и влияние семейных сценариев нередко остаются неосвещёнными. Такое рассогласование профессиональных усилий затрудняет достижение устойчивых изменений, растягивает терапевтический процесс и усиливает у клиентов переживание хронического неуспеха, стыда и одиночества перед лицом проблемы.

Интимная сфера выступает одним из ключевых ресурсов эмоциональной устойчивости, влияя на ощущение психологической безопасности, самоуважение и уровень доверия в парном союзе. Нарушения сексуальной функции имеют сложную природу, формируются под воздействием биологических, психических и социальных условий и встречаются у значительного числа мужчин и женщин. Клиническая картина может включать снижение влечения, эректильные трудности, болевые ощущения во время коитуса, вагинизм, затруднённое достижение оргазма, что придаёт проблеме многоуровневый характер и требует комплексного междисциплинарного подхода. Для партнёрского взаимодействия такие расстройства нередко означают рост эмоциональной дистанции, накопление невысказанных претензий, снижение удовлетворённости браком и риск супружеской дисгармонии или разрыва союза, что подчёркивает особую научную и практическую значимость целостного изучения данной сферы.

Анализ научной литературы показывает, что проблематика сексуальных дисфункций и их связи с динамикой

супружеских и партнёрских отношений занимает устойчивое место как в отечественных, так и в зарубежных исследованиях. Большинство современных авторов сходятся во мнении, что интимная сфера не может рассматриваться изолированно от более широкой системы межличностных взаимодействий, жизненного контекста и индивидуально-личностных особенностей партнёров. Сексуальное поведение включено в сложную сеть эмоциональных связей, ожиданий, норм и ролевых требований, что обуславливает многоуровневый характер как самих дисфункций, так и процессов их коррекции.

С этой точки зрения показательно утверждение В. А. Доморацкого, который рассматривает сексуальные нарушения не просто как медицинскую или глубоко психосексуальную проблему, а как своеобразный индикатор скрытых или недооценённых трудностей в системе отношений [2, с. 320]. По его наблюдениям, жалоба на снижение влечения, эректильные затруднения или болевые ощущения при половом акте часто маскирует более глубокие переживания: страх отвержения, хроническую неудовлетворённость эмоциональным климатом в паре, невыраженный гнев, внутренние конфликты, связанные с идентичностью, автономией или привязанностью. В этом смысле сексуальная дисфункция нередко выступает своеобразным «языком тела», через который бессознательно выражаются те проблемы, которые не находят адекватного вербального оформления в общении партнёров.

Продолжая эту линию, Е. А. Кащенко акцентирует внимание на том, что неблагоприятный фон для формирования сексуальных нарушений создаётся длительным дефицитом конструктивного диалога в паре [5, с. 256]. Недостаточное взаимопонимание, отсутствие навыков открытого обсуждения потребностей и ожиданий, избегание конфликтов или, напротив, склонность к их эс-

калации постепенно подтачивают чувство близости и доверия. Неотреагированные обиды и повторяющиеся ситуации фрустрации приводят к снижению общей удовлетворённости отношениями, формированию негативных когнитивных установок по отношению к партнёру и самому союзу. На этом фоне сексуальный контакт начинает ассоциироваться не с удовольствием и эмоциональной поддержкой, а с напряжением, тревогой, чувством долга или риском очередного разочарования, что закономерно усиливает или инициирует дисфункциональные проявления.

Особый вклад в понимание интимных трудностей как феномена семейной системы внёс П. Пэпп, представитель структурно-системного направления [8, с. 240]. В его концепции сексуальная сфера рассматривается как «зеркало» более общих закономерностей функционирования семьи. Интимные нарушения трактуются как способ поддержания определённого баланса в отношениях, пусть даже и патологического. Например, снижение сексуальной активности может неосознанно использоваться как форма дистанцирования при неразрешённом конфликте, а хроническая дисгармония в интимной жизни — как способ удержания партнёра в позиции «слабого» или «проблемного», вокруг которого выстраивается вся семейная организация. Парадокс заключается в том, что, принося страдание, симптом одновременно стабилизирует существующую структуру взаимодействий, делая её более предсказуемой и, в некотором смысле, «безопасной» для участников. Такой взгляд позволяет рассматривать сексуальные дисфункции не только как объект индивидуального лечения, но и как элемент семейной динамики, требующий системной переработки.

Важным аспектом теоретического анализа выступает вопрос классификации сексуальных нарушений. Традиционно, вслед за клинко-сексологическими подходами, выделяют три крупные группы: мужские, женские и общие дисфункции, встречающиеся у представителей обоих полов. У. Мастерс и В. Джонсон, чьи работы во многом заложили основы современной сексотерапии, подробно описали характерные клинические формы для каждой категории [7, с. 512]. К мужским нарушениям они относят, прежде всего, расстройства механизма эрекции, а также преждевременное и задержанное семяизвержение. Эти состояния сопровождаются выраженным переживанием несоответствия субъективным и социальным ожиданиям, страхом неудачи, что нередко формирует порочный круг тревоги и последующих сексуальных неудач.

В отношении женщин У. Мастерс и В. Джонсон выделяют диспареунию (болевые ощущения при половом акте), вагинизм (спастическое сокращение мышц тазового дна, препятствующее коитусу), аноргазмию (отсутствие оргазмической разрядки при сохранении иного спектра сексуальных реакций), а также различные формы снижения сексуального желания [7, с. 512]. Каждая из этих форм может иметь как преимущественно физиологические, так и преимущественно психогенные детерми-

нанты, однако на практике чаще наблюдаются смешанные варианты, где телесные и психологические механизмы тесно переплетены. Особую группу составляют общие нарушения, к которым исследователи относят снижение либидо и расстройства половой идентичности, затрагивающие как мужчин, так и женщин. Снижение влечения, по сути, отражает изменение мотивационного компонента сексуальности и может рассматриваться как маркер депрессивных состояний, хронического стресса, выгорания, а также серьёзных нарушений в системе отношений.

К. В. Сельченко обращает внимание на то, что клиническая картина редко определяется каким-либо одним фактором [9, с. 288]. Гораздо чаще речь идёт о сложных комбинациях биологических, психологических и семейно-социальных условий, которые во взаимодействии усиливают друг друга. Биологический уровень может включать гормональные колебания, соматические заболевания, последствия медикаментозной терапии, органические поражения нервной системы. Психологический пласт охватывает личностную тревожность, перфекционизм, сексуальные страхи, негативный опыт первых половых контактов, травматические события, связанные с насилием или унижением. Семейный и социокультурный контекст задаёт рамки допустимого поведения, формирует установки относительно сексуальности, сценарии гендерных ролей, отношение к телу и удовольствию.

В дискурсе К. В. Сельченка особое место отводится понятию «деструктивные семейные сценарии» [9, с. 288]. Под ними понимаются устойчивые, часто межпоколенно передающиеся модели, в которых сексуальность объявляется чем-то постыдным, опасным или подлежащим строгому контролю; проявление чувственности осуждается, а эмоциональная близость подменяется функциональным взаимодействием. В таких условиях формируется внутренний конфликт между потребностью в близости и запретом на её реализацию, что создаёт благоприятную почву для развития различных дисфункций. Ещё один тип сценариев связан с ролевой ригидностью: один из партнёров закрепляется в позиции «сильного» и «ответственного», другой — «зависимого» и «нуждающегося в опеке», при этом сексуальная сфера подстраивается под эти роли, часто за счёт аутентичности и взаимного удовольствия [7, с. 512].

Суммируя различные подходы, можно сказать, что современное понимание сексуальных дисфункций существенно выходит за рамки узко медицинской трактовки. Они рассматриваются как многомерный феномен, в котором отражаются особенности личности, история привязанностей, стиль коммуникации, распределение власти и ответственности в паре, а также влияние культурных и семейных норм. Это, в свою очередь, определяет необходимость комплексного консультативного и терапевтического подхода, сочетающего клинко-сексологическую диагностику, индивидуальную и парную психотерапию, а при необходимости — семейную работу, ориентированную на изменение дисфункциональных паттернов

взаимодействия [2, с. 320]. Такой интегративный взгляд позволяет не только облегчить симптомы, но и повысить качество отношений в целом, что рассматривается исследователями как ключевой критерий успешной помощи.

