

DOI 10.31483/r-154113

Башкирева Татьяна Валентиновна

Шатохина Лариса Вадимовна

Башкирева Анастасия Викторовна

СОЦИАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ В КОНТЕКСТЕ ГУМАНИЗАЦИИ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

***Аннотация:** в главе представлены результаты коллективных исследований в области социального здоровья в контексте гуманизации образовательного процесса студентов и курсантов. Условия образовательной среды отличаются. В контексте гуманизации в центре внимания личность обучающегося, подготовка его к профессиональной деятельности, ориентированной на сохранение социального здоровья, профессиональное долголетие, эффективность взаимодействия с коллективом, творческое решение трудовых задач. Цель гуманизации образовательных организаций заключается в подготовке профессионалов, способных эффективно работать, соблюдая при этом нормы морали и права.*

***Ключевые слова:** социальное здоровье, социальная адаптация, гуманизация образовательного процесса.*

***Abstract:** this paper shares findings from a group study on social health and how it makes education more human for students and cadets. The educational environments vary. Humanization focusing on the student's personality, this approach aims to prepare them for careers that support social well-being, a long professional life, good teamwork, and innovative problem-solving. The aim is to create caring educational places that train ethical and effective professionals.*

***Keywords:** social health, social adaptation, humanization of the educational process.*

Социальное здоровье участников образовательного процесса – это состояние благополучия, обеспечивающее способность эффективно взаимодействовать, адаптироваться и реализовывать свой потенциал в социуме, следуя гуманистическим нормам. В контексте гуманизации оно означает создание безопасной,

уважительной среды, ориентированной на личность, развитие конструктивного общения и профилактику деструктивных поведенческих установок.

Гуманизация процесса напрямую влияет на социальное здоровье, снижая уровень стресса и повышая качество межличностных отношений, что является профилактикой социальных девиаций. Социальное здоровье участников образовательного процесса является ключевым критерием гуманизации, отражающий уровень их адаптации, способность к конструктивному взаимодействию, отсутствие конфликтов и общую удовлетворенность окружающей средой. Оно подразумевает переход от объектного подхода к личностно-ориентированному, где приоритетами являются уважение, развитие личности и психологический комфорт. Выделим основные аспекты социального здоровья в контексте гуманизации:

– адаптация и развитие – направленность обучающихся и педагогов устанавливать равновесие с социальной средой, успешно взаимодействовать в учебном процессе;

– гуманистические отношения в образовательном процессе предполагают взаимоуважение, доверие и принятие личностных целей, запросов и интересов обучающегося;

– безопасная образовательная среда направлена на реализацию здоровьесберегающей деятельности, снижение факторов риска (интенсификации нагрузки);

– свобода самовыражения предполагает создание условий для творческого развития личности.

К критериям социального здоровья часто относят уровень адаптации, конструктивное поведение в конфликтах, эмоциональный комфорт, социальную активность участников образования.

Социальное здоровье рассматривается нами как субъектно-личностное отображение гармоничного сочетания биологического, психического и психологического компонентов жизнедеятельности человека. В рамках

междисциплинарного подхода социальное здоровье определяется следующими ключевыми аспектами:

– адаптация и социализация: способность личности эффективно приспосабливаться к условиям микро- и макросоциума, сохраняя при этом индивидуальность.

– регуляция поведения: соответствие действий и реакций человека принятым общественным нормам, требованиям морали и конкретным ситуациям общения.

– качество отношений: наличие адекватных и значимых социальных связей, при которых личность проявляет альтруизм, эмпатию и ответственность перед другими.

– активная жизненная позиция: проявление социальной активности и деятельного отношения к миру, что обеспечивает взаимное развитие человека и общества.

Основными детерминантами социального здоровья являются личностные детерминанты: нравственные ценности, духовность и осознанное отношение к собственному здоровью. В структуре социального здоровья как динамического состояния в условиях адаптации к социальной среде, включая овладение профессиональными компетенция в образовательной среде особое значение имеют средовые и биологические факторы.

Средовые факторы в образовательном процессе связаны с условиями конкретной образовательной среды (особенно актуально для студентов, курсантов) и психолого-педагогическим сопровождением профессионального становления. В аспекте социального здоровья следует отметить глобальные миграционные процессы, которые приводят к культурному шоку как мигрантов, так и население страны, принимающей мигрантов.

Биологические факторы являются фундаментом, основой адаптации человека к социальной среде. Основными являются наследственность, физиологическое состояние, типологические особенности высшей нервной деятельности (ВНД). Сила и лабильность нервных процессов определяют скорость вхождения

в социум и устойчивость к социальным конфликтам. Темперамент, являясь биологической константой, влияет на стиль коммуникации и лидерские качества. Особое значение имеет психофизиологический резерв (энергетический потенциал) как совокупность физиологических и психических возможностей организма. Эмоциональная устойчивость и когнитивные ресурсы позволяют человеку эффективно функционировать, преодолевать стресс и выполнять сложные задачи. Он включает нереализованные функциональные возможности, необходимые для поддержания высокой работоспособности. Включает личностные черты (уверенность, устойчивость), накопленный опыт, навыки управления эмоциями и физическое здоровье. Личностные характеристики обеспечивают способность адаптироваться к изменяющимся условиям, противостоять стрессу и восстанавливаться после нагрузок. Раскрывается через активность человека, управление своими состояниями и мобилизацию внутренних ресурсов. Этот потенциал не является фиксированным и может быть увеличен через тренировки, работу над собой и правильный образ жизни.

Целесообразно отметить, что для выполнения социальных ролей (студент, профессионал, член семьи) человеку необходим определенный уровень «биологической энергии». Если ресурс здоровья (иммунитет, нормальная работа сердечно-сосудистой системы и пр.) ограничены, то обучающийся испытывает сложности в социальной адаптации.

Социальная адаптация характеризуется непрерывным процессом приспособления человека к меняющейся социальной среде, освоения норм, ценностей и ролей, необходимых для гармоничного взаимодействия с обществом. Она включает активное развитие личности, помогает выработать адекватное поведение и успешно функционировать в группе, обеспечивая психологическую устойчивость. Возрастные биологические циклы развития (например, периоды гормональной перестройки у молодежи) напрямую влияют на эмоциональную стабильность и, как следствие, определяют динамику адаптационных возможностей организма и качество социальных контактов.

Психофизиологический аспект социального здоровья указывает на взаимосвязь социального благополучия с показателями функционального состояния организма (например, вариабельность сердечного ритма) как скрытые компоненты адаптационного процесса, в частности в образовательной среде. Для социально здорового человека характерно адекватное восприятие действительности, интерес к окружающему миру и гармония личностных смыслов с интересами общества.

Одним из ключевых критериев социального здоровья учащейся молодежи является адаптация к образовательной среде и готовность к будущей профессиональной деятельности. Можно выделить три уровня показателей.

1. Социально-психологические показатели.

