

Таким образом, выявленная специфика совокупности личностных качеств курсантов женского и мужского пола позволяет предполагать, что девушки-курсанты более склонны к формированию фемининной модели лидерства, а юноши – к маскулинной.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ганишина И.С. Формирование психолого- педагогической устойчивости курсантов образовательных организаций ФСИН России как необходимое условие их профессиональной компетентности / И.С. Ганишина, А.А. Чернышов // Казанская наука. – 2016. – № 10. – С. 131–133.
2. Кириллова Т.В. Воспитательное пространство образовательных организаций Федеральной службы исполнения наказаний / Т.В. Кириллова // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2018. – № 4. – С. 130-134.
3. Кириллова Т.В. О совершенствовании деятельности образовательных организаций ФСИН России / Т.В. Кириллова, М.И. Кузнецов // Перспективы науки. – 2019. – № 4 (115). – С. 207–209.
4. Мартынова Н.М. Целеполагание в процессе психолого-педагогического сопровождения формирования лидерских качеств курсантов образовательных организаций ФСИН России / Н.М. Мартынова // Перспективы науки. – 2021. – № 4 (139). – С. 48–50.
5. Романов А.А. Образовательная среда вуза как фактор воспитания студентов / А.А. Романов, Ю.А. Завертяева // Международный журнал психологии и педагогики в служебной деятельности. – 2020. – № 3. – С. 44-47.

REFERENCES

1. Ganishina, I.S. and Chernyshov, A.A. (2016), "Formation of psychological and pedagogical stability of cadets of educational organizations of the Federal Penitentiary Service of Russia as a prerequisite for their professional competence", *Kazan Science*, Vol. 10, pp. 131–133
2. Kirillova, T.V. (2018), "Educational space of educational organizations of the Federal Penitentiary Service", *International Journal of Applied and Basic Research*, Vol. 4, pp. 130–134.
3. Kirillova, T.V. and Kuznecov, M.I. (2019), "On improving the activities of educational organizations of the Federal Penitentiary Service of Russia", *Science prospects*, Vol. 4 (115), pp. 207–209.
4. Martynova, N.M. (2021), "Purpose in the process of psychological and pedagogical support for the formation of leadership qualities of cadets of educational organizations of the Federal Penitentiary Service of Russia", *Perspectives of Science*, Vol.4 (139), pp. 48-50.
5. Romanov, A.A. and Zaverlyaeva, YU.A. (2020), "The educational environment of the university as a factor in the education of students", *International Journal of Psychology and Pedagogy in Official Activities*, Vol. 3, pp. 44-47.

Контактная информация: Paulinasheidt@gmail.com

Статья поступила в редакцию 03.12.2021

УДК 159.9.072

ОЦЕНКА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНЫМИ ИГРАМИ

Елена Анатольевна Милашечкина, кандидат биологических наук, доцент, Российский университет дружбы народов, Москва; Ольга Павловна Киселева, аспирант, Российский университет дружбы народов, Москва, Московский городской педагогический университет, Москва

Аннотация

Физические нагрузки – неотъемлемая сфера человеческой деятельности и основной формой реализации этой деятельности являются занятия физической культурой. Содержание занятий физической культурой могут носить различный характер, и в зависимости от этого содержания оказывает влияние на психоэмоциональную сферу занимающихся, в том числе иностранных студентов, подверженных воздействию различных социокультурных изменений, связанных с обучением в дру-

гой стране. Спортивные игры как вид физической активности, сопряженных с более выраженным проявлением эмоций и наличием командных взаимодействий могут нивелировать негативные проявления эмоций, связанных с повседневной жизнью иностранных студентов. В исследовании принимали участие студенты Российского университета дружбы народов: 62 российских студента (контрольная группа) и 32 иностранных студента. Для определения психоэмоционального состояния студентов использовали тестовые методики определения уровня тревожности согласно шкалам личностной и ситуативной тревоги, предложенных Ч.Д. Спилбергом, агрессивности и враждебности по шкалам Басса-Дарки. В результате полученных данных определили, что занятия спортивными играми снижают негативный эффект психоэмоциональной напряженности, вызванных изменениями условий жизни в связи с обучением в другой стране, наиболее сильные и достоверно значимые изменения были зафиксированы в показателях личностной тревожности и враждебности.