Причины сексуальных дисфункций имеют биопсихосоциальный характер. Эмоциональные блоки, страхи, чувство вины, тревога и депрессия выступают непосредственными психогенными детерминантами — на это обращают внимание Э. Г. Эйдемиллер и В. Юстицкис [12, с. 400]. Одновременно неверная информация о сексуальности, искажения телесного образа и низкая сексуальная грамотность усиливают проблему, что требует нормализации и просвещения в терапии, как отмечают Е. А. Кащенко и С. Т. Агарков. G.R. [5, с. 70–88], Weeks и N. Gambescia предлагают интегративную биопсихосоциальную парадигму, где биологические, психологические и социальные факторы рассматриваются во взаимодействии, что открывает возможности для комплексного консультирования пар [14, с. 432].

Психологическое консультирование при сексуальных дисфункциях ориентировано не только на устранение отдельных симптомов, но на комплексное улучшение качества жизни человека и его партнёра. Центральная цель работы — содействовать формированию такой интимной жизни, которая воспринимается обоими как безопасная, телесно и эмоционально удовлетворяющая, не сопровождающаяся стойким чувством напряжения, стыда или неуспеха. Важно, что консультирование направлено и на восстановление эмоциональной связи: нередко к специалисту обращаются уже тогда, когда снижение сексуальной активности сопровождается отчуждением, дефицитом тепла и взаимного интереса, а прошлые модели взаимодействия перестают приносить ощущение поддержки [1, с. 320]. В этом контексте терапевтическая цель включает не только перестройку сексуального поведения, но и углубление близости, развитие более гибких способов самовыражения и заботы о партнёре.

Содержательные задачи консультирования можно условно разделить на несколько блоков [11, с. 336]. Во-первых, просветительская работа: многие клиенты имеют искажённые или фрагментарные представления о нормах сексуального функционирования, фазах сексуального ответа, возрастных изменениях, влиянии стресса и заболеваний на либидо. Нормализация этих представлений снижает ненужное чувство дефектности, уменьшает тревогу ожидания неудачи и тем самым сама по себе создаёт более благоприятные условия для восстановления сексуальной реакции. Во-вторых, значимый пласт работы связан с выявлением и преодолением психологических барьеров — стыда, запретительных установок, страха оценки, негативного опыта, травматических эпизодов, конфликтов между личными и семейно-культурными ценностями. В-третьих, отдельным направлением выступает развитие коммуникативных навыков: партнёров учат проговаривать свои желания и границы, давать и принимать обратную связь, обсуждать неудачи

без обвинений и обесценивания. Именно этот компонент способствует возвращению доверия и эмоциональной безопасности, без которых любые поведенческие техники остаются малорезультативными. Наконец, консультирование включает целенаправленную работу с самими симптомами — изменением сценария сексуального контакта, тренировкой новых форм стимуляции, снижением избегания интимных ситуаций, формированием более гибкой и менее перфекционистской сексуальной роли.

Методологически эффективная помощь при сексуальных дисфункциях строится на интегративном подходе, объединяющем несколько теоретических и практических традиций. Когнитивно-поведенческая линия, развиваемая А. Беком и Дж. Беком, даёт инструменты для анализа и модификации дисфункциональных убеждений, связанных с собственным телом, привлекательностью, «нормальностью» сексуального поведения, ожиданиями от партнёра [1, с. 320]. На уровне практики это может включать выявление автоматических мыслей («я опять потерплю неудачу», «партнёр разочарован во мне»), их проверку на соответствие реальности и формирование более адаптивных интерпретаций. Коррекция когнитивных схем способствует снижению уровня тревоги и самокритики, а значит — уменьшает психогенное напряжение, которое прерывает или блокирует физиологические компоненты сексуальной реакции. Поведенческий компонент дополняет этот процесс через поэтапное освоение новых паттернов поведения: постепенное расширение спектра допустимых форм близости, тренинг навыков релаксации, управление вниманием во время сексуального контакта, выработку альтернативы автоматическому избеганию.

Эмоционально-фокусированная терапия S. M. Johnson накладывает на этот процесс важный акцент на сфере привязанности [13, с. 368]. С точки зрения этого подхода, многие сексуальные трудности коренятся в нарушениях эмоциональной доступности партнёров друг для друга: когда один из них переживает другого как критикующего, отстранённого или непредсказуемого, сексуальное влечение снижается или приобретает тревожно-конфликтный оттенок. Задача консультанта — помочь паре распознать и изменить негативные циклы взаимодействия, в которых один отстраняется, а другой усиливает давление или критику; перевести эти паттерны в более мягкие формы обращения за поддержкой и её предоставления. Через переосмысление уязвимости, обучение открытым высказываниям о страхах и потребностях формируется более надёжная эмоциональная связь. На этом фоне интимная близость постепенно перестаёт восприниматься как зона риска и контроля и может снова стать пространством игры, удовольствия и совместного исследования.

Системный взгляд, представленный, в частности, П. Пэппом и Э. Г. Эйдемиллером, позволяет специалисту увидеть сексуальную дисфункцию не как индивидуальный «недостаток», а как элемент общей структуры се-

мейной жизни [8, с. 240]. С этой позиции важно понять, какую функцию выполняет симптом внутри семейной системы: снижает ли он конфликтность за счёт уменьшения контактов, помогает ли избегать обсуждения болезненных тем, закрепляет ли иерархию ролей или распределение власти в паре. Анализируется, как организован быт, как принимаются решения, как партнёры справляются с внешними стрессами, какова степень автономии и сплочённости. В рамках консультирования могут пересматриваться жёсткие роли («всегда инициативный» и «всегда пассивный» партнёр), меняются модели коммуникации (от обвинений и сарказма к «я-высказываниям» и конструктивному диалогу), обсуждаются границы между супружеской и родительской подсистемами [13, с. 368]. Изменение системных параметров часто приводит к спонтанному ослаблению сексуальных симптомов, поскольку исчезает необходимость поддерживать прежнюю дисфункциональную равновесность.

Особое место в работе с сексуальными нарушениями занимают телесно-ориентированные и поведенческие методики, исторически разработанные У. Мастерсом и В. Джонсоном. Их сенситивные упражнения строятся по принципу градуированного экспонирования к телесной близости: партнёрам предлагаются структурированные задания, начинающиеся с негенитальных форм прикосновения и постепенно переходящие к более интимным взаимодействиям. Ключевой акцент делается на переживании ощущений «здесь и сейчас», отказе от жёстких ожиданий «результата» (например, обязательного оргазма или поддержания эрекции), развитии способности получать и давать обратную связь о приятных и неприятных ощущениях. Такая последовательная работа помогает снизить страх сексуальной неудачи, уменьшить давление перформативных установок, вернуть интерес к телесному контакту как к источнику удовольствия и близости, а не только «проверки» собственной состоятельности [9, с. 288]. В сочетании с когнитивной переработкой убеждений и реструктурированием эмоциональной связи эти практики формируют основу для устойчивых позитивных изменений в интимной жизни пары.

Исходя из теоретических положений и эмпирических наблюдений, предлагается авторская интегративная модель психологического консультирования пар при сексуальных дисфункциях, включающая семь ключевых этапов. Диагностический этап предполагает комплексную оценку сексуальной, эмоциональной и коммуникативной сфер с использованием анамнеза, опросников и структурированного интервью, что позволяет дифференцировать психогенные и смежные факторы, как рекомендуют К. В. Сельченко и практики сексологии [9, с. 288]. Психообразовательный этап обеспечивает информирование о физиологии сексуальности, возрастных изменениях и вариативности сексуального поведения, развенчание мифов и коррекцию искажённых представлений в соответствии с рекомендациями Е. А. Кашенко и С. Т. Агаркова [5, с. 70–88]. Коррекция когнитивно-эмо-

циональных барьеров осуществляется через работу с тревогой, чувством вины и негативными убеждениями, релаксацию и техники снижения тревожности по методам А. Бека и Дж. Бека [1, с. 320]. Тренировка коммуникативных навыков направлена на обучение партнёров открытой беседе о потребностях, границах и желаниях, а также моделирование конструктивного разрешения конфликтов в духе системного подхода П. Пэппа [8, с. 240]. Телесно-ориентированная и поведенческая терапия предполагает пошаговые упражнения по восстановлению интимной близости, сенситивные практики и постепенную экспозицию интимных контактов по методике У. Мастерса и В. Джонсона и подходам К. В. Шелыгина и Е. П. Тахтаровой [7, с. 512]. Работа с привязанностью и эмоциональной доступностью осуществляется через эмоционально-фокусированные интервенции S. M. Johnson для восстановления доверия и глубокой эмоциональной связи [13, с. 368]. Этап закрепления и оценки эффективности включает мониторинг изменений, коррекцию плана и долгосрочное сопровождение, с ориентирами на улучшение качества коммуникации, снижение симптоматики дисфункции и рост субъективной удовлетворённости жизнью и интимными отношениями.