Уровень социальной адаптации: способность студента бесконфликтно входить в новую среду вуза и продуктивно взаимодействовать в группе.

Коммуникативный потенциал: качество и количество социальных связей, навыки эффективного общения и проявление эмпатии.

Социальная активность: степень участия в общественной жизни вуза и деятельное отношение к окружающему миру.

2. Личностно-субъективные показатели.

Нравственные ценности: соответствие поведения этическим нормам общества и наличие внутренней системы ответственности.

Отношение к здоровью: осознание ценности здоровья как ресурса для социальной и профессиональной реализации.

Адекватность самовосприятия: понимание своей социальной роли и гармония между личными целями и требованиями социума.

3. Психофизиологические индикаторы (объективные). Если у обучающегося высокие показатели социальной адаптации сочетаются с оптимальным функциональным состоянием организма, его социальное здоровье оценивается как высокое. Если же внешнее благополучие (хорошая учеба, активность) достигается ценой перенапряжения регуляторных систем организма, это свидетельствует о

скрытом неблагополучии. На основе этих критериев студентов часто классифицируют по уровням:

- адаптированные: высокие показатели по всем критериям;
- группа риска: формальное соблюдение норм при низком интересе к деятельности или признаках психофизиологического истощения;
- дезадаптированные: нарушения поведения, конфликтность, низкая социальная активность.

Можно выделить ключевые аспекты социального здоровья в контексте гуманизации образования:

- 1) стиль общения направлен на формирование атмосферы доверия, партнерства и взаимного уважения между педагогами, обучающимися и родителями;
- 2) социальная адаптация непосредственно как способность участников конструктивно встраиваться в социальную среду, преодолевая трудности;
- 3) здоровьесберегающая среда как условие организации образовательного процесса, в которой учитываются психофизиологические особенности, способствующая снижению утомляемости и повышению эмоционального фона.
- 4) Ценностные ориентации, направленные на развитие нравственных установок, навыков общения, эмоционального интеллекта и включенность в социально значимую деятельность.

Взаимосвязь в структуре социального здоровья выглядит как баланс между этими детерминантами (табл. 1):

Таблица 1

Взаимосвязь между детерминантами и структурой социального здоровья
(Башкирева Т.В., 2006)

Детерминанты	Роль в структуре
Биологическая	Создает материальную базу (энергию) для социальной активности
Психологическая	Обеспечивает внутреннюю устойчивость и мотивацию
Социальная	Задаёт вектор развития и предоставляет инструменты для реализации

Детерминанты социального здоровья обуславливают формирование, сохранение и динамику социального здоровья. Оно рассматривает их как систему, где биологическое тесно переплетается с социальным. Детерминанты социального здоровья можно разделить на три ключевых блока.

1. Личностные (внутренние) детерминанты. Это фундамент, на котором строится социальное поведение человека. К ним относятся:

– ценностно-смысловая сфера: наличие жизненных целей, понимание смысла своей деятельности и следование нравственным ориентирам;

– субъективное отношение к здоровью: осознание здоровья не просто как отсутствия болезней, а как «капитала», необходимого для достижения успеха в обществе;

– саморегуляция: способность личности управлять своими эмоциями и поведением в стрессовых социальных ситуациях.

2. Социально-средовые (внешние) детерминанты. Факторы окружения, которые либо способствуют развитию личности, либо тормозят его:

– образовательная среда для студентов и курсантов это ключевой фактор, а качество преподавания, психологический климат в группе и стиль общения с педагогами напрямую влияют на социальное благополучие;

– микросоциум (семья и друзья) характеризует уровень поддержки и характер отношений в ближайшем окружении;

– макросоциум определяет экономическую и политическую стабильность в стране, транслируемые обществом ценности и нормы.

Социальное здоровье является результатом того, насколько успешно личностные ресурсы человека (внутренние детерминанты) справляются с вызовами окружающей среды (внешние детерминанты) без ущерба для физиологического состояния.

Гуманизация образования в военных вузах имеет свои специфические черты. Сложность заключается в том, что она обусловлена процессом переориентации военного обучения на личность курсанта, предполагающим уважение к его внутреннему миру, развитие творческого потенциала, нравственных качеств

и создание диалоговой, партнерской среды вместо авторитарной системы. Это обеспечивает формирование у офицера сочетание профессиональных знаний с высокой культурой и человечностью. Основная задача гуманизации образовательного процесса в военных учреждениях направлена на гармоничное развитие личности будущего офицера, способного принимать ответственные решения на основе высоких этических норм.

Гуманизация образования при подготовке курсантов уголовно-исполнительной системы (УИС) обусловлена ориентацией образовательной среды на личность обучающегося, формирование гуманного отношения к осужденным и соблюдение прав человека. Она включает внедрение интерактивных методов, развитие профессионально-педагогической культуры, психологическую устойчивость и формирование морально-этических качеств сотрудника, необходимых для гуманизации исполнения наказаний. Гуманизация образования в системе УИС позволяет эффективно реализовать принятый в 2023 году Федеральный закон «О пробации в Российской Федерации». Суть которого заключается в направленности на ресоциализацию и адаптацию осужденных и бывших заключенных в трудной жизненной ситуации. Что также подчеркивает значимость социального здоровья в контексте гуманизации участников образовательного процесса в УИС.

Ключевыми аспектами гуманизации образовательного процесса в вузах ФСИН России являются:

- ориентация на личность – создание комфортных условий для развития курсантов, учет их индивидуальных интересов и склонностей;
- профессиональная направленность – педагогическая подготовка сотрудников УИС с акцентом на правовые основы, гуманистическое отношение к спецконтингенту и профессиональную этику;
- воспитательная работа – реализация программ воспитания, направленных на формирование высоких моральных качеств, сознательной дисциплины и уважения к человеческому достоинству;

– изменение образовательной среды – трансформация среды вуза для поддержки гуманистических ценностей, что включает внедрение новых технологий и методов обучения, ориентированных на развитие творческого мышления.

Цель гуманизации в образовательных организациях ФСИН РФ заключается в подготовке профессионалов, способных эффективно работать в пенитенциарной системе, соблюдая при этом нормы морали и права. Можно выделить такие аспекты гуманизации образования курсантов как:

– личностно-ориентированный подход, который обусловлен знанием индивидуальных особенностей, интересов и потребностей курсанта в процессе обучения;

– нравственное воспитание включает развитие духовно-нравственных ценностей, воспитание офицерской чести и гуманности;

– демократизация отношений предполагает взаимоуважение между преподавателями (командирами) и курсантами, развитие диалога в образовательном процессе;

– аксиологизация (ценностная ориентация) заключается в приобщении курсантов к общечеловеческим, национальным, культурным ценностям многонационального государства РФ;

– здоровьесбережение обусловлено созданием комфортной среды для обучения, ценностным отношением к жизни, ответственностью, эмпатией, что необходимо для профессиональной деятельности, применение средств, инструментов, позволяющие осуществлять мониторинг физического, психического и социального здоровья курсантов;

– гуманитаризация обеспечивает повышение роли гуманитарных дисциплин (права, психологии, социологии) для формирования широкого кругозора и социальной ответственности;

– создание безопасной психологической атмосферы в вузах ФСИН.