Ключевые слова: иностранные студенты, спортивные игры, психоэмоциональное состояние, тревожность, враждебность, агрессивность.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.12.p508-513

ASSESSMENT OF THE PSYCHOEMOTIONAL STATE OF FOREIGN STUDENTS ENGAGED IN SPORTS GAMES

Elena Anatolyevna Milashechkina, the candidate of biological sciences, senior lecturer, RUDN University, Moscow; Olga Pavlovna Kiseleva, the post-graduate student, RUDN University, Moscow, Moscow City Pedagogical University

Abstract

Physical activity is an integral sphere of human activity and the main form of realization of this activity is physical education. The content of physical education classes can be of the different nature, and depending on this content, it affects the psycho-emotional sphere of students, including foreign students exposed to various socio-cultural changes associated with studying in another country. Sports games as a type of physical activity associated with more pronounced manifestation of the emotions and the presence of team interactions can neutralize the negative manifestations of emotions associated with the daily life of foreign students. The study involved students of the Peoples' Friendship University of Russia: 62 Russian students (control group) and 32 foreign students. To determine the psychoemotional state of students, test methods were used to determine the level of anxiety according to the personal and situ scales

Keywords: foreign students, sports games, psychoemotional state, anxiety, hostility, aggressiveness.

В условиях поликультурного мира и интеграции образования важно быть не только специалистом высокого уровня, но и обладать психоэмоциональной устойчивостью к постоянно меняющимся социальным реалиям [5]. Человеческий организм не всегда готов своевременно адаптироваться к постоянно меняющейся обстановке вокруг. Важно отметить, что физическая культура, в особенности спортивные игры, являются отличным средством в борьбе со стрессом, состоянием тревожности, психической напряженности из-за смены места жительства или трудностями, связанными с учебой [3]. Физические нагрузки, в любых их проявлениях, влияют на психологические и эмоциональные показатели человека [11]. В процессе занятий спортивными играми студенту становится некогда думать о своих проблемах [6], он переключает свои мысли и внимание на те тактические и технические задачи, которые перед ним возникают, именно это оказывает положительное влияние на его нервную систему и психоэмоциональное состояние.

По данным научных исследований [1, 4], регулярные занятия физическими упражнениями способны снять утомление, переутомление и эмоциональный стресс, а также помогают студенту в таких вопросах, как профессиональное самоопределение и социализация [5]. Это является особенно актуальным для иностранных студентов, которые сталкиваются с такими трудностями, как изменение условий жизни [12], новые знакомства, чужой язык, все это негативно сказывается на их эмоциональном фоне [2, 8, 10]. Следовательно, актуальным является изучение психоэмоционального состояния иностранных

студентов, занимающихся спортивными играми, и изменение данного состояния спустя определенное время. Для дальнейшего понимания, способна ли такая физическая активность, как спортивные игры качественно повлиять не только на физические показатели иностранных студентов, но и психологические.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании принимали участие 97 студентов первого года обучения Российского университета дружбы народов: 62 российских студента занимающихся физической культурой по программе общей физической подготовки (n=32) и спортивными играми (n=26); 35 иностранных студента проживающих в Москве не более 2-х месяцев, занимающихся физической культурой по программе общей физической подготовки (n=21) и спортивными играми (n=18).

Для определения психоэмоционального состояния студентов использовали тестовые методики определения уровня тревожности согласно шкалам личностной и ситуативной тревоги, предложенных Ч.Д. Спилбергом, агрессивности и враждебности по шкалам Басса-Дарки [9]. Тестирование студентов проводили в начале учебного года после чего студенты могли выбрать вид физической активности на занятиях физической культурой – общей физической подготовки (ОФП) и спортивными играми (СИ). Повторные измерения проводили в конце учебного года. Данные проведенного исследования подвергались вариационно-статистической обработке.

ОБСУЖДЕНИЕ И РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

По полученным данным, у студентов, проживающих в России, границы ситуативной тревоги находятся в пределах нормативных значений (таблица 1). У иностранных студентов фиксируется высокий уровень тревожности, превышающий нормативные показатели на 9%. Но при этом показатели личностной тревожности в обеих исследуемых группах выше нормы: у российских студентов на 10%, а у иностранных – на 18%.