Каждый этап модели предполагает подбор конкретных техник и домашних заданий с учётом индивидуальной динамики пары. В. А. Доморацкий указывает на важность гибкости и ступенчатости вмешательства: резкие «технические» методики без предварительной работы с эмоциональной сферой часто оказываются неэффективными [2, с. 320]. Аналогично, П. Пэпп подчёркивает необходимость учитывать семейный контекст и сценарные позиции партнёров при выборе интервенций [8, с. 240]. Ожидаемые результаты применения интегративной модели включают снижение уровня симптомов сексуальных дисфункций, улучшение качества интимной коммуникации, восстановление эмоциональной близости и повышение общей удовлетворённости отношениями. Комплексная терапевтическая работа, объединяющая просвещение, когнитивную переработку, коммуникативные тренинги и телесные практики, позволяет работать не только с симптомом, но и с поддерживающими его структурами, что подтверждается исследованиями и практическими отчётами специалистов в области сексологии и семейной терапии, таких как Е. А. Кашенко. [5, с. 70–88], К. В. Сельченко. [9, с. 288], и G. R. Weeks [14, с. 432].

В своих исследованиях авторы выделяют основные виды сексуальных дисфункций, их проявления у мужчин и женщин, а также ключевые психосоциальные факторы, влияющие на их возникновение и поддержание.

Классификация и основные проявления сексуальных дисфункций у мужчин и женщин

Тип дисфункции

Примеры проявлений

Основные психосоциальные факторы

Мужские

- Эректильная дисфункция, преждевременное семяизвержение, задержка эякуляции
- Тревога, стресс, депрессия, проблемы коммуникации с партнёром, низкая сексуальная грамотность

Женские

- Диспареуния, вагинизм, аноргазмия, снижение сексуального желания
- Страх, чувство вины, психологические травмы, недостаток взаимопонимания в паре, телесные и эмоциональные блоки

Общие/партнёрские

- Снижение либидо у одного или обоих партнёров, снижение удовлетворённости отношениями
- Накопленные конфликты, дефицит эмоциональной близости, искажения телесного образа, низкая сексуальная грамотность

Авторская образовательная модель интегративного консультирования пар с нарушениями интимной сферы строится как последовательная система шагов, обеспечивающая как теоретическую подготовку специалистов, так и отработку практических навыков. Центральная идея технологии — обучать будущих консультантов видеть проблематику половой жизни не изолированно, а в широком контексте телесных, эмоциональных и социальных влияний [6, с. 224]. Каждый блок программы подбирается так, чтобы у слушателей формировалось целостное представление о том, каким образом биология, личностные особенности, семейная история и культурные нормы переплетаются и отражаются на близости партнёров. Тем самым образовательный процесс моделирует будущую консультативную практику: от первичного запроса и углублённого анализа до планирования и реализации комплексного вмешательства.

Начальным звеном выступает диагностическая работа, которой в технологической схеме отводится ключевая роль. Обучающиеся осваивают алгоритм проведения клинико-психологического интервью с двумя участниками союза, учатся задавать вопросы о соматическом состоянии, истории отношений, характере жалоб и их динамике во времени. Практикуется использование стандартизированных опросников, шкал для оценки удовлетворённости браком, уровня тревоги, депрессии, особенностей половой функции. Отдельный модуль посвящён анализу анамнеза: рассматриваются ранний опыт привязанности, семейные сценарии, примеры родительских моделей брака и сексуальности, эпизоды травмирующих событий. Такая многоуровневая диагностика позволяет не только зафиксировать симптоматику, но и выстроить карту основных детерминант, которые поддерживают нарушения и влияют на взаимодействие супругов [12, с. 400].

Следующий блок образовательной технологии связан с психопросветительской работой, которая рассматривается не как формальное информирование, а как терапевтический ресурс. В рамках подготовки специалисты осваивают способы доступного и при этом научно обоснованного объяснения физиологических механизмов полового ответа, возрастных особенностей, влияния гормональных изменений и хронического стресса на либидо. На семинарах анализируются типичные мифы и стереотипы о сексуальности, выявленные в исследованиях Е. А. Кащенко и С. Т. Агаркова, обсуждаются стратегии их мягкой коррекции в беседе с клиентами. Будущих консультантов обучают тому, как нормализовать широкий спектр вариаций сексуального поведения, не навязывая собственных ценностей и одновременно защищая партнёров от самостигматизации. Просветительские модули включают разработку раздаточных материалов, микро-лекций и метафорических объяснений, которые затем используются в реальной практике.

Третий крупный компонент технологии нацелен на работу с когнитивно-эмоциональными барьерами. В образовательную программу интегрированы элементы когнитивно-поведенческой терапии: студенты учатся выявлять автоматические мысли, касающиеся телесной привлекательности, «нормальности» сексуальной функции, ожиданий от себя и партнёра. На практических занятиях отработываются навыки когнитивной реструктуризации: составление таблиц «мысль — эмоция — поведение», поиск альтернативных интерпретаций, проверка катастрофических прогнозов. Особое внимание уделяется переживаниям вины, стыда, страха несоответствия, которые часто сопровождают длительные нарушения интимной жизни. Участники образовательной программы тренируются проводить упражнения по снижению тревожности, обучать клиентов техникам релаксации и саморегуляции перед интимным контактом. Параллельно обсуждаются этические аспекты работы с чувствительными темами и возможности использования домашнего задания как инструмента закрепления новых когнитивных и эмоциональных паттернов.

Одновременно с коррекцией внутреннего эмоционального фона в учебный процесс включён блок, направленный на развитие у консультантов компетенций в области тренинга коммуникации для пар. В рамках этого блока отработываются форматы сессий, в которых супруги учатся описывать собственные потребности без обвинений, формулировать границы, говорить о неудовлетворённости и желаниях в безопасной форме. Используются техники активного слушания, «я-высказываний», перефразирования и валидации чувств партнёра. Моделируются типичные конфликтные сцены, связанные с различиями в сексуальных сценариях, частоте контактов, предпочтениях, и демонстрируются варианты конструктивного диалога [13, с. 368]. Таким образом, консультант осваивает способность не только исследовать глубинные причины кризиса, но и обучать пару новым способам общения, способствующим восстановлению эмоциональной близости.

Отдельное направление образовательной технологии связано с телесно-ориентированной и поведенческой работой. Здесь специалисты знакомятся с сенситивными упражнениями, принципами поэтапной экспозиции к телесному контакту, подходами к изменению сценария интимного взаимодействия. Практика строится на разборе классических протоколов, восходящих к работам Мастерс У., Джонсон В. и их адаптации к современным запросам. Обсуждается, как структурировать задания для партнёров, как формулировать инструкции без давления на «результат», каким образом отслеживать готовность пары переходить к более интимным этапам [7, с. 512]. Значимое внимание уделяется навыкам обратной связи: консультант учится обсуждать домашние упражнения, поддерживать мотивацию, перерабатывать возникающие трудности, не усиливая чувство неуспеха у участников.

