

ИНТЕЛПРОС – Интеллектуальная Россия; *Credo new.* – 2008. – № 4. – С. 393–403. – URL: <https://politconcept.sfedu.ru/2009.3/18.pdf/> (дата обращения: 13.09.2022).

7. Смирнов С.А. Антропологическая навигация. Введение в концепт / С.А. Смирнов // *Человек.RU.* – 2017. – № 12. – С. 160–191. – URL: <https://nsuem.ru/scientific-activities/publishing-nsuem/chelovek-ru/n12/pdf/Смирнов.pdf/> (дата обращения: 13.09.2022).

8. Смирнов С.А. К вопросу о смысловой самонавигации. Идея антропоидного картоида / С.А. Смирнов // *Культура и искусство.* 2015. – № 6 (30). – С. 604–610. – URL: https://web.archive.org/web/20200307171048id_/https://nbpublish.com/library_get_pdf.php?id=35180/ (дата обращения: 13.09.2022).

9. Смирнов С.А. Проблема ориентирования и навигации личности в антропологии: методологическая рамка / С.А. Смирнов // *Культурно-историческая психология.* – 2018. – Т. 14. – № 2. – С. 93–101. – URL: https://psyjournals.ru/journals/chp/archive/2018_n2/chp_2018_n2_Smirnov.pdf/ (дата обращения: 18.04.2022).

10. Степанов С.А. Антропология тьюторства. К вопросу о самонавигации / С.А. Степанов // *Человек.RU.* – 2015. – С. 134–140. – URL: <https://nsuem.ru/scientific-activities/publishing-nsuem/chelovek-ru/vypusk-10-2014-god/12%20-%20Степанов.pdf/> (дата обращения: 13.09.2022).

11. Степанов С.А. К вопросу о становлении практик самонавигации / С.А. Степанов // *Человек.RU.* – 2016. – С. 106–117.

12. Суханова Е.А., Ким А.Т., Климова Т.А. Обеспечение ИОТ и работа с развитием self- компетенций как фактор качества образования / Е.А. Суханова, А.Т. Ким, Т.А. Климова. – Томск: Издательство Томского государственного университета, 2022. – 70 с.

13. Эльконин Б.Д. Посредническое Действие и Развитие / Б.Д. Эльконин // *Культурно-историческая психология* – 2016. – Т. 12. – № 3 – С. 103–112. – URL: (https://psyjournals.ru/files/83560/kip_3_2016_elkonin.pdf/) (дата обращения: 13.09.2022).

14. Эльконин Б.Д. Размышления о Событии с авторами книги и держателями событийных практик / Б.Д. Эльконин // *Образование за пределами обыденного: событие действия, событие учения – событие себя.* – М.: Авторский клуб, 2016. – 256 с.

15. Stagmaier W. *What is Orientation? A Philosophical Investigation* / W. Stagmaier. – De Gruyter, 2019. – URL: [https://www.stagmaier-orientierung.de/files/dokumente/\(2019\)%20What%20is%20Orientation_%20final%20proof%20Text-pages-1-13.pdf/](https://www.stagmaier-orientierung.de/files/dokumente/(2019)%20What%20is%20Orientation_%20final%20proof%20Text-pages-1-13.pdf/) (дата обращения: 19.04.2022).

16. Stagmaier W. *Successful Modes of Orientation: 15 Conclusions from the Philosophy of Orientation for Your Everyday Life* / W. Stagmaier, R.G. Mueller // *Three Guides to the Philosophy of Orientation.* – Nashville, 2019. URL: [https://www.stagmaier-orientierung.de/files/dokumente/\(2019\)%20Successful%20Modes%20of%20Orientation.pdf/](https://www.stagmaier-orientierung.de/files/dokumente/(2019)%20Successful%20Modes%20of%20Orientation.pdf/) (дата обращения: 13.09.2022).