Накопление стрессорных воздействий в виде проявления тревожных состояний, может привести к эмоциональному срыву у здорового индивидуума, а человека с уже имеющимися отклонениями в состоянии здоровья – к срыву адаптации [7]. Поступая в вуз не только иностранный, но и российский студент испытывает личностный дискомфорт, вызванный, по нашему мнению, новой социальной, а у иностранных студентов и социокультурной обстановкой.

Таблица 1 – Уровень тревожности у студентов РУДН первого курса в начале учебного года

Показатели тревожности	Российские студенты	Иностранные студенты	P
Ситуативная	38,12±1,18	49,34±1,53	<0,001
Личностная	48,64±1,56	52,07±1,67	>0,5

Анализируя состояние агрессивности и враждебности, выявили, что у российских студентов оба этих показателя находятся в пределах нормы (таблица 2). У иностранных студентов уровень враждебности выше нормативных значений на 7%, а уровень агрессивности находится в пределах нормы, но достоверно выше (P<0,05), чем у студентов из России. Причем враждебность определяется как реакция, которая развивает негативные чувства, а также негативные оценки людей и событий [9]. То есть у иностранных студентов при накоплении отрицательных чувств может развиваться негативизм и неблагоприятное отношение не только к субъектам, их окружающим, но и к учебе, трудностям быта и другим окружающим их обстоятельствам.

Таблица 2 – Уровень агрессивности и враждебности у студентов РУДН первого курса в начале учебного года

Показатели	Российские студенты	Иностранные студенты	P
Враждебность	6,51±0,17	10,67±0,33	<0,001
Агрессивность	17,24±0,51	19,13±0,61	<0,05

На следующем этапе исследования, после проведения курса физической культуры, основным содержанием которого являлись спортивные игры, провели повторные измерения (таблица 3). Так, в конце учебного года уровень ситуативной тревожности у иностранных студентов, занимающихся спортивными играми снизился до нормативных значений и приблизился к значениям студентов из России ($P > 0,5$). У студентов из группы ОФП уровень ситуативной тревоги несколько снизился, но по-прежнему находится на высоком уровне. Рассматривая показатели личностной тревожности выявили высокие значения как у российских, так и у иностранных студентов, занимающихся в группах ОФП. Однако у иностранных студентов показатель личностной тревоги на 20% выше, чем у студентов из России. У иностранных студентов, занимающихся спортивными играми зафиксировано снижение уровня личностной тревожности и находится около пределов нормы, отличаясь от таковых менее, чем на 1,5 %. У российских студентов значения личностной тревожности достигли границ нормативных показателей.

Таблица 3 – Уровень тревожности у студентов РУДН первого курса в конце учебного года

Показатели тревожности	Российские студенты		P	Иностранные студенты		P
	ОФП	СИ		ОФП	СИ	
Ситуативная	37,21±1,19	36,47±0,97	>0,5	46,33±1,53	41,57±1,24	>0,5
Личностная	44,31±1,28	40,58±1,22	>0,5	53,85±1,87	44,62±1,43	<0,001

По окончании учебного года во всех исследуемых группах наблюдается уровень агрессивности в пределах нормы (таблица 4). Уровень враждебности у иностранных студентов, занимающихся в группах ОФП по-прежнему выше нормативных значений. А у иностранных студентов, занимающихся спортивными играми данный экспонент зарегистрирован в пределах нормы.

Таблица 4 – Уровень агрессивности и враждебности у студентов РУДН первого курса в конце учебного года

Показатели	Российские студенты		P	Иностранные студенты		P
	ОФП	СИ		ОФП	СИ	
Враждебность	7,02±0,20	5,98±0,17	<0,01	11,36±0,36	7,41±0,24	<0,01
Агрессивность	16,84±0,49	17,10±0,50	>0,5	18,44±0,57	17,12±0,55	>0,5

ВЫВОДЫ

Установлено положительное влияние занятий спортивными играми на показатели психоэмоционального состояния у иностранных студентов, по сравнению со значениями студентов, занимающихся в группах ОФП. Причем более заметные статистически значимые изменения ($P < 0,01$) выявлены в показателях личностной тревожности и враждебности. Таким образом применение данного вида физической активности на занятиях физической культурой снижает негативный эффект психоэмоциональной напряженности, вызванных изменениями условий жизни в связи с обучением в другой стране.