Завершающее методическое направление касается работы с привязанностью и эмоциональной доступностью, что особенно важно при длительной истории сексуальных неудач. В образовательную программу включены элементы эмоционально-фокусированной терапии: анализ негативных циклов взаимодействия, изучение стратегий защиты (отстранение, обвинение, уход в симптом), обучение мягкому выражению уязвимости. Обучающиеся осваивают приёмы, с помощью которых можно помочь партнёрам увидеть за сексуальным конфликтом глубинные страхи утраты, отвержения или незначимости. Через ролевые игры и разбор клинических случаев демонстрируется, как укрепление чувства безопасности в паре способствует уменьшению напряжения вокруг интимных тем. Таким образом, консультант, подготовленный в рамках авторской технологии, мыслит не только в категориях симптома, но и в логике отношений, опирающихся на надёжную эмоциональную связь.

Интеграция всех перечисленных компонентов в единую образовательную систему позволяет формировать у специалистов многомерное профессиональное мышление. Они учатся выстраивать поэтапные планы работы с учётом структуры запроса, тяжести нарушений, длительности проблем и ресурсов пары, гибко комби-

нируя диагностические, просветительские, когнитивно-поведенческие, коммуникативные и телесно-ориентированные методы. Такой подход повышает качество консультативной помощи, делает её более адресной и научно обоснованной, а также способствует профилактике профессионального выгорания за счёт ясности ролей и этапов вмешательства.

В авторской технологии особое внимание уделяется закреплению результатов и мониторингу эффективности, что позволяет корректировать вмешательство в соответствии с динамикой пары. Такой подход способствует не только снижению симптомов сексуальных дисфункций, но и восстановлению гармоничного взаимодействия, повышению удовлетворённости отношениями и улучшению общего психологического благополучия. Интеграция просветительских, когнитивных, коммуникативных и телесно-ориентированных методов создаёт условия для комплексного воздействия, способного работать одновременно с симптомами, эмоциональными барьерами и поддерживающими их структурами, что подтверждается концепциями G. R. Weeks. [14, с. 432], П. Пэппа. [8, с. 240], В. А. Доморацкого и других специалистов в области сексологии и семейной терапии [2, с. 320].

В заключение отметим, что предложенная авторская образовательная технология интегративного консультирования пар при сексуальных дисфункциях представляет собой многоуровневую систему, направленную на восстановление интимной и эмоциональной гармонии в паре. Она сочетает научно обоснованные методы диагностики, психообразования, когнитивно-поведенческой коррекции, тренинга коммуникации и телесно-ориентированных практик, что делает её эффективным инструментом подготовки специалистов в области психологического консультирования и сексологии. Такая системная модель позволяет преодолевать ограничения узкоспециализированных подходов, обеспечивая комплексную помощь, способствующую укреплению партнёрских отношений, повышению эмоционального благополучия и удовлетворённости жизнью, что делает её актуальной для современного психолого-педагогического контекста.

Литература:

1. Бек А., Бек Дж. Когнитивная терапия пар. Санкт-Петербург: Питер, 2022. 320 с.
2. Доморацкий В. А. Психотерапия сексуальных дисфункций и супружеских дисгармоний. М.: Психотерапия, 2025. 320 с.
3. Ж. В., Семёнова. Системная семейная психотерапия в работе с сексуальными нарушениями // Современные научные исследования и инновации. 2014. № 8. Ч. 2.
4. Кащенко Е. А. Теория и практика психологического консультирования в сексологии. М.: Академический проект, 2010. 256 с.
5. Кащенко Е. А., Агарков С. Т. Тривиумальная модель сексуального здоровья: интегративный подход // Консультативная психология и психотерапия. 2019. № 4. С. 70–88.
6. Кратохвил С. Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний. М.: Медицина, 1991. 224 с.
7. Мастерс У., Джонсон В. Основы сексологии. М.: Медицина, 2005. 512 с.
8. Пэпп П. Семейная терапия и её парадоксы. М.: Независимая фирма «Класс», 1998. 240 с.
9. Сельченко К. В. Психосексология. Хрестоматия. М.: Просвещение, 2012. 288 с.

10. Сатир В. Вы и ваша семья: руководство по личностному росту. М.: Апрель-Пресс, Институт общегуманитарных исследований, 2011. 256 с.
11. Шелыгин К. В., Тахтарова Е. П. Сексология. Учебное пособие. М.: Академический проект, 2011. 336 с.
12. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. 4-е изд. СПб.: Питер, 2010. 400 с.
13. Johnson S. M. Практика эмоционально-фокусированной терапии: создание отношений. 2-е изд. Москва: Научный мир, 2021. 368 с.
14. Weeks G. R., Gambescia N. Sexual Dysfunction: Integrative Biopsychosocial Approaches. 2nd ed. New York: W. W. Norton & Company, 2015. 432 p.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Формирование здорового образа жизни у студенческой молодежи

Ковалева Александра Андреевна, студент

Научный руководитель: Поддубная Татьяна Владимировна, старший преподаватель
Санкт-Петербургский юридический институт (филиал) Университета прокуратуры Российской Федерации

В статье рассматривается проблема формирования здорового образа жизни (ЗОЖ) среди студенческой молодежи в контексте физической подготовки. Анализируются ключевые вызовы, связанные с переходным возрастом, академической нагрузкой и цифровизацией. Предлагается интегративный подход, сочетающий рациональную организацию двигательной активности, образовательный компонент и использование современных технологий. Доказывается, что физическая подготовка является не только инструментом укрепления здоровья, но и фундаментом для развития когнитивных способностей, психоэмоциональной устойчивости и социальной адаптации студентов.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, студенческая молодежь, физическая подготовка, двигательная активность, вузовская педагогика, мотивация, интегративный подход.

Студенческий возраст — это критически важный период для становления личности, формирования профессиональных компетенций и закрепления моделей поведения, которые определяют качество всей последующей жизни. Однако именно на этом этапе молодые люди сталкиваются с комплексом дестабилизирующих факторов: резкое увеличение учебной и умственной нагрузки, изменение социального окружения, часто — ухудшение условий быта и питания, стресс, связанный с процессом адаптации и экзаменационными сессиями. В совокупности это приводит к прогрессирующему ухудшению здоровья современного студента, что подтверждается многочисленными исследованиями.

Здоровый образ жизни (он же ЗОЖ) — это образ жизни, который направлен на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление организма в целом [1, с. 405–407].

Фундаментом и активным ядром ЗОЖ можно считать физические упражнения, то есть двигательные действия, направленные на физическое совершенствование человека. Это могут быть как простейшие движения, так и сложные двигательные действия [2, с. 6]. В сознании человека физические упражнения, как и первобытное искусство, перестают быть спонтанно вызванной действительностью, то есть простым отражением этой действительности в двигательных образах. Люди не свободны и не вольны выбирать: заниматься или не заниматься им физическими упражнениями. Они не могут их не применять, так как в противном случае рискуют подвергнуть себя опасности [3, с. 9–10].

В этой связи физическая подготовка перестает быть сугубо спортивной дисциплиной и приобретает статус ключевого элемента в системе формирования ЗОЖ. Ее цель трансформируется от простого выполнения нормативов к созданию устойчивой потребности в систематической двигательной активности, осознанному отношению к своему телу и здоровью.

Сегодня существуют вызовы и барьеры для физической активности студентов. Эффективное формирование системы физической подготовки в студенческой среде невозможно без детального анализа и преодоления ключевых барьеров. Эти препятствия носят комплексный характер, находясь на стыке социально-экономических, психологических и инфраструктурных факторов.

В первую очередь, высокая академическая нагрузка, являющаяся нормой для современных программ высшего образования, создает хронический дефицит свободного времени. Учебный процесс, включающий лекции, семинары, самостоятельную подготовку и выполнение проектов, часто занимает 8–10 часов в день. Эта ситуация усугубляется необходимостью совмещения учебы с работой для значительной части студентов, а также участием в общественной и научной жизни вуза. Во время экзаменационной сессии физическая активность сводится к минимуму или полностью исключается, так как все когнитивные и временные ресурсы мобилизуются на подготовку. Период восстановления привычного режима тренировок после сессии может занимать несколько недель, что нарушает систематичность, при этом пропуск нескольких тренировок приводит к потере спортивной формы и сни-

жению мотивации возвращаться к регулярным занятиям, формируя порочный круг «нет времени — пропускаю — теряю форму — сложно начать снова».