УДК 159.9

**А.В. Климанова, ассистент, аспирант,
Казанский (Приволжский) федеральный университет,
г. Казань, Россия**

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ И РЕГУЛЯТОРНЫЕ СВОЙСТВА СТУДЕНТОВ В РАЗНЫХ УЧЕБНЫХ СИТУАЦИЯХ

Аннотация. Ежедневно люди переживают различную палитру психических состояний, которые благоприятно и неблагоприятно сказываются на их жизнедеятельности, затрагивая учебную и профессиональную деятельности (Климанова, 2022). Поэтому с каждым годом становится все более востребованным умение регулировать свое психическое состояние. Статья посвящена исследованию положительных психических состояний и регуляторных свойств личности на примере учебной деятельности. Основное противоречие заключается в том, что с одной стороны положительные психические состояния игра-

ют важную роль в учебной деятельности, а с другой стороны данное явление мало изучено. Знание о переживаемых положительных психических состояний, их взаимосвязи с регуляторными свойствами личности является актуальной проблемой общей психологии. Исходя из вышесказанного **целью исследования** является: выявить взаимосвязи положительных психических состояний и регуляторных свойств личности студентов. **Методы и методики исследования:** использовались следующие авторские анкеты: «Оценка положительных психических состояний» (А.О. Прохоров, А.В. Климанова) и «Оценка регуляторных свойств личности студентов» А.О. Прохорова. В качестве метода математической статистики использовался t -критерий Пирсона. Для математико-статистической обработки данных использовался программный пакет IBM SPSS Statistics v.23. В исследовании участие студенты вузов гуманитарных и технических направлений в количестве 108 человек в возрасте от 18 до 25 лет. **Выводы и рекомендации.** Проведенное исследование позволяет сделать вывод о необходимости мониторинга положительных психических состояний и регуляторных свойств личности среди студентов высших учебных заведений. Актуализация положительных психических состояний в связке с регуляторными свойствами личности способствуют эффективному усвоению информации, адаптивности в трудных учебных ситуациях, устойчивости к стрессу, а также высокой продуктивности. **Результаты исследования могут быть использованы** специалистами, работающими в сфере образования при обучении студентов разных профилей и подготовки, а также при создании диагностических средств.

Ключевые слова: положительные психические состояния, регуляторные свойства личности, учебная деятельность, студенты.

A.V. Klimanova, Assistant, Postgraduate Student,
Kazan (Volga Region) Federal University,
Kazan, Russia

POSITIVE MENTAL STATES AND REGULATORY PROPERTIES OF STUDENTS IN DIFFERENT LEARNING SITUATIONS

Abstract. Every day, people experience a different palette of mental states that positively and negatively affect their life, affecting their educational and professional activities (Klimanova, 2022). Therefore, every year the ability to regulate mental states becomes more and more in demand. The article is devoted to the study of the relationship between positive mental states and regulatory properties on the example of educational activity. However, the class of positive mental states has been studied fragmentarily. The main contradiction lies in the fact that, on the one hand, positive mental states play an important role in learning activities, and on the other hand, this phenomenon has been little studied. Knowledge of experienced positive mental states, their relationship with regulatory properties is an urgent problem in general psychology. Based on the foregoing, **the purpose of the study is:** to establish the relationship of positive mental states and regulatory properties of students. **Research methods:** we used the following author's questionnaires: "Assessment of positive mental states" (A.O. Prokhorov, A.V. Klimanova) and "Assessment of the regulatory properties of students' personality" by A.O. Prokhorov. Pearson's r -test was used as a method of mathematical statistics. For mathematical and statistical data processing, the software package IBM SPSS Statistics v.23 was used. 108 students of humanitarian and technical fields participating in the study aged 18 to 25 years. **Conclusions and recommendations.** Conducted study allows us to conclude that it is necessary to monitor positive mental states and regulatory personality traits among students of higher educational institutions. Actualization of positive mental states in conjunction with regulatory properties contribute to the effective assimilation of information, adaptability in difficult learning situations, resistance to stress and high productivity. **The results of the study can be used** by specialists working in the field of education, in teaching students of various profiles and backgrounds and in creating diagnostic tools.

Keywords: positive mental states, regulatory personality traits, learning activities, students.