ЛИТЕРАТУРА

1. Айвазова Е.С. Влияние средств физической культуры на психоэмоциональное состояние студентов / Е.С. Айвазова, Е.Н. Дорофеева, А.А. Дорофеев // Приоритетные направления современной науки и образования: актуальные вопросы и достижения : материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Чебоксары, 2021. – С. 114–117.
2. Беккер И.Л. Проблемы адаптации иностранных студентов к образовательному процессу российского вуза (на примере пензенского государственного университета) / И.Л. Беккер, С.А. Иванчин // Гуманитарные науки. Педагогика. – 2015. – № 4 (36). – С. 247–256.
3. Золотухина И.А. Психоэмоциональное состояние студентов-первокурсников, занимающихся физической культурой и спортом / И.А. Золотухина, М.В. Дедловская // Интеграция наук. – 2017. – Т. 2, № 2 (6). – С. 57–59.
4. Казантинова Г.М. Психоэмоциональное состояние студентов, занимающихся физической культурой в группе «Освобождённые» / Г.М. Казантинова, Т.Н. Власова // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 3 (97). – С. 77–81.

5. Кирсанов В.М. Психофизиологическая характеристика личности студентов в период адаптации к обучению в вузе / В.М. Кирсанов, Д.З. Шибкова // Сибирский педагогический журнал. – 2012. – № 9. – С. 127–132.
6. Колосова Е.В. Физическая культура и спорт как профилактика эмоциональных перегрузок у студентов / Е.В. Колосова // Страховские чтения. - 2020. - № 28. – С. 194–199.
7. Миласечкина Е.А. Особенности проявления уровня тревожности у студенток специальной медицинской группы, имеющих дополнительный объем двигательной активности / Е.А. Миласечкина, Г.В. Бичева // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 3 (169). – С. 433–437.
8. Миласечкина Е.А. Психофизиологический аспект адаптации иностранных студентов с ослабленным здоровьем / Е.А. Миласечкина, И.Н. Гернет, В.С. Миласечкин // Психология. Психофизиология. – 2020. – Т. 13, № 1. – С. 95–101.
9. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: в 2 кн.: учеб. пособие. Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста / Е.И. Рогов. – Москва : Владос, 2008. – 384 с.
10. Влияние занятий гимнастикой танцевальной направленности на психоэмоциональное состояние иностранных студенток-первокурсниц / О.В. Тимофеева, Е.А. Миласечкина, А.Д. Мальченко, Е.А. Куницына // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 6. – С. 47–49.
11. Хузина Г.К. Влияние физической подготовки и спорта на психоэмоциональное состояние студентов / Г.К. Хузина, В.А. Амерзянова // Влияние науки и технологий на социально-экономическое развитие России: сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции – Белгород, 2021. – С. 103–106.
12. Comparative characteristic of life quality among the students referred to a special medical group according to their health state / I.N. Gernet, V.N. Pushkina, S.Yu. Razmakhova [et al.] // Indo American Journal of Pharmaceutical Sciences. – 2018. – Vol. 5, No 4. – P. 2353–2359.

REFERENCES

1. Aivazova E.S., Dorofeeva E.N. and Dorofeev A.A. (2021), “The influence of physical culture on the psycho-emotional state of students”, *Priority areas of modern science and education: actual issues and achievements: materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference*, Cheboksary, pp. 114–117.
2. Becker I.L. and Ivanchin S.A. (2015), “Problems of adaptation of foreign students to the educational process of a Russian university (on the example of Penza State University)”, *Humanities. Pedagogy*, No.4 (36), pp. 247–256.
3. Zolotukhina I.A., Dedlovskaya M.V. (2017), “Psychoemotional state of first-year students engaged in physical culture and sports”, *Integration of sciences*, vol. 2, No. 2 (6), pp. 57–59.
4. Kazantinova G.M., Vlasova T.N. (2013), “Psychoemotional state of students engaged in physical culture in the group "Liberated"”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (97), pp. 77–81.
5. Kirsanov V.M., Shibkova D.Z. (2012), “Psychophysiological characteristics of the personality of students during the period of adaptation to study at the university”, *Sibirskij pedagogicheskij zhurnal*, No. 9, pp. 127–132.
6. Kolosova E.V. (2020), “Physical culture and sports as prevention of emotional overload in students”, *Strahovskie chteniya*, No. 28, pp. 194–199.
7. Milashechkina E. A. and Bicheva G. V. (2019), “Features of the manifestation of the level of anxiety in students of a special medical group who have an additional amount of motor activity”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (169), pp. 433–437.
8. Milashechkina, E.A., Gernet, I.N. and Milashechkin, V.S. (2020), “Psychophysiological aspect of adaptation of foreign students with poor health”, *Psikhologiya. Psikhofiziologiya*, vol. 13, No. 1, pp. 95–101.
9. Rogov, E.I. (2008), *Handbook of a practical psychologist*, Vlados, Moscow.
10. Timofeeva, O.V., Milashechkina, E.A., Malchenko A.D. and Kunitsyna, E.A. (2018), “The influence of dance-oriented gymnastics on the psycho-emotional state of foreign first-year students”, *Theory and practice of physical culture*, No. 6, pp. 47–49.
11. Khuzina G. K., Amerzyanova V. A. (2021), “The influence of physical training and sports on the psycho-emotional state of students”, *The impact of science and technology on the socio-economic development of Russia: collection of scientific papers based on the materials of the International Scientific and Practical Conference*, Belgorod, pp. 103–106.