Нельзя не упомянуть о психологическом состоянии современного студента. Оно как правило характеризуется повышенным уровнем тревожности, хроническим стрессом и синдромом эмоционального выгорания. Эти состояния являются мощными демотиваторами, парализующими волю к любым дополнительным активностям, требующим волевых усилий. После интенсивного дня, насыщенного умственной работой и социальными взаимодействиями, ресурс для саморегуляции истощен. Студент выбирает пассивный отдых (сериалы, соцсети) как путь наименьшего сопротивления, тогда как тренировка воспринимается как еще одна истощающая задача.

Следующим барьером для формирования здорового образа можно считать цифровизацию, которая породила «цифровую молодежь», для которой онлайн-пространство является естественной средой обитания. Это создает фундаментальный вызов, так как виртуальная активность напрямую конкурирует с реальной физической.

6–8 часов занятий за компьютером, плюс 2–3 часа отдыха за гаджетами — это 8–11 часов сидения в сутки. Это приводит не только к гиподинамии, то есть снижению физической активности, но и к мышечным дисбалансам, болям в спине и шее.

Чтобы молодежь обратилась в направлении здорового образа жизни, необходим мощный мотив, который будет двигать наперекор стереотипам молодости. Сейчас же глобализация и ускорение обмена информации делает человека уязвимым. Молодежь, не имея четких ориентиров для своего развития, теряется в пространстве вариантов выбора, зачастую не выбирая ничего, а лишь двигаясь в одном течении с себе подобными и, это течение не несясь по пути здорового образа жизни [4, с. 4].

Однако, даже при наличии времени и желания студент может столкнуться с объективными препятствиями в виде отсутствия доступной инфраструктуры и недостатка знаний для безопасной организации тренировок.

Университетский спортзал, рассчитанный на 50 человек, не может вместить 500 желающих в часы пик после пар. Отсутствие раздевалок с душевыми, современного оборудования или бассейна делает занятия некомфортными или недоступными.

Если академические корпуса и общежития разбросаны по городу, а спортивная база находится в неудобном месте, дорога до спорткомплекса занимает значительное время, что служит дополнительным барьером.

Другой проблемой, не менее важной, является факт того, что желающий заняться силовыми тренировками студент, не знает правильной техники выполнения упражнений, боится получить травму или выглядеть нелепо. Отсутствие базовых знаний о принципах периодизации, восстановления и питания приводит к низкой эффективности тренировок и быстрому разочарованию. Например,

неправильно составленная программа может привести к отсутствию прогресса, несмотря на регулярные занятия.

Таким образом, барьеры для физической активности студентов представляют собой взаимосвязанную систему, где временные ограничения усиливают психологическое напряжение, которое, в свою очередь, подталкивает к пассивному цифровому досугу, а отсутствие инфраструктуры и внутреннего интереса закрепляет этот деструктивный паттерн поведения. Преодоление этих вызовов требует системного и многокомпонентного подхода.

Преодоление указанных барьеров требует переход к интегративному подходу. Суть подхода заключается в преодолении изолированности физической подготовки и ее трансформации в такой компонент, который органично взаимосвязан с академической успеваемостью, психоэмоциональным благополучием, социальной адаптацией и формированием ценностных ориентаций личности. Таким образом, физическая культура перестанет быть периферийной, то есть отдаленной дисциплиной и станет важным ресурсом для комплексного развития учащегося в вузе.

Для трансформации физической культуры в действенный инструмент формирования здорового образа жизни занятия в вузе должны стать не принудительным мероприятием, а пространством для выбора и самореализации. Это предполагает переход к принципам дифференциации и вариативности, когда студентам предлагается широкий спектр секций, учитывающих разные интересы и уровни подготовки: от классических игровых видов спорта и плавания до функционального тренинга, йоги, танцев или единоборств.

Не менее важным является интеграция в образовательный процесс теоретического модуля, включающего лекции и семинары по основам нутрициологии, биомеханики, спортивной физиологии и психологии, чтобы студент понимал, почему и как работают те или иные упражнения, как питание влияет на результативность и как предотвратить травмы, ведь при любом выборе вида физических упражнений необходимо знать, как нужно заниматься с наибольшей для себя пользой.

Ключевое значение приобретает акцент на оздоровительные технологии, а именно внедрение методик, направленных на компенсацию академического стресса, таких как стретчинг, дыхательные гимнастики, а также упражнения для улучшения осанки и профилактики болей в спине и шее.

Физическую подготовку необходимо позиционировать в качестве действенного инструмента когнитивного и психоэмоционального развития, донося до студентов мысль о том, что инвестиции в физическую форму являются прямыми инвестициями в академическую успеваемость. Ведущее государственное информационное агентство России “ТАСС” утверждает, что даже умеренная, но систематическая физическая активность поддерживает мозг самым благоприятным образом [5]. Одновременно с этим тренировки выступают мощным психоэмоцио-

нальным регулятором, поскольку мышечная активность способствует выбросу эндорфинов и серотонина и снижает уровень кортизола, являясь, таким образом, немедикаментозным средством борьбы со стрессом и тревогой. Создание рейтингов, системы достижений и наград за регулярную активность сможет увеличить интерес молодежи к физической активности. Целесообразно также поощрять использование фитнес-трекеров и приложений для организации самостоятельных тренировок, а также создавать спортивные клубы и сообщества, что формирует чувство общности, ведь пример более подготовленных сверстников зачастую работает эффективнее наставлений преподавателя.

В заключение следует подчеркнуть, что обеспечение высокого уровня интенсивности и индивидуальной производительности труда будущих специалистов — одна из прямых задач профессионально направленной физической подготовки [6, с. 331]. Именно поэтому, формиро-

вание здорового образа жизни у студенческой молодежи через призму физической подготовки — это комплексная, многогранная задача, выходящая далеко за рамки кафедры физического воспитания. Ее успешное решение возможно лишь при реализации интегративного подхода, который трансформирует физическую подготовку из обязательной дисциплины в осознанную потребность и приятную привычку, интегрирует двигательную активность в учебный, бытовой и социальный контекст жизни студента, наглядно демонстрирует прямую связь между физической активностью, академической успеваемостью и психологическим благополучием, а также использует современные технологии для создания поддерживающей среды. Такой подход позволит сформировать не просто «человека, сдающего нормативы», а гармонично развитую личность, обладающую ресурсом здоровья, энергии и устойчивости для достижения целей на протяжении всей жизни.

Литература:

1. Поддубная, Т. В. Влияние здорового образа жизни на функциональное состояние студентов / Т. В. Поддубная, В. В. Рябчук // Физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация и рекреация: проблемы и перспективы развития: Материалы XIII Международной научно-практической конференции, Красноярск, 15 июня 2023 года. — Красноярск: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М. Ф. Решетнева», 2023. — С. 405–407.
2. Стрига, С. И. Физическая подготовка: [учебно-методическое пособие] / С. И. Стрига, М. В. Пучкова. — Москва, 2022 — с. 76
3. Виленский, М. Я. Физическая культура: [учебное пособие] / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. — Москва, 2016–43 с.
4. Психология спорта: актуальные вызовы и путь развития: материалы научно-практической конференции / Департамент образования города Москвы, ГАОУ ВО «Московский городской педагогический университет», Педагогический институт физической культуры и спорта. — Москва, 2018–240 с.
5. В России утвердили стратегию развития физической культуры и спорта до 2030 года. — Текст: электронный // ТАСС. — 2023. — URL: <https://tass.ru/sport/25396321> (дата обращения: 25.11.2025).
6. Физическая культура студента: учебник / под редакцией В. И. Ильинича. — Москва: Гардарики, 2000. — 385 с.

КУЛЬТУРОЛОГИЯ

Национальный проект «Космос»: научные цели и кадровая политика государства

Костарева Анастасия Николаевна, студент магистратуры

Научный руководитель: Куровская Ирина Ростиславовна, кандидат искусствоведения, доцент
Херсонский государственный педагогический университет

В статье автор говорит о том, что Национальный проект «Космос» является одним из центральных инструментов обеспечения технологического суверенитета России в условиях глобальной конкуренции. Рассматривается взаимосвязь научных целей проекта и государственной кадровой политики. Особое внимание уделено Федеральному проекту «Кадры для космоса» как структурообразующему механизму развития отрасли. Анализируются различные подходы к подготовке специалистов на ранних этапах образования, а также потенциальные риски реализации проекта. Сделан вывод о решающей роли человеческого капитала в достижении стратегических целей космической отрасли.