Введение. В процессе учебной деятельности в высшем учебном заведении студенты испытывают обширную палитру психических состояний. Психические состояния имеют различные особенности протекания, динамики, уровня психической активности в зависимости от актуальных учебных ситуаций, которые разделяют на повседневные и напряженные. В организации учебной деятельности уделяется недостаточное внимание мониторингу и регуляции психических состояний студентов, что сказывается на эффективности и мотивации обучения. Таким образом, изучение класса положительных психических состояний требует тщательной проработки.

Теоретический анализ литературы. Впервые в общей психологии о систематике психических состояний писали отечественные ученые, такие как Н.Д. Левитов, Ю.Е. Сосновикова, Л.В. Куликова и др. Отечественные ученые не выделяли какую-то одну классификацию психических состояний, предлагая возможные подразделения состояний, относя их в группы: волевых, эмоциональных, функциональных, психофизиологических психических состояний и др. В.А. Ганзен и В.Н. Юрченко совершили попытку классифицировать психические состояния, что является наиболее полной классификацией [1]. В общей психологии на сегодняшний день изучены следующие классы психических состояний: функциональные психические состояния [2, 10] неравновесные состояния [4], познавательные состояния [6], измененные состояния сознания [9], повседневные трансовые психические состояния [5]. Однако класс положительных психических состояний в общей психологии изучен лишь фрагментарно. Отечественным ученым А.О. Прохоровым было описано интенсивность, модальность и уровень психической активности положительных психических состояний [7]. Зарубежный ученый В.L. Fredrickson описал взаимосвязь между положительными психическими состояниями и психологической устойчивостью личности [11]. Однако более полной работы, где бы был описан класс положительных психических состояний, на сегодняшний день не существует. Придерживаясь позиции А.О. Прохорова, что актуализация положительных психических состояний увеличивает интенсивность и величину связей со свойствами личности, статья будет посвящена проявлениям взаимосвязей положительных психических состояний со свойствами личности на примере в учебной деятельности студентов [8].

Цель исследования: установить взаимосвязь между положительными психическими состояниями и регуляторными свойствами студентов.

База исследования. В исследовании приняли участие студенты вузов гуманитарных и технических направлений в количестве 108 человек в возрасте от 18 до 25 лет. Исследование проводилось в повседневных (лекция, семинар) и напряженной ситуации (экзамен) учебной деятельности студентов.

Методы и методики исследования:

– теоретические (анализ отечественной и зарубежной психологической литературы);

– эмпирические (авторская анкета «Оценка положительных психических состояний» (А.О. Прохоров, А.В. Климанова), «Оценка регуляторных свойств личности студентов» А.О. Прохорова);

– метод математической статистики (использовался r -критерий Пирсона. Для математико-статистической обработки данных использовался программный пакет IBM SPSS Statistics v.23).

Результаты исследования. Для выявления взаимосвязей между положительными психическими состояниями и регуляторными свойствами личности в повседневных и напряженной ситуациях учебной деятельности были взяты часто встречающиеся положительные психические состояния (готовность, оживление, инсайт, заинтересованность, бодрость) в разных учебных ситуациях (лекция, семинар, экзамен), которые были установлены в предыдущих исследованиях (Климанова, 2022), а также шкалы методик, направленные на выявление регуляторных свойств личности [3]. Рассмотрим полученные взаимосвязи положительных психических состояний и регуляторных свойств личности в повседневных ситуациях учебной деятельности (лекция, семинар) (рис. 1).