Гуманизация образования курсантов УИС предполагает ориентацию учебно-воспитательного процесса на личность обучающегося, уважительное отношение, учет индивидуальных особенностей, формирование творческого

мышления и нравственных ценностей с высоким уровнем эмпатии и уважения к правам человека, развитие критического мышления. Это позволяет перейти от жесткой авторитарной модели к воспитанию будущего сотрудника, способного к творческому подходу, осознанному выполнению служебных обязанностей и соблюдению законности.

В профессиональной подготовке сотрудников УИС следует сочетать принципы законности, уважение достоинства личности. В условиях современной службы, где от офицера требуются не только навыки стрельбы, но и высокий эмоциональный интеллект, критическое мышление и этическая стойкость, этот фактор становится решающим для успешной адаптации. По мнению исследователей гуманизация образования является одним из основных факторов, формирующих гуманизацию общества, поскольку в процессе социализации осваиваются нормы, правила и ценности.

Современный сотрудник УИС должен быть интеллектуально развит, стрессоустойчив, коммуникабелен, готовым к действиям в экстремальных ситуациях, уметь работать эффективно в соответствии с принципами законности, гуманности и уважения к правам человека. Наличие перечисленных качеств будет свидетельствовать о его сформированной личности как профессионала.

Принцип гуманизации и гуманитаризации профессиональной подготовки в вузе ФСИН России предполагает создание содержательных, организационных и методических условий, обеспечивающих становление зрелой личности сотрудника уголовно-исполнительной системы с учетом индивидуальных особенностей и этапов становления ценностного отношения к себе как к профессионалу и к системе служебных отношений, построенных на принципах подчинения. В тоже время, в качестве основных результатов профессиональной подготовки курсанта вуза ФСИН России должны стать самооценочность и исполнительность, эмоциональная устойчивость, рефлексивность и уважение к правам человека вообще, и заключенного, в частности.

Гуманизация образования является системообразующим фактором адаптации, так как она интегрирует личные цели обучающегося с государственными

задачами. Офицер, адаптированный в гуманистической среде, более эффективен в управлении персоналом, менее склонен к коррупционным рискам и психологическому выгоранию.

Социальная адаптация курсантов уголовно-исполнительной системы (УИС) в контексте гуманизации образования представляет собой процесс интеграции личности в жестко регламентированную ведомственную среду через развитие субъектности, этической ответственности и гуманистической направленности. В отличие от традиционных методов, гуманизация фокусируется на преодолении технократического подхода, где курсант рассматривается не как объект дрессуры, а как личность, способная к осознанному выполнению служебного долга.

Важным аспектом социального здоровья обучающихся является адаптация к будущей профессиональной деятельности как основополагающего критерия социального здоровья. Гуманизация образования выступает инструментом, смягчающим негативные последствия вхождения в систему и повышающим профессиональную эффективность. Для оптимизации процесса благоприятной социальной адаптации курсантов в систему УИС в аспекте гуманизации является психолого-педагогическое сопровождение курсантов и наставничество.

Современный этап реформирования уголовно-исполнительной системы (УИС) ставит перед ведомственным образованием сложную задачу: подготовить специалиста, обладающего не только жесткими профессиональными компетенциями, но и высоким уровнем гуманитарной культуры. Проблема социальной адаптации курсантов первого года обучения к условиям службы остается острой, так как жесткая регламентация жизнедеятельности часто вступает в конфликт с личностными ожиданиями молодых людей. Исследователи отмечают, что социальная адаптация, как критерий социального здоровья включает компоненты: деятельностный, коммуникативный, психологический. Гуманизация является тем фундаментом, который обеспечивает профилактику профессиональной деформации, здоровье, профессиональное долголетие будущих сотрудников уголовно-исполнительной системы.

В контексте гуманизации образовательного процесса сравнение аспектов социального здоровья участников гражданских вузов и учреждений ФСИН различаются условиями среды, которые можно назвать ключевой детерминантой. Следовательно, условия социальной адаптации к будущей профессиональной деятельности различаются. Студенты обладают большей степенью свободы, но и большей неопределенностью. Их социальное здоровье во многом зависит от самоорганизации и умения выстраивать связи в разнородной среде. Курсанты находятся в условиях жесткой регламентации, дефицита личного времени и пространства. Здесь социальное здоровье определяется способностью подчинять личные интересы коллективным и дисциплинарным нормам.

Психофизиологический аспект также показывают специфическую динамику формирования социального здоровья в условиях образовательного процесса студентов и курсантов. У курсантов часто наблюдается более высокий индекс напряжения (ИН). Это «плата» организма за постоянную готовность к действию и соблюдение субординации. Однако их социальное здоровье может быть стабильнее за счет четких социальных ориентиров. У студентов напряжение чаще связано с экзаменационным стрессом и социально-бытовой неустроенностью. У них выше риск «вегетативного хаоса» из-за отсутствия четкого режима дня, что подрывает биологический фундамент социального здоровья.

Наши исследования показали, что социальное здоровье в контексте гуманизации участников образовательного процесса можно выделить доминанты. Для студента социальное здоровье зависит от креативности, расширении социальных контактов и поиска своего «Я» в будущей профессии. Для курсантов ключевыми являются исполнительность, эмоциональная устойчивость в иерархической системе и формирование «корпоративной» идентичности.

В гражданском вузе среда стимулирует личностное развитие студента, в ведомственном вузе среда направлена на унификацию и формирование жестких профессионально-важных качеств. Можно сказать, что социальное здоровье курсанта – это здоровье «человека системы», где важна надежность и

нормативность, а социальное здоровье студента – это здоровье «человека выбора», где на первый план выходит гибкость и личная инициатива.

Индивидуальное социальное здоровье в контексте гуманизации участников образовательного процесса студентов и курсантов различаются и зависят от тех задач, которые им предстоит решать в профессиональной деятельности. Индивидуальное социальное здоровье является высшей ценностью. Гуманизация предполагает переход от «человека-функции» (особенно актуально для курсантов) к «человеку-субъекту», который осознает свою значимость и ценность своего здоровья. Индивидуальное социальное здоровье это не просто отсутствие конфликтов, а качество бытия личности в образовательной среде. Особенно в этом плане важен педагогический такт и эмпатия преподавателя. Авторитарный стиль общения рассматривается как «антигуманный», так как он вызывает у студентов/курсантов состояние социальной фрустрации, ведущее к психосоматическим расстройствам. Гуманизация образовательного процесса в нашем понимании обусловлена созданием условий, в которых студент или курсант достигают социальных целей не ценой потери здоровья, а за счет раскрытия своего внутреннего потенциала.