Ключевые слова: национальный проект Космос, Федеральный проект Кадры для космоса, технологический суверенитет, профориентация, инженерные конкурсы, хакатоны, космические классы, исследовательские космические программы, обсерватории, консорциум аэрокосмических вузов России.

Актуальность исследования. Современный этап развития российской космической отрасли требует системного подхода к решению комплекса задач, связанных с технологической независимостью, научными исследованиями и кадровым обеспечением. Глобальная конкуренция в космической сфере, усиление международных санкционных ограничений и необходимость сохранения лидерских позиций России в освоении космического пространства создают предпосылки для формирования государственной стратегии, способной обеспечить устойчивое развитие отрасли в долгосрочной перспективе. Отсутствие системного подхода к кадровому и научному обеспечению космической деятельности может привести к технологическому отставанию и потере конкурентоспособности на мировом рынке космических услуг. Актуальность исследования определяется новизной, необходимостью анализа инструментов реализации Федерального проекта «Кадры для космоса» в контексте достижения стратегических целей развития космической отрасли при помощи кадров, которые необходимо готовить уже сейчас.

Цель настоящей статьи заключается в анализе научных задач Национального проекта «Космос» и роли государственной кадровой политики в их достижении, с акцентом на Федеральный проект «Кадры для космоса» в рамках упомянутого Нацпроекта, как механизме обеспечения технологической независимости и конкурентоспособности российской космической отрасли.

Задачи, которые необходимо решить для достижения поставленной цели, следующие:

- Изучить структуру и основные параметры Национального проекта «Космос».
- Проанализировать научные цели и приоритетные направления в рамках проекта.
- Исследовать механизмы реализации кадровой политики в космической отрасли.
- Оценить взаимосвязь научных целей и кадровой политики в контексте достижения стратегических задач.
- Выявить ключевые факторы успеха и потенциальные риски реализации проекта.

Тема Национального проекта «Космос» является относительно новой в научной литературе, поскольку проект был утвержден только в июне 2025 года, а его реализация началась с 1 января 2026 года [1]. В отечественной науке тема космонавтики традиционно освещается в работах, посвященных технологическому развитию, таких как анализ программы ГЛОНАСС, где акцент делается на инфраструктуре и технологиях. Например, авторы из TASS и Habr обсуждают бюджетные аспекты и спутниковые группировки, но не углубляются в кадровую политику. За рубежом аналогичные темы изучались в контексте программ NASA (США) или CNSA (Китай), где подготовка кадров для космических миссий анализируется в работах по инновационному менеджменту и становится энциклопедическим материалом для изучения. Авторы, такие как представители ИКИ РАН, подчеркивают готовность институтов к проекту, но не затрагивают интеграцию кадровых политик с научными целями. Близкие проблемы, такие как развитие многоспутниковых группировок, рас-

смотрены в контексте частно-государственного партнерства, но без фокуса на России. Ни один из источников не изучает аспекты, интересующие нас, — конкретную роль кадровой политики в достижении научных целей Нацпроекта «Космос», что представляет собой пробел, заполняемый настоящей работой.

В качестве *методов исследования* в статье использован анализ документов (пресс-релизы, официальные заявления) и сравнительный подход для оценки научных целей в контексте кадровой политики. Это позволяет выявить логические связи между технологическими амбициями и необходимостью подготовки специалистов. Методы выбраны ввиду свежести темы и опоры на первичные источники, без необходимости эмпирических данных на текущем этапе.

17 июня 2025 года глава «Роскосмоса» Дмитрий Владимирович Баканов заявил, что Национальный проект «Космос» утвержден президентом РФ Владимиром Путиным [2]. Финансирование данного Нацпроекта составляет 4,4 трлн рублей до 2036 года [3,4]. Это не просто очередная государственная программа... Это заявка России на лидерство в новой космической эре, с огромным бюджетом и амбициозными целями.

Национальный проект «Космос» включает восемь федеральных проектов:

- «Космическая наука»,
- «Космический атом»,
- «Производственно-технологическая система»,
- «Кадры для космоса»,
- «Современный конкурентоспособный доступ в космос»,
- «Пилотируемая космонавтика»,
- «Связь и наблюдение за Землей»,
- «Навигация и время».

Национальный проект «Космос» представляет собой стратегическую инициативу Российской Федерации, направленную на обеспечение технологического суверенитета в космической сфере. В условиях глобальной конкуренции (с проектами типа Starlink или Artemis (программа исследования Луны NASA)) Россия стремится к созданию независимой отрасли, способной генерировать новые рынки технологий и услуг.

Одним из главных научных направлений проекта является развитие «Космической науки». В рамках этого Федерального проекта планируется создание новой орбитальной станции, старт строительства которой запланирован на 2027 год [5]. Это позволит обеспечить непрерывное присутствие российских космонавтов на орбите и проводить фундаментальные исследования в условиях микрогравитации.

Важное место в научной программе занимает развитие космического атома. Ядерные энергетические установки в космосе рассматриваются как фундамент для будущих миссий, включая экспедиции на Луну. Данное направление требует решения сложных научных и технических задач, связанных с созданием компактных, безопасных

и эффективных ядерных источников энергии для космических аппаратов.

Не менее значимым научным направлением является создание спутниковой группировки для решения задач связи, навигации и наблюдения Земли. В рамках проекта планируется вывести на орбиту 1800 спутников, включая группировку «Рассвет» для обеспечения широкополосного интернета. На эти цели предусмотрено 514,7 млрд рублей [6].

Для реализации стратегической цели Нацпроекта, «Роскосмос» планирует занять 28 % мирового рынка пусковых услуг, снизив стоимость запусков более чем вдвое, до 200 тыс. руб. за 1 кг груза к 2036 году. Для достижения этой цели необходимы фундаментальные научные исследования в области ракетостроения, материаловедения и энергетики, и, конечно, кадры, которые это смогут осуществить.

Связующий аспект — интеграция Нацпроекта с кадровой политикой. Именно Федеральный проект «Кадры для космоса» обеспечивает подготовку специалистов для реализации амбициозных задач, таких как создание орбитальной станции и многоспутниковых группировок. Это не только технический, но и социальный вызов, требующий вовлечения молодежи, начиная с ранних этапов образования, то есть в фокусе Нацпроекта не только технологии, инфраструктура, но и кадры. В Федеральном проекте «Кадры для космоса» кроется ключ к устойчивому развитию отрасли, ключ, который не может быть исключительно технологическим. Кадровое обеспечение является одним из восьми Федеральных проектов в составе Национального проекта «Космос». Федеральный проект «Кадры для космоса» стартовал в 2025 году и направлен на становление технологически независимой и глобально конкурентоспособной космической отрасли, формирующей новые рынки в перспективных технологиях и сервисах. Бюджет данного проекта до 2028 года составит 7,1 млрд рублей.

Торжественная церемония запуска проекта состоялась в рамках первого форума «Кадры для космоса» на площадке МГТУ имени Н. Э. Баумана [7]. В мероприятии приняли участие представители Министерства науки и высшего образования РФ, Госкорпорации «Роскосмос», ведущих технических вузов страны, Фонда содействия инновациям и Фонда НТИ (Национальной Технической Инициативы).

Стратегия кадровой политики предусматривает многоуровневый подход к подготовке специалистов:

1. Ранняя профориентация — охват школьников через инженерные конкурсы, космические хакатоны и исследовательские программы. По словам Андрея Жижина, генерального директора Фонда содействия инновациям, планируется ежегодно охватывать до 100 тысяч школьников и проводить около 30 мероприятий различного формата.

2. Подготовка высококвалифицированных кадров — развитие системы высшего образования, включая создание специализированных образовательных программ в ведущих технических вузах страны. Особое внимание уделяется взаимодействию образовательных организаций с промышленными предприятиями космической отрасли.