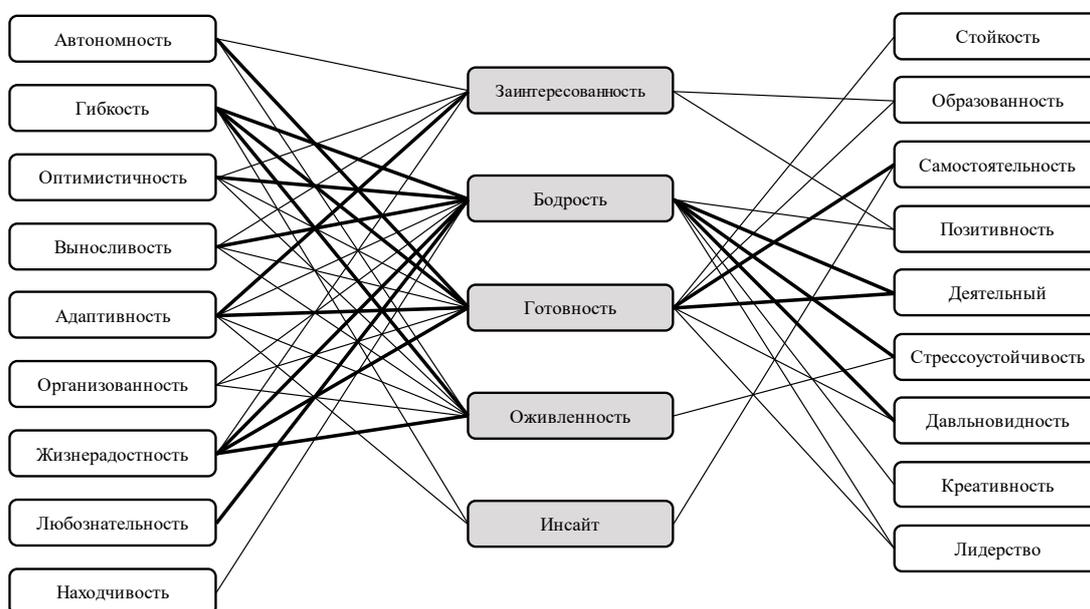


Рис. 1. Корреляции положительных психических состояний и регуляторных свойств личности в повседневной ситуации учебной деятельности. Условные обозначения: жирным шрифтом выделены статистически значимые взаимосвязи при $p \leq 0,01$, слабым нажатием – статистически значимые взаимосвязи при $p \leq 0,05$

Обратимся к рис. 1 – наибольший интерес для исследования взаимосвязи регуляторных свойств с положительными психическими состояниями представляют повседневные ситуации учебной деятельности. На лекции и семинаре, изучая новый материал, студенты замотивированы на понимание только что полученной информации, возникает желание структурировать ее в единый образ, запомнить, пропустить через призму прошлого опыта, что актуализирует *любознательность*, *самостоятельность*, *автономность* студента, его *находчивость*. Студентам во время повседневных ситуаций (лекция, семинар) необходимо проявлять свою *адаптивность* к сложным учебным задачами, актуализировать *выносливость*, *стрессоустойчивость* перед трудностями в ходе обучения. Студент, воспринимая информацию,

пропускает ее через призму собственных установок, что актуализирует *гибкость* в восприятии нового. Отвечая на поставленные вопросы преподавателя, студент демонстрирует свою *организованность*, *креативность* в подаче материала. Также в обсуждении только что полученной информации зачастую студенты проявляют свои *лидерские* свойства, *стойко* отстаивают свою точку зрения, подчеркивая свою осведомленность и *образованность* в изучаемом вопросе. Повседневная ситуация не предполагает оценку и проверку знаний, студенты высшего учебного заведения приходя на занятия проявляют особую *позитивность*, *оптимистичность* по отношению к новым знаниям, *дальновидны* к освоению будущей профессии. Так как обстановка для них типична и повседневна желание к обсуждению характеризуется *жизнерадостностью*, заинтересованностью в *деятельности*. Таким образом, актуализация положительных психических состояний в совокупности с регуляторными свойствами личности способствуют эффективному достижению учебных целей, адаптивному поведению в трудных учебных ситуациях, что сказывается на результативности и мотивации обучения (рис. 2).