Цифровизация, искусственный интеллект и социальное здоровье в аспекте гуманизации образования.

В мир XXI века с развитием интернета пришла эпоха цифровизации. Внедрение цифровых технологий (интернет, AI, облачные вычисления, Big Data) осуществляется во все сферы жизни. В современном образовании цифровизация рассматривается как новый глобальный вызов, который радикально меняет среду обитания студентов и курсантов, создавая новые риски для их социального здоровья. В аспекте гуманизации ключевой проблемой становится сохранение «человеческого в человеке» внутри цифрового пространства. Цифровизация влияет на социальное здоровье через призму трансформации социальных связей, увеличивается вероятность риска дегуманизации. Дегуманизация рассматривается как психологический и социальный процесс, при котором отдельные люди или группы, подверженные манипуляции сознания, оказываются под влиянием

цифровой зависимости. Исследователи отмечают цифровую зависимость как потребность в постоянном использовании цифровых устройств (смартфонов, ПК) и контента (соцсети, игры), приводящая к потере контроля над временем. Она негативно влияет на психическое здоровье, отношения и продуктивность. Основные признаки включают раздражительность без гаджетов, эйфорию в сети и пренебрежение реальной жизнью.

Цифровая среда все чаще подменяет живое общение виртуальным, что, влияет на фундаментальные компоненты социального здоровья. Наблюдается снижение эмпатии, опосредованное экраном общение обедняет эмоциональный опыт, затрудняя развитие сопереживания, которое является основой гуманных отношений. Отмечается социальная автономизация. Несмотря на общение в сети, человек может чувствовать глубокое одиночество, что ведет к росту социальной фрустрации. Наши исследования показали, что длительное пребывание в цифровой среде влечет высокую биологическую нагрузку на организм, особенно обучающихся. Формирование устойчивости в поведении, отношениях и реализации индивидуальных установок, соответствующих самооценке человека, противопоставляется социальной адаптации (приспособлению) и обеспечивает формирование уникальной индивидуальности, сохраняя при этом связь с обществом.

Поток разнообразной противоречивой информации вызывает когнитивный диссонанс и перенапряжение регуляторных систем, характерные для информационного стресса. Мозг и вегетативная система не успевают восстанавливаться, что подрывает биологический фундамент социального здоровья. В таких случаях гуманизацию следует проявлять в соблюдении «цифровой гигиены» и защите когнитивных ресурсов студента.

С нашей точки зрения в контексте гуманизации образования цифровизация должна быть антропоцентричной. Для студентов цифровые инструменты (LMS, онлайн-курсы) должны расширять субъектность и свободу выбора, а не превращать обучение в механическое выполнение тестов. Для курсантов риск цифровизации как правило сопровождается усилением тотального контроля.

Гуманистический подход требует, чтобы цифровые технологии упрощали быт и обучение, а не становились инструментом психологического давления.

В условиях манипулятивного воздействия цифровой эпохи критерием социального здоровья является необходимость формирования цифровой резистентности (сопротивляемости). Суть которой заключается в сохранении и развитии критического мышления, нравственных ориентиров, сохранение реальных социальных контактов.

Однако существует ряд технических трудностей, связанных с качеством и обеспечением цифровой продукции. Это объясняется уровнем экономического развития конкретных стран. А также следует обратить внимание на развитие цифровой компетенции у педагогов. Цифровые компетенции также имеют зависимость от доступности цифрового пространства. Работа в этом пространстве не должна ограничиваться только использованием информационно-коммуникационных технологий. Поэтому наблюдается миграция молодежи в более экономически развитые страны для получения качественного образования.

Одной из приоритетных задач в использовании информационно-коммуникативных технологий (ИКТ) является сохранение психического здоровья и психологической комфортности. Активно ведутся исследования влияния информационного и цифрового пространства на психологическое здоровье взрослых и детей. Однако, остается недостаточно изученной взаимосвязь физического здоровья и ИКТ.

Внедрение информационно-коммуникационных технологий в обучение привело к появлению такой педагогической технологии как «геймификация». Исследователи считают, что геймерство мотивирует познавательную активность обучающихся и позитивно отражается на их личностном развитии. В литературе отмечают, что компьютерные игры выполняют образовательную и познавательную функции, снижают психоэмоциональное напряжение у обучающихся [Andrés Fuster-Guilló]. в образовательной среде появляется киберпространство, позволяющие расширить индивидуальные и коллективные возможности. Сегодня акцент сдвигается к использованию нейросетей в образовательном процессе.

Нейросети повышают вовлеченность в учебный процесс, экономят время, индивидуализируют и мотивируют обучение. Наши исследования показали положительное значение искусственного интеллекта (ИИ) в развитие личности обучающихся. Однако существуют опасения по поводу снижения критического мышления, риска плагиата и замены человеческого общения. Безусловно, необходимо многоаспектное, междисциплинарное изучение вопроса внедрения нейросетей в образовательный процесс в аспекте гуманизации. С появлением компьютерных технологий появляется всё больше исследований в различных научных областях (рис. 1).

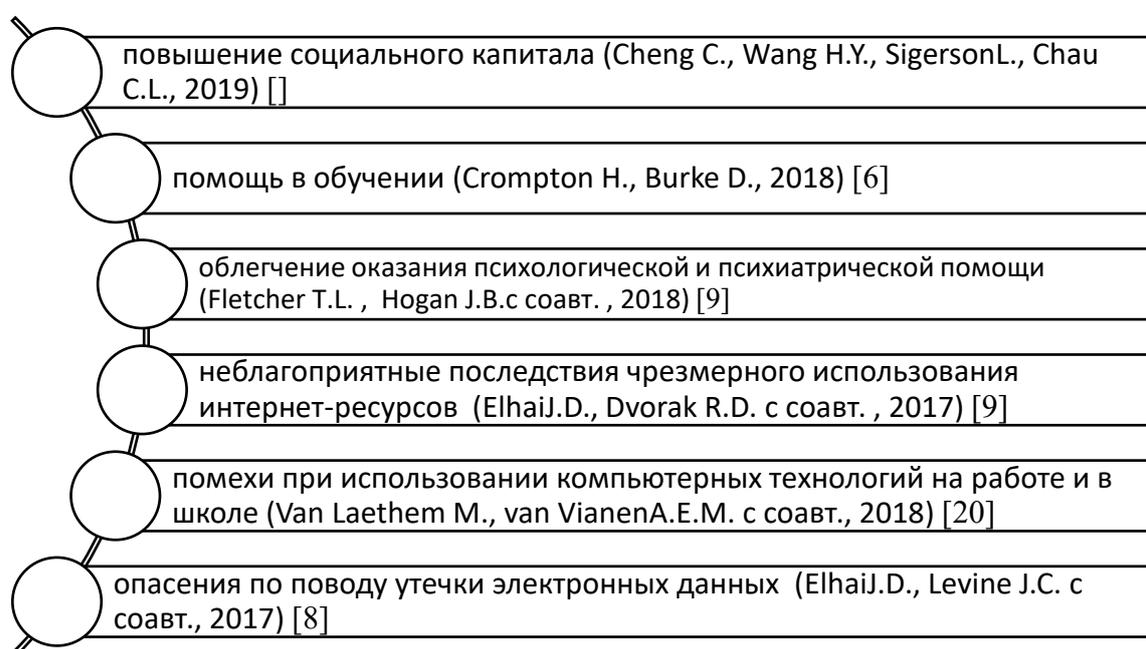


Рис. 1. Научные области киберпсихологии

Внедрение дистанционного обучения также связано с использованием компьютерных технологий, так как осуществляется с учётом компьютеризированных инструментов и пространства.