3. Дополнительное профессиональное образование — программы повышения квалификации для действующих специалистов отрасли [8]. Для примера, педагоги космических классов Калининградской области уже прошли курсы повышения квалификации.

4. Международное сотрудничество — привлечение иностранных специалистов и обмен опытом с зарубежными партнерами в рамках допустимого законодательством сотрудничества.

Александр Ведехин, заместитель директора департамента Министерства науки и высшего образования РФ, администратор Федерального проекта «Кадры для космоса», подчеркивает: «Отрасли нужна свежая кровь, нужен свежий приток кадров. И наша задача — создать для этого условия, чтобы молодёжь мечтала о космосе и не только мечтала, но ещё и делала, и переходила на предприятия, и создавала новую продукцию, новые спутники, новые ракеты и думала о покорении дальнего космического пространства» [7]. Форум «Кадры для космоса» стал площадкой для диалога между образовательными организациями и промышленными предприятиями, что способствует формированию запросов на подготовку специалистов и созданию условий для практической реализации знаний студентов и молодых ученых [9].

Успешная реализация Национального проекта «Космос» невозможна без гармоничного сочетания научных целей и кадровой политики. Анализ доступных источников показывает, что именно кадровый компонент является системообразующим элементом для достижения всех остальных целей проекта.

Приоритетным фактором успеха является создание условий для привлечения и удержания талантливой молодежи в космической отрасли. В рамках проекта ожидается появление 40 (сорока) тысяч новых специалистов, что позволит значительно обновить кадровый состав отрасли. Однако важно не только количество, но и качество подготовки специалистов, способных решать сложные научные и технические задачи.

Взаимосвязь научных и кадровых компонентов проявляется в следующих аспектах:

1. Подготовка специалистов для решения конкретных задач — образовательные программы разрабатываются с учетом приоритетных научных направлений, таких как космический атом, пилотируемая космонавтика, спутниковые системы связи и наблюдения.

2. Раннее вовлечение молодежи в реальные проекты — участие школьников и студентов в инженерных конкурсах и исследовательских программах позволяет выявлять таланты и формировать профессиональные интересы с ранних этапов обучения.

3. Междисциплинарный подход — современные космические проекты требуют специалистов, обладающих знаниями в смежных областях: IT-технологиях, материаловедении, биологии, медицине. Кадровая политика предусматривает подготовку именно таких универсальных специалистов.

4. Создание инновационной экосистемы — привлечение молодых ученых и инженеров способствует развитию инновационных подходов и решений в научных исследованиях.

По оценке компании SR Space, рынок космических услуг в России вырастет до 1,04 трлн рублей к 2030 году. Рынок спутниковой связи составит 243,3 млрд рублей, спутниковой съемки — 55 млрд рублей, запусков — 481,8 млрд рублей. Такой рост рынка создаст дополнительный спрос на высококвалифицированные кадры и стимулирует развитие научных исследований.

Анализ направлений Национального проекта «Космос» позволяет сделать следующие выводы:

1. Национальный проект «Космос» представляет собой амбициозную государственную программу развития космической отрасли России с общим финансированием 4,4 трлн рублей до 2036 года. Проект включает восемь Федеральных направлений, охватывающих все аспекты космической деятельности — от фундаментальных научных исследований до практического применения космических технологий.

2. Кадровая политика, реализуемая в рамках Федерального проекта «Кадры для космоса», является системообразующим элементом для достижения всех остальных целей. Бюджет проекта направлен на создание масштабной системы подготовки специалистов — от ранней профориентации школьников до дополнительного профессионального образования действующих сотрудников отрасли.

3. Взаимосвязь научных и кадровых компонентов проявляется в подготовке специалистов под конкретные задачи, раннем вовлечении молодежи в реальные проекты, развитии междисциплинарных компетенций и создании инновационной экосистемы.

4. Ключевым фактором успеха реализации Национального проекта «Космос» является гармоничное сочетание государственной поддержки, частных инвестиций и эффективной кадровой политики. Достижение поставленных целей позволит России занять лидирующие позиции в отдельных сегментах мирового космического рынка и обеспечить технологическую независимость отрасли.

Потенциальные же риски связаны с человеческим фактором, мотивацией и профессиональной средой, в которой предстоит работать новому поколению специалистов. Нацпроект «Космос» представляет собой комплексную стратегию развития космической отрасли и государства в целом, в которой научные цели и кадровая политика тесно взаимосвязаны и взаимодополняют друг друга. Успешная реализация проекта будет способствовать не только развитию космических технологий, но и формированию инновационной экономики России в целом.

Признательность: автор выражает благодарность и глубокую признательность кандидату искусствоведения, доценту Херсонского Государственного Педагогического Университета Куровской Ирине Ростиславовне за ценные советы при работе над данной статьей.

Литература:

1. Реализация нацпроекта по космосу начнется в январе 2026 года — глава «Роскосмоса» [Электронный ресурс] // Интерфакс. URL: <https://www.interfax-russia.ru/main/realizaciya-nacproekta-po-kosmosu-nachnetsya-v-yanvare-2026-goda-glava-roskosmosa> (дата обращения: 05.01.2026).
2. Путин утвердил Нацпроект «Космос» с бюджетом 4,4 трлн рублей до 2036 года [Электронный ресурс] // Коммерсантъ. URL: <https://www.kommersant.ru/doc/7800640> (дата обращения: 05.01.2026).
3. Утверждён Национальный проект «Космос» [Электронный ресурс] // Вестник ГИОНАСС. URL: http://vestnik-glonass.ru/news/vo_vlasti/utverzhdyyen-natsionalnyy-proekt-kosmos/ (дата обращения: 21.12.2025).
4. ИКИ РАН: нацпроект по космосу выведет институт на оптимальный режим работы [Электронный ресурс] // ТАСС. URL: <https://nauka.tass.ru/nauka/25223911> (дата обращения: 05.01.2026).
5. Запуск первого модуля Российской орбитальной станции запланирован на 2028 год [Электронный ресурс] // Интерфакс. 2025. 17 сент. URL: <https://www.interfax.ru/russia/1047720> (дата обращения: 05.01.2026).
6. В России запускают нацпроект по развитию космоса [Электронный ресурс] // Habr. URL: <https://habr.com/ru/news/916628/> (дата обращения: 21.12.2025).
7. Старт Федерального проекта «Кадры для космоса» [Электронный ресурс] // SpacePi. URL: <https://spacepi.space/news/start-federalnogo-proekta-kadry-dlya-kosmosa/> (дата обращения: 21.12.2025).
8. Минобрнауки призывает частные космические компании активнее участвовать в федпроектах подготовки кадров для космоса [Электронный ресурс] // Habr. URL: <https://habr.com/ru/news/931354/> (дата обращения: 21.12.2025).
9. В Москве дали старт Федеральному проекту «Кадры для космоса» [Электронный ресурс] // Фонд содействия инновациям. URL: <https://www.fasie.ru/press/fund/v-moskve-dali-start-federalnomu-proektu-kadry-dlya-kosmosa/> (дата обращения: 12.01.2026).

Влияние развития экономики Китая на изучение китайского языка

Саторова Ксения Александровна, преподаватель

Филиал Нахимовского военно-морского училища (Владивостокское президентское кадетское училище)

Экономический рост Китая за последние десятилетия оказал значительное влияние на мировую экономику и международные отношения. В связи с этим изучение китайского языка становится все более важным инструментом для ведения бизнеса, культурного обмена и дипломатии. С учетом того, что Китай является одной из крупнейших экономик мира и занимает лидирующие позиции в международной торговле, знание китайского языка открывает широкие возможности для профессионального и личного развития, обусловлена растущим интересом к изучению китайского языка в различных странах, что связано с необходимостью взаимодействия с Китаем в экономической, культурной и образовательной сферах.

Китайская культура, с её уникальными традициями и богатой историей, играет ключевую роль в привлечении студентов к изучению китайского языка. По данным ЮНЕСКО, в 2020 году более 100 миллионов студентов по всему миру изучали китайский язык, что свидетельствует о растущем интересе к культуре этой страны. Фестивали, такие как Китайский Новый год, и традиционные искусства, включая каллиграфию и кунг-фу, вызывают у молодёжи желание глубже узнать китайскую культуру. Это, в свою очередь, мотивирует их изучать китайский язык как средство погружения в культурный контекст.