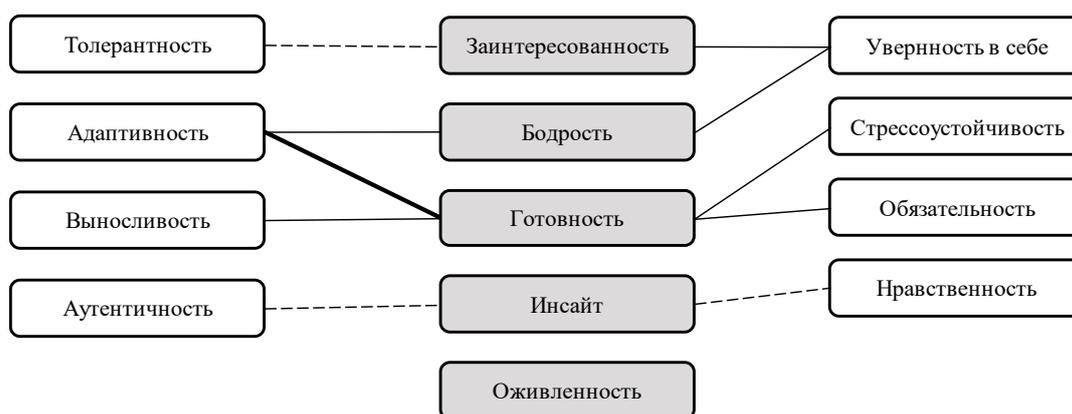


Рис. 2. Корреляции положительных психических состояний и регуляторных свойств личности в напряженной ситуации учебной деятельности. Условные обозначения: жирным шрифтом выделены статистически значимые взаимосвязи при $p \leq 0,01$, слабым нажатием – статистически значимые взаимосвязи при $p \leq 0,05$

Экзамен – это напряженная ситуация учебной деятельности, предполагающая оценку и проверку знаний, что актуализирует *стрессоустойчивость* и *выносливость* студента к возникающим учебным сложностям. Студент настраивается на мобилизацию своих ресурсов, *адаптируется* к напряженной ситуации. Во время сдачи экзамена студенту необходимо не только письменно ответить на поставленный вопрос, но и устно защитить свой ответ устно, что актуализирует *увернность в себе*, в своих знаниях. *Аутентичность* проявляется как регуляторное свойство личности, включающее доверие к собственным убеждениям, способность принимать решения в соответствии с своими ценностями. Однако данный показатель имеет отрицательную взаимосвязь с инсайтом, возможно это связано с тем, что при переживании состоянии озарения студенту свойственно сомневаться в сиюминутном схватывании истины. Во время ответа на вопрос, студент

понимает, что существуют и другие точки зрения, концепции, теории, видение на тот или иной вопрос, однако защищая свою точку зрения, имея особую к ней *заинтересованность* обнаруживается обратная взаимосвязь к *толерантности*, которая проявляется в уважении и правильном понимании других взглядов. Проявление регуляторного свойства личности *обязательности* характеризуется в соблюдении всех норм и правил проведения экзамена, строгого их выполнения. Регуляторное свойства нравственность имеет отрицательную взаимосвязь с положительным психическим состоянием инсайта. Возможно при сиюминутном схватывании истины студент не выделяет особого внимания на некие моральные правила.

Проанализировав полученные результаты корреляционного анализа положительных психических состояний и регуляторных свойств личности в повседневной и напряженной ситуациях, можно отметить три регуляторных свойства студентов, которые встречаются во всех ситуациях учебной деятельности и взаимосвязаны с положительными психическими состояниями: стрессоустойчивость, выносливость, адаптивность.

Заключение. Таким образом, новизна исследования заключается в том, что в статье впервые показаны особенности переживания положительных психических состояний в зависимости от регуляторных свойств, а также от учебной ситуации.

Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

1. Во время повседневной ситуации учебной деятельности актуализируется большее количество регуляторных свойств личности, чем в напряженной ситуации.

2. Стрессоустойчивость, выносливость, адаптивность – три регуляторных свойства студентов, которые встречаются во всех ситуациях учебной деятельности и взаимосвязаны с положительными психическими состояниями.

Результаты исследования могут быть использованы психологами, педагогами высших учебных заведений при мониторинге положительных психических состояний и регуляторных свойств студентов, что сказывается на результативности обучения.