Внедрение дистанционного обучения (ДО) мы рассматриваем как критический период адаптации, который подвергает социальное здоровье студентов и курсантов серьезному испытанию. В отличие от традиционного формата, ДО резко смещает баланс в структуре социального здоровья.

Главный риск дистанционного формата заключается в исчезновении живого контакта «преподаватель – студент» и «курсант – курсант», что можно отнести к

социальной депривации. Для студентов это ведет к потере чувства общности и снижению уровня социальной ответственности. Для курсантов может парадоксально усиливать изоляцию, так как привычные механизмы коллективной поддержки (учебная группа как малая социальная система) переходят в цифровой, менее эмоциональный формат.

Наши исследования показали, что внедрение дистанционного обучения может привести у некоторых обучающихся к «скрытому неблагополучию». При анализе ВСР (вариабельности сердечного ритма) выявлено, что у обучающихся в ДО фиксируется рост индекса напряжения. Это связано с необходимостью долго концентрировать внимание на экране и отсутствием привычных двигательных и эмоциональных разрядок. Гуманизация процесса ДО требует жесткого нормирования экранного времени, чтобы «биологическая цена» образования не привела к истощению адаптационных резервов.

С точки зрения гуманизации, дистанционное обучение требует от обучающегося высочайшего уровня саморегуляции. Выявлено, что социально здоровый студент при ДО проявляет автономность и инициативность. Если же индивидуальные социальные связи слабые, обучающийся может оказаться в еще большей изоляции или апатии, что увеличивает вероятность поиска таких групп на сайтах, с которыми он будет стремиться к идентификации.

Дистанционное обучение можно рассматривать как своего рода «проверку» гуманизации. В авторитарной среде ДО превращается в «цифровой контроль» и сухую передачу информации, что губительно для социального здоровья. В гуманистической среде проявляется через персонализацию заданий и внимание к психоэмоциональному состоянию обучающегося (даже через экран).

С позиции гуманизации социальное здоровье участников образовательного процесса желательно поддерживать смешанный формат (Blended Learning) – сочетание цифры и реального общения для сохранения социальной ткани коллектива. Педагогу необходимо компенсировать отсутствие физического присутствия повышенной эмоциональной выразительностью и поддержкой. Осуществлять мониторинг состояния здоровья обучающихся. Регулярная диагностика не только

успеваемости, но и психофизиологического напряжения позволяет выявлять риски срыва адаптации. Дистанционное обучение должно быть не заменой реальности, а расширением образовательного пространства, где главной задачей остается сохранение психофизиологического баланса и социальной активности личности.

Гуманизация образовательного процесса в условиях цифровизации это создание гибридной среды, где технологии не замещают педагога, а освобождают его от рутины для живого, развивающего общения со студентом. Социальное здоровье при этом сохраняется только тогда, когда цифровизация подчинена целям развития личности, а не целям технологической эффективности. Цифровизация без гуманизации ведет к росту «функциональных» расстройств социального здоровья, где человек становится придатком системы. Гуманистический подход требует ставить во главу угла психофизиологическое благополучие человека, взаимодействующего с цифровыми технологиями и искусственным интеллектом.

Формирование социально-психологических установок у курсантов в образовательном учреждении ФСИН России как критерий социального здоровья.

В контексте исследований формирование социально-психологических установок у курсантов вузов ФСИН России является не просто педагогической задачей, а фундаментальным критерием их социального здоровья. Специфика службы в уголовно-исполнительной системе (УИС) предъявляет экстремальные требования к личности, поэтому установки здесь выступают как защитный, адаптационный механизм.

1. Профессионально-ценностные установки для курсанта ФСИН в аспекте социального здоровья определяются тем, насколько его личные установки совпадают с гуманистическими ценностями права. Можно выделить следующие ключевые установки:

– установка на законность и гуманизм: в условиях работы с осужденными социально здоровый курсант должен сохранять установку на уважение человеческого достоинства. Деформация этой установки (переход к цинизму или агрессии) рассматривается как признак социального нездоровья;

– служебная идентичность: принятие роли «представителя государства» помогает курсанту структурировать свою жизнь, что снижает внутреннюю тревожность и стабилизирует вегетативную нервную систему.

2. Социально-психологические установки в коллективе включают:

– корпоративность и взаимовыручку, поскольку для курсанта ФСИН «социальное» ограничено рамками взвода/курса, а установка на поддержку товарища является адаптивным механизмом, снижающим «цену адаптации».

– конструктивное подчинение заключается в установке на принятие иерархии без внутреннего протеста, если курсант внешне подчиняется, но внутренне копит агрессию, фиксируется психофизиологическое перенапряжение, что свидетельствует о нарушении социального здоровья.

3. Установка на самосохранение здоровья. Формирование у курсантов установки на здоровый образ жизни как профессиональную обязанность включает физическую форму и психическую устойчивость как инструмент службы. Отсутствие этой установки ведет к быстрому профессиональному выгоранию еще на этапе обучения.

4. Риски деформации установок («профессиональная деформация»). Искажение социально-психологических установок может являться угрозой социальному здоровью. В среде ФСИН это проявляется через: установку на «силовое решение», перенос служебных методов в обычную жизнь.

5. Эмоциональную черствость: проявляется в снижении эмпатии как защитной реакции на негативную среду (например, контингент осужденных).

Были изучены социально психологические установки у курсантов 19–21 года. В работе использовались эмпирические методы: констатирующий эксперимент, беседа, а также методы математической ($M \pm m$; $\pm \sigma$) и статистической обработки (r) с вычислением основных показателей.

В работе дан общий и сравнительный анализ результатов исследования. Комплексное исследование проводилось на основе следующих методик.

1. Методика диагностики социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере по методике О.Ф. Потемкиной.

Цель: выявить степень выраженности социально-психологических установок у курсантов в возрасте 18–21 год.

Методика О.Ф. Потемкиной включает:

1. «Ориентация на процесс» – люди, ориентированные на процесс, менее задумываются над достижением результата. Их процессуальная направленность препятствует их результативности.

2. «Ориентация на результат» – люди, ориентирующиеся на результат – одни из самых надежных. Они достигают результата в своей деятельности вопреки суете, помехам, неудачам.

3. «Ориентация на альтруизм» – наиболее ценная общественная мотивация, наличие которой отличает зрелого человека.

4. «Ориентация на эгоизм» – интересы человека сосредоточены на своих интересах и выгоде для себя.

5. «Ориентация на труд» – труд приносит радость и удовольствие больше, чем что-либо.

6. «Ориентация на свободу» – главная ценность – это свобода. готовность идти на жертвы ради отстаивания своей независимости (иногда от мнимой опасности).

7. «Ориентация на власть» – ведущей ценностью является влияние на других, на общество.

8. «Ориентация на деньги» – основной ориентацией является стремление к увеличению своего благосостояния.

Тестируемые отвечали на 80 вопросов двумя способами: «да» или «нет», результаты подсчитываются по специально подготовленному ключу.

2. Методика диагностики уровня эмпатических способностей В.В. Бойко.

Цель: Исследование каналов эмпатии и общего уровня эмпатических способностей.

1. Рациональный канал эмпатии характеризует направленность внимания, восприятия и мышления эмпатирующего на сущность любого другого человека –

на его состояние, проблемы, поведение. Это спонтанный интерес к другому, открывающий шлюзы эмоционального и интуитивного отражения партнера.

2. Эмоциональный канал эмпатии. Фиксируется способность эмпатирующего выходить в эмоциональный резонанс с окружающими – сопереживать, сочувствовать.

3. Интуитивный канал эмпатии. Свидетельствует о способности респондента видеть поведение партнеров, действовать в условиях дефицита исходной информации о них, опираясь на опыт, хранящийся в подсознании.

4. Установки, способствующие или препятствующие эмпатии. Облегчают или затрудняют действие всех эмпатических каналов.

5. Проникающая способность в эмпатии расценивается как важное коммуникативное свойство человека, позволяющее создавать атмосферу открытости, доверительности, задушевности.

6. Идентификация – умение понять другого на основе сопереживаний, постановки себя на место партнера.

Курсантам предлагалось ответить на 36 вопросов (да или нет), которые анализировались по отдельным шкалам и общая суммарная оценка уровня эмпатии. Оценки по каждой шкале могут варьировать от 0 до 6 баллов

и указывают на значимость конкретного параметра в структуре эмпатии.

Описание этапов эмпирического исследования:

– организационный. При выборе данных методик особое внимание уделялось их универсальности и раскрытию качеств исследуемых;

– эмпирический. Обследуемым были представлены вышеуказанные методики, обработаны данные;

– обобщающий. В соответствии с полученными результатами сформулированы выводы об особенностях развития социально-психологических установок у курсантов юношеского возраста в условиях подготовки к профессиональной деятельности и даны рекомендации значимые в профессиональной деятельности будущих специалистов психологической службы уголовно-исполнительной системы.

Сравнительный анализ сравниваемых групп (18–19 лет и 20–21 год) показал возрастные различия в социально-психологических установках личности курсантов как мотивационно-потребностной сферы (методика О.Ф. Потемкиной).

В целом курсантов юношеского возраста (18–20 лет) в приоритете личностного развития имеет место интерес к освоению профессиональных знаний в образовательных условиях как ценность трудовой деятельности. Анализ рангов показал, что у юношества образовательного учреждения ФСИН России ценностью являются: процесс, результат и свобода. Увеличивается значение понятия «труд». Становление личности обследованных связано с расширением и углублением знаний о себе, с их обобщением и наполнением «личностными смыслами», с усилением их побудительно – мотивационной роли (рис. 2).

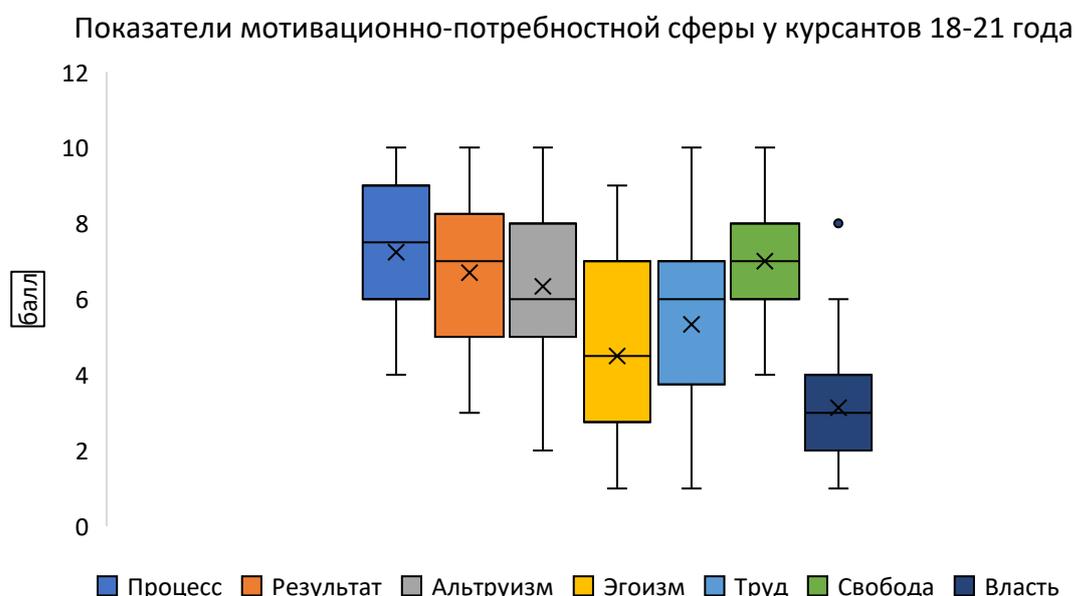


Рис. 2. Показатели мотивационно-потребностной сферы у курсантов 18–21 года

Использование методики эмпатических способностей (методика В. В. Бойко) показало, что на первое место первокурсники ставят эмоциональный канал, хотя он немного развит больше, чем остальные. У первокурсников на первое место выходит способность входить в эмоциональный резонанс с окружающими – сопереживать, сочувствовать. У второкурсников эмоциональный канал выходит на 2-ое место, хотя более развит, чем у первокурсников. Ранжирование показателей эмпатии выявило, что к 21 году у курсантов усиленно

формируется эмоциональная составляющая в эмпатичности. Эмпатия расценивается как важное коммуникативное свойство человека. И снижается значимость «цели» эмпатии, формируется общее представление о ней.

Нужно обратить внимание на то, что в образовательном учреждении ФСИН России необходимо проводить профессиональную психологическую подготовку курсантов, направленную на развитие социально-психологических установок значимых в будущей профессиональной деятельности. Осуществлять психологическое сопровождение воспитательной и профилактической работы с курсантами. Особое внимание уделяется соблюдению нормативных документов: Конституции Российской Федерации, Кодекса профессиональной этики и т. д., соблюдению законности.

Планируется организовать тренинги – «группы встреч». Группы встреч – это особый вид личностно-ориентированного обучения, где участники работают над схожими темами, которые их объединяют. Наиболее типичными техниками, используемыми в группах встреч, являются элементы психодрамы, социодрамы, техники расширения сознания, техники диссоциации, групповые дискуссии и ролевые игры. Целесообразно использовать тренировочные упражнения на изобретательность и креативность. Предпочтительно также делать тренировочные упражнения, такие как: «Какого я цвета», «Стоять в кругу», «Твое будущее», «Благодарность без слов» и другие.

Такие упражнения формируют значимые социально-психологические установки и эмпатичность, востребованные в будущей профессиональной деятельности и осознание себя как профессионала, несущего серьезную ответственность.

Таким образом, на основе результатов эмпирического исследования выявлено, что социально-психологические установки и эмпатия имеют возрастные различия между возрастом 18–19-лет и 19–21 обусловленные обучением в образовательной учреждении уголовно-исполнительной системы, а также овладением профессиональными знаниями, влияющие на развитие личности курсантов.

Юношество – это этап определения жизненного пути – учеба в вузе, создание семьи, работа по выбранной специальности. Данному возрасту характерны самоанализ и рефлексия, эмоциональная возбудимость. Также, с возрастом возрастает волевая регуляция, наблюдается яркое проявление общего эмоционального фона, склонность к самоанализу, обобщение собственных знаний о себе. Демонстрируется стремление к самоутверждению. Самоуважение является одной из значимых психологических характеристик юношества. Для профессионального самоопределения, социальное созревание молодежи обусловлено ситуацией подготовки к выбору профессии и приобщения к общественно полезному труду. Проблема развития социально-психологических установок в юношеском возрасте относится к числу значимых в формировании социального здоровья в условиях подготовки к будущей профессиональной деятельности.

Внедрение гуманистических установок в вузах ФСИН, позволяет курсанту не просто «выжить» в системе, а сохранить целостность личности. Социально здоровый курсант – это тот, чьи установки позволяют ему эффективно выполнять жесткие профессиональные задачи, сохраняя при этом психофизиологический баланс и человечность.

Нравственно-этические аспекты социального здоровья.

Гуманизация высшей школы является стратегической образовательной технологией, направленно на сохранение социального здоровья всех участников процесса.

Для высшей школы выделим некоторые векторы гуманизации.

1. Переход к субъект-субъектным отношениям. Это центральный элемент гуманизации. Преподаватель перестает быть транслятором знаний, а студент – их пассивным приемником. Студент признается полноправным субъектом своей жизнедеятельности. Отсутствие давления и принуждения снижает психологическую напряженность. Согласно нашим исследованиям в группах с демократическим стилем управления, у студентов фиксируются более благоприятные показатели вариабельности сердечного ритма (меньший индекс напряжения).

2. Приоритет саморазвития над обучением. Гуманизация предполагает, что вуз должен научить студента не только профессии, но и искусству саморегуляции. Индивидуализация учитывает психофизиологические особенности (темперамента, типа нервной системы) обучающихся при распределении учебной нагрузки. Здоровьесбережение включает обучение методам сохранения социального и психического здоровья как обязательная часть программы (особенно актуально для будущих сотрудников ФСИН и силовых структур).

3. Эмоциональный интеллект и эмпатийная среда. Высшая школа должна формировать культуру чувств. Гуманизация здесь проявляется через создание атмосферы психологической безопасности, где поощряется инициатива. Развитие навыков конструктивного общения является профилактикой социальных конфликтов и изоляции.

4. Этико-ценностная направленность. Гуманизация высшей школы не возможна без опоры на нравственность. Социальное здоровье студента напрямую связано с его ценностными ориентациями. Если цели обучения (карьера, деньги) вступают в конфликт с общечеловеческими ценностями (честность, гуманизм), наступает состояние дезадаптации. Вуз должен транслировать гуманистические идеалы через личность самого педагога.

5. Проблема «технократического» подхода. Любая инновация в высшей школе должна оцениваться с точки зрения «цены здоровья», ориентируясь на «не навреди!».

Гуманизация в высшей школе предполагает создание такой среды, в которой профессиональное становление студента или курсанта происходит одновременно с укреплением его индивидуального социального здоровья, а не за счет его потери.

Нравственно-этический компонент является «ядром» социального здоровья, если биологический фактор – его основа, то нравственность – это регулятор, который определяет вектор поведения человека в обществе.

Согласно такому подходу, социальное здоровье невозможно без сформированной системы этических координат. Нравственные установки как своего рода

защитной функцией обучающегося. Человек с четкими этическими принципами менее подвержен негативному влиянию среды, например, криминальной субкультуре или деструктивным сетевым сообществам. Наличие твердых убеждений снижает внутреннюю конфликтность. С точки зрения психофизиологии это проявляется в более стабильном сердечном ритме (ВСП), так как у личности нет «раздвоения» между действиями и совестью, что способствует устойчивости к стрессу.

Совесть и ответственность как критерии здоровья характеризуют социальную составляющую социального здоровья студента или курсанта. Общественные правила и моральные нормы (честность, долг, справедливость) становятся его внутренними потребностями, а не внешним принуждением. Социальная ответственность характеризуется осознанием последствий своих поступков, без этого аспекта социальное здоровье можно рассматривать как ущербное. Увеличивается вероятность проявления различных девиаций.

В аспекте гуманизации нравственное здоровье проявляется через отношение к другому человеку. Способность к бескорыстной помощи и сопереживанию характерно для высокого уровня социальной адаптации. Социально здоровый индивид строит субъект-субъектные отношения, видя в другом человеке ценность, а не средство достижения цели.

Ключевым критерием нравственного аспекта является адекватность поведения. Если декларация ценностей (правильные слова) расходится с реальными поступками, возникает состояние когнитивного диссонанса. Этот разрыв ведет к психосоматическим расстройствам, что подтверждает её тезис о неразрывности этики и биологии человека.

Полученные исследовательские данные позволяют составить нравственный портрет социально здоровой личности в контексте гуманизации образовательного процесса (табл. 2).

Таблица 2

Нравственный портрет социально здоровой личности

Параметр	Проявление нравственного здоровья
----------	-----------------------------------

Отношение к нормам	Добровольное и осмысленное следование этике
Отношение к людям	Гуманизм, уважение достоинства, эмпатия
Отношение к себе	Самоуважение основано на честности перед собой
Результат	Внутренняя гармония и минимальная «цена адаптации»

Наши исследования позволяют утверждать, что нравственность – это высший уровень социальной адаптации. Нравственный человек более «экономен» в своих психофизиологических затратах, так как он не тратит энергию на внутреннюю борьбу с самим собой.

Социальное здоровье как нравственно-этическое отношение личности к себе и окружающему миру, основано на системе духовных ценностей. Оно включает потребность соблюдать социальные нормы, ответственность, альтруизм, обеспечивая полноценное функционирование человека в обществе.

В современном динамично развивающемся обществе, отличающемся достаточно большой информационной нагрузкой, преобразованием социальных ролей и ценностей, важное значение приобретает изучение самооценки, мотивации, адаптации и психологического благополучия личности, являющихся структурными компонентами личности. Понимание особенностей формирования и развития личности на основе результатов психологической диагностики дает возможность разрабатывать наиболее эффективные способы психологической помощи, образования и саморазвития личности курсанта в его подготовке к профессиональной деятельности.

Коммуникативная сфера представляет собой деятельность, которая является основным инструментом и формой общения. Однако эффективное участие в коммуникативной сфере требует не просто наличия общения, а определенного уровня развития личности, что выражается в коммуникативной компетентности.

В психологии под коммуникативной компетентностью понимают сложную личностную характеристику, включающую коммуникативные способности и умения, психологические знания в области общения, свойства личности, психологические состояния, сопровождающие процесс общения. Позитивное и адекватное самовосприятие, высокая самооценка и гармоничное самоотношение способствует развитию уверенности в себе, эмпатии и умению устанавливать

конструктивные отношения с коллегами, подозреваемыми, обвиняемыми и осужденными.

Результатами нашего исследования выявлено, что для большинства курсантов, представляющих будущий кадровый резерв уголовно-исполнительной системы, характерен средний уровень ожидаемого отношения от других. Повышенная потребность в одобрении и поддержке может как положительно, так и отрицательно отражаться на коммуникативной компетентности. С одной стороны, стремление заслужить положительную оценку со стороны руководства и одноклассников может мотивировать к более ответственному и тщательному выполнению служебных обязанностей, а также к построению конструктивных отношений. С другой стороны, чрезмерная зависимость от мнения окружающих может приводить к неуверенности в себе, трудностям в принятии самостоятельных решений и повышенной восприимчивости к критике, что может в дальнейшем негативно отразиться на эффективности коммуникации. Низкий уровень ожидаемого отношения от других, выявленный у равного количества курсантов мужского и женского пола, может указывать на высокую степень независимости и уверенности в себе. Однако, в некоторых случаях, это может быть связано с недостаточной потребностью в установлении близких межличностных контактов и трудностями в проявлении эмпатии, что также может препятствовать эффективной коммуникации в профессиональной деятельности сотрудника.

Выявлено, что такие ожидания как отношение других, зависимость от мнения окружающих и конгруэнтное самопринятие влияют на потенциал развития коммуникативной компетентности будущих сотрудников уголовно-исполнительной системы, что приводит нас к выводу о важности их учета в процессе реализации образовательной деятельности в образовательных организациях ФСИН России в аспекте гуманизации образовательного процесса.

Поэтому жизнь сотрудников уголовно-исполнительной системы протекает в состоянии повышенной требовательности от закона, вышестоящего руководства, коллектива, а также и от самого себя. В связи с этим особый интерес для нашего исследования вызвало изучение самооффективности личности курсантов

образовательных организаций ФСИН России как будущих сотрудников исправительных учреждений.

Самоэффективность личности представляет собой веру индивида в свои способности, с помощью которых он может эффективно решать те или иные задачи, действовать в определенной ситуации, а также проявлять настойчивость в их достижении конкретных целей. Актуальность в рассмотрении проблемы самоэффективности курсантов состоит в их особой подготовленности, многозадачности будущей деятельности, в требовании высокой психологической устойчивости и уровня самоконтроля, умении адекватно действовать при любых экстремальных условиях.

В нашем исследовании были использованы следующие методики: Методика «Самоэффективность» Маддукса – Шеера; Тест жизнестойкости (Методика С. Мадди, адаптация Д. А. Леонтьева); Методика КОС–2 «Коммуникативных и организаторских склонностей» (В. В. Синявский и Б. А. Федоришин).

Обследованы курсанты психологического направления подготовки в учреждении ФСИН России в возрасте от 18 до 23 лет.

В результате применения методики КОС–2 было установлено, что на «высшем уровне» развития организаторских способностей находится 35% курсантов, 50% – на высоком, 10% – на среднем, 5% – на низком уровнях.

Жизнестойкость представляет собой важный компонент самоэффективности личности курсантов, который препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счет стойкой борьбы со стрессами, преуменьшении их значимости. Это понятие включает в себя три сравнительно автономных компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска. При этом показатель вовлеченности отражает удовольствие от собственной деятельности, контроль – ощущение самостоятельного выбора деятельности, а принятие риска – убежденность в том, что все то, что случается с индивидом, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта.

В нашем исследовании были выявлены статистически значимые корреляционные связи между шкалами «Вовлеченность» и «Самоэффективность

предметной деятельности» ($r = 0,61$; $p < 0,01$), параметра «Контроль» с «Самозффективность предметной деятельности» ($r = 0,64$; $p < 0,01$) и «Самозффективность межличностного общения» ($r = 0,50$; $p < 0,05$). В ходе анализа были установлены значимые корреляционные связи шкалы «Жизнестойкость» со шкалами «Самозффективность предметной деятельности» ($r = 0,70$; $p < 0,01$) и «Самозффективность межличностного общения» ($r = 0,47$; $p < 0,05$).

Исследование показало, что в реализации гуманизации образовательного процесса важное место в формировании социального здоровья будущих сотрудников УИС занимает «Самозффективность предметной деятельности и «Самозффективность межличностного общения», характеризующие «жизнестойкость» и «контроль» как готовности к эффективному преодолению стрессовых ситуаций.

Коммуникация является важным условием успешной социальной адаптации. В процессе обучения в образовательных организациях ФСИН России курсанты вступают в разнообразные по содержанию и динамичности межличностные взаимодействия друг с другом и с руководством. При этом взаимодействие как общение и коммуникация в учебных коллективах часто влечет за собой трудности во взаимопонимании. Коммуникация – это главный инструмент взаимодействия с миром и объективный показатель внутреннего благополучия. С точки зрения психофизиологии, социально здоров тот, кто умеет строить гуманные, эффективные и энергосберегающие, отношения с окружающими людьми.

Коммуникация является критерием и детерминантом социального здоровья. Она рассматривает способность к эффективному, гуманному общению как основу успешной социализации и важный показатель психофизиологического благополучия личности. Конструктивность общения способствует эффективности решения конфликтных ситуаций идти на компромисс, не подавляя при этом свою индивидуальность. В рамках гуманизации образовательного процесса коммуникация становится диалогом, а не монологом.

Результаты анкетирования согласно методике Т. Лири, выявили такие качества у курсантов как строгость (75%), стойкость и упорство (50%), нетерпимость

(48%), открытость и прямолинейность (53%), искренность (55%), раздражительность (48%) недружелюбие (30%) (рис. 3).

Черты личности участников исследования по м. Т. Лири