12. Gernet, I.N., Pushkina, V.N., Razmakhova, S.Y., Milashechkina, E.A., Sergeev, R.P. and Morozov, A.G. (2018), “Comparative Characteristic of Life Quality Among the Students Referred to a Special Medical Group According to Their Health State”, *Indo American Journal of Pharmaceutical Sciences*, No. 05 (04), pp. 2353–2359.

Контактная информация: ea.milash@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 23.12.2021

УДК 159.9

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЛЕНИ В СЛУЖЕБНЫХ ОТНОШЕНИЯХ

Елена Анатольевна Мурашко, старший преподаватель, Могилевский государственный университет имени А.А. Кулешова, Могилев, Республика Беларусь; Ирина Леонидовна Лукашкова, кандидат педагогических наук, доцент, Могилевский институт МВД Республики Беларусь, Могилев, Республика Беларусь

Аннотация

Актуальность исследования обусловлена тем, что в настоящее время проявления лени в служебных отношениях не одобряются, так как они снижают эффективность, комфорт, безопасность труда работников и мешают достижению значимых для организаций целей. Несмотря на широкую представленность в быденном сознании, лень, ее виды, причины и формы проявления в служебных отношениях недостаточно изучены как в теоретическом, так и эмпирическом планах. Цель исследования – выявить особенности проявления лени в служебных отношениях. Получены результаты, свидетельствующие о том, что лень воспринимается чаще как защита от переутомления и как реакция на неприятное или неинтересное дело, характеризуется положительным отношением к ней, редко встречается на рабочем месте. В целях преодоления лени используются смена деятельности и волевые усилия. Лень возникает тогда, когда человек чувствует упадок сил, усталость или оценивает дело как бессмысленное, монотонное, трудоемкое. С увеличением возраста, стажа работы и уровня образования сотрудники успешнее преодолевают эти состояния. Женщины чаще, чем мужчины испытывают в ситуации лени чувство вины.

Ключевые слова: лень, служебные отношения, проявление и причины лени, способы реагирования.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.12.p513-517

FEATURES OF LAZINESS EXPRESSION IN OFFICIAL RELATIONS

Elena Anatolyevna Murashko, the senior teacher, Mogilev State University named after A.A. Kuleshov, Mogilev, Republic of Belarus; Irina Leonidovna Lukashkova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Mogilev Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Republic of Belarus, Mogilev, Republic of Belarus

Abstract

The relevance of the study is due to the fact that at present the manifestation of laziness in service relations is not approved, as they reduce the efficiency, comfort, safety of workers and prevent the achievement of goals significant for organizations. Despite widespread representation in ordinary consciousness, laziness, its types, causes and forms of manifestation in official relations are not sufficiently studied both in theoretical and empirical plans. The purpose of the study is to identify the features of laziness in service relations. There are results showing that laziness is perceived more often as a protection against overwork and as a reaction to an unpleasant or uninteresting affair, characterized by a positive attitude towards it, is rarely found in the workplace. To overcome laziness, a change of activity and strong-willed efforts are used. Laziness occurs when a person feels a decline in strength, fatigue or evaluates a case as meaningless, monotonous, laborious. With an increase in age, seniority and level of education, employees are more successful in overcoming these conditions. Women are more likely than men to experience guilt in a laziness situation.