Литература

1. Ганзен В.А. *Описание психических состояний человека* / В.А. Ганзен // *Психические состояния* / сост. и ред. Л.В. Куликов. – СПб.: Питер, 2001. – С. 60–72.
2. Ильин Е.П. *Теория функциональной системы и психофизиологические состояния* / Е.П. Ильин. – М., 1978. – С. 325–346.
3. Климанова А.В. *Положительные психические состояния в повседневных и напряженных ситуациях учебно-профессиональной подготовки студентов* / А.В. Климанова // *Вестник Удмуртского университета. Серия: Философия. Психология. Педагогика.* – 2022. – Т. 32. – № 2. – С. 154–162.
4. Прохоров А.О. *Неравновесные психические состояния и их характеристики в учебной и педагогической деятельности* / А.О. Прохоров // *Вопросы психологии.* – 1996. – № 4. – С. 32–44.
5. Прохоров А.О. *Повседневное трансное состояние: феноменология и закономерности* / А.О. Прохоров, М.Г. Юсупов // *Психологический журнал.* – 2012. – Т. 33. – № 1. – С. 88–100.

6. Прохоров А.О. Познавательные состояния в учебной деятельности студентов / А.О. Прохоров, М.Г. Юсупов // Казанский социально-гуманитарный вестник. – 2014. – № 4. – С. 98–109.

7. Прохоров А.О. Классификация психических состояний / А.О. Прохоров // Психические состояния и их проявления в учебном процессе / сост. А.О. Прохоров. – Казань: Издательство Казанского университета, 1991. – С. 28–32.

8. Прохоров А.О. Функциональные структуры психических состояний / А.О. Прохоров // Психологический журнал. – 1996. – Т. 17. – № 3. – С. 9–17.

9. Спивак Л.И., Данько С.Г., Спивак Д.Л. Измененные состояния сознания / Л.И. Спивак, С.Г. Данько, Д.Л. Спивак. – М.: Российский фонд фундаментальных исследований, 1997.

10. Diener E. Positive emotions at work / E. Diener, S. Thapa, L. Tay // Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior. – 2020. – Vol. 7. – P. 451–477.

11. Fredrickson B.L. The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions / B.L. Fredrickson // American Psychologist. – 2001. – Vol. 56, Is. 3. – P. 218–226. – URL: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>.

УДК 378.14

*М.М. Книсарина, PhD, доцент,
Г.С. Жумалиева, магистр, старший преподаватель,
Западно-Казахстанский медицинский университет
имени Марата Оспанова,
г. Актобе, Казахстан*
*А.Д. Сыздыкбаева, PhD, ассоциированный профессор,
Казахский национальный женский
педагогический университет,
г. Алматы, Казахстан*
*А.М. Байкулова, PhD, постдокторант,
Казахский национальный педагогический
университет имени Абая,
г. Алматы, Казахстан*

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ВОЛОНТЕРСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПОВЫШЕНИИ СОЦИАЛЬНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Аннотация. Приоритетные требования современного общества к молодежи с каждым годом повышаются в связи с известными ключевыми компетенциями, мировыми тенденциями и потребностями самой личности, выражаемыми ее социальной ответственностью и активностью. Социальная ответственность, являясь критерием развития самой личности и социальной зрелости, внешне выражается в отдаче своего внутреннего потенциала обществу и на благо общества. Ответственность личности проявляется в результатах и последствиях деятельности личности в разрезе интересов общества. Поэтому волонтерская деятельность позволяет молодежи реализовывать свою потребность проявления личной гражданской позиции и ответственности. **Цель исследования** заключается в раскрытии педагогических возможностей волонтерской деятельности в повышении социальной ответственности обучающихся. В рамках личностно-ориентированного подхода были применены следующие **методы исследования:** метод научного обзора литературы, подтвердивший целесообразность выбранной тематики исследования, а также анализ продуктов творческой деятельности обучающихся, позволивший сделать соответствующие выводы о роли волонтерской деятельности как средстве формирования социальной ответственности обучающейся молодежи. В ходе исследования были сформулированы соответствующие выводы и даны общего характера методические рекомендации. **Результаты ис-**