Культурные особенности Китая, такие как философия Конфуция, чайная церемония и традиционная китайская медицина, служат мощными мотиваторами для изучения китайского языка. В 2021 году Китай провёл более 1000 культурных мероприятий за границей, включая фестивали и выставки, что способствовало популяризации китайской культуры и языка. Эти события предоставляют возможность людям соприкоснуться с китайской культурой, что, в свою очередь, вызывает желание изучать язык для более глубокого понимания его богатства и уникальности.

В России действуют 18 Институтов Конфуция и 4 Класа Конфуция, которые организуют дополнительные курсы, связанные с языком и культурой Поднебесной. Это подтверждает растущий интерес к китайскому языку и культуре, что способствует дальнейшему развитию культурных обменов между странами.

Экономический рост Китая за последние десятилетия представляет собой один из самых значительных феноменов в мировой экономике. С 1980 по 2020 год ВВП страны увеличился более чем в 40 раз, что позволило Китаю занять второе место по величине экономики мира после США. Такой подъем стал возможен благодаря комплексным реформам, направленным на либерализацию

экономики, привлечению иностранных инвестиций и развитию экспорта. Китайские предприятия активно внедряют новые технологии, что способствует повышению их конкурентоспособности на мировом рынке.

В результате экономического роста наблюдается растущий интерес к изучению китайского языка, который становится важным инструментом для ведения бизнеса и культурного обмена. Экономический рост Китая существенно изменил его международное положение, превратив страну в одного из ключевых игроков на мировой арене. Китай стал крупнейшим экспортером товаров в мире, обеспечивая около 15 % мирового экспорта. Это не только укрепило экономические позиции страны, но и позволило ей увеличить своё политическое влияние. Международные партнеры всё чаще обращают внимание на Китай как на важного экономического и стратегического партнера, что способствует укреплению его роли в глобальной политике и экономике.

Китайский язык становится важным инструментом в международной деловой среде. Учитывая, что на китайском языке говорит более 1,3 миллиарда человек, он предоставляет уникальную возможность для установления прямых контактов с китайскими партнёрами. Владение китайским языком позволяет бизнесменам и предпринимателям лучше понимать культурные особенности и традиции, что играет ключевую роль в успешном ведении переговоров и заключении сделок.

Таким образом, знание китайского языка становится конкурентным преимуществом в международной бизнес-среде. Для компаний, сотрудничающих с Китаем, знание китайского языка становится необходимостью. Экономика Китая продолжает расти, и он остаётся крупнейшим экспортёром товаров в мире. Это создаёт высокий спрос на специалистов, владеющих китайским языком, поскольку это облегчает взаимодействие с китайскими поставщиками, клиентами и партнёрами.

Компании, инвестирующие в обучение своих сотрудников китайскому языку, получают значительное преимущество на рынке, так как это способствует укреплению деловых отношений и повышению эффективности коммуникации. Китайский язык приобретает всё большую популярность в бизнес-школах по всему миру. С ростом экономической значимости Китая многие учебные заведения включают его в свои программы, чтобы подготовить студентов к работе на международном рынке. Согласно отчёту British Council, китайский язык входит в топ-5 языков, которые изучают для карьерного роста, что подчеркивает его важность для будущих профессионалов, стремящихся развивать свои навыки и быть конкурентоспособными в глобальной экономике.

В последние годы наблюдается значительное изменение содержания образовательных программ по изучению китайского языка, что обусловлено растущими потребностями глобального рынка. В 2019 году Министерство образования Китая обновило национальные стандарты преподавания китайского языка для ино-

странных студентов, акцентировав внимание на практических и профессиональных аспектах. Это обновление включало деловой китайский, специализированную терминологию для различных отраслей и изучение культурных особенностей делового общения. Такие изменения позволяют студентам эффективно применять свои знания в реальных ситуациях, связанных с профессиональной деятельностью.

С учетом активного распространения китайского языка современные преподаватели сталкиваются с необходимостью адаптации учебных программ, чтобы удовлетворить растущий интерес к изучению языка как важного инструмента для ведения бизнеса и культурного обмена. Одной из ключевых задач образовательных программ стало развитие компетенций, необходимых для работы на международных рынках. По данным ЮНЕСКО, за последние пять лет количество студентов, изучающих китайский язык за пределами Китая, увеличилось на 35 %, что требует адаптации образовательных программ для удовлетворения их потребностей.

В последнее время наблюдается рост интереса к изучению китайского языка как в России, так и за пределами страны. Этот интерес в первую очередь связан с практическим применением языка, включая навыки письма, говорения и обучения людей для налаживания коммуникации с носителями китайского языка. Такие образовательные программы охватывают не только язык, но и экономическую, юридическую и культурную среду Китая. Подобный подход позволяет выпускникам быть конкурентоспособными и востребованными специалистами в глобальной экономике. В ходе изучения данной темы было установлено, что развитие экономики Китая оказывает значительное влияние на рост интереса к изучению китайского языка.

Китайская культура является важным фактором, привлекающим внимание студентов, а культурный обмен способствует укреплению международных связей. Экономический рост Китая создал спрос на специалистов, владеющих китайским языком, что стимулирует образовательные учреждения адаптировать свои программы к современным требованиям. Таким образом, изучение китайского языка становится важным элементом международного сотрудничества и профессионального развития. Рассматривая значимость изучения китайского языка, можно отметить, что он становится неотъемлемой частью глобального образовательного и профессионального пространства.

Перспективы изучения китайского языка включают расширение международного сотрудничества, улучшение культурного взаимопонимания и повышение конкурентоспособности специалистов на мировом рынке труда. В будущем ожидается, что интерес к китайскому языку продолжит расти, что обусловлено как экономическим развитием Китая, так и увеличением числа образовательных инициатив, направленных на популяризацию языка.

Литература:

1. Новый мир. Новый язык. Новое мышление: Сборник материалов IV ежегодной международной научно-практической конференции New Language. New World. New Thinking / Дипломатическая академия МИД России. — М.: [б. и.], 2021. — [б. с.].
2. Распертова С. Ю. Современные культурные стратегии Китайской Народной Республики в практике международного взаимодействия: Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата философских наук. — Москва, 2011. — 24 с.
3. Храмцова А. А. Распространение китайской культуры в рамках деятельности Институтов Конфуция // Институт социальных и политических наук Уральского федерального университета. — 2015. — С. 118–119.
4. Чурсина О. В., Нефёдова Д. С. Культурные и лингвистические особенности взаимодействия английского и китайского языков // Евразийский филологический вестник. — 2024. — Вып. 1 (5). — С. 71–85.

Молодой ученый

Международный научный журнал

№ 8 (611) / 2026

Выпускающий редактор Г. А. Письменная
Ответственные редакторы Е. И. Осянина, О. А. Шульга, З. А. Огурцова
Художник Е. А. Шишков
Подготовка оригинал-макета П. Я. Бурьянов, М. В. Голубцов, О. В. Майер

За достоверность сведений, изложенных в статьях, ответственность несут авторы.
Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов материалов.
При перепечатке ссылка на журнал обязательна.
Материалы публикуются в авторской редакции.

Журнал размещается и индексируется на портале eLIBRARY.RU, на момент выхода номера в свет журнал не входит в РИНЦ.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ФС77-38059 от 11 ноября 2009 г., выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).

ISSN-L 2072-0297

ISSN 2077-8295 (Online)

Учредитель и издатель: ООО «Издательство Молодой ученый». 420029, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.

Номер подписан в печать 04.03.2026. Дата выхода в свет: 11.03.2026.

Формат 60×90/8. Тираж 500 экз. Цена свободная.

Почтовый адрес редакции: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Юлиуса Фучика, д. 94А, а/я 121.

Фактический адрес редакции: 420029, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.

E-mail: info@moluch.ru; <https://moluch.ru/>

Отпечатано в типографии издательства «Молодой ученый», 420029, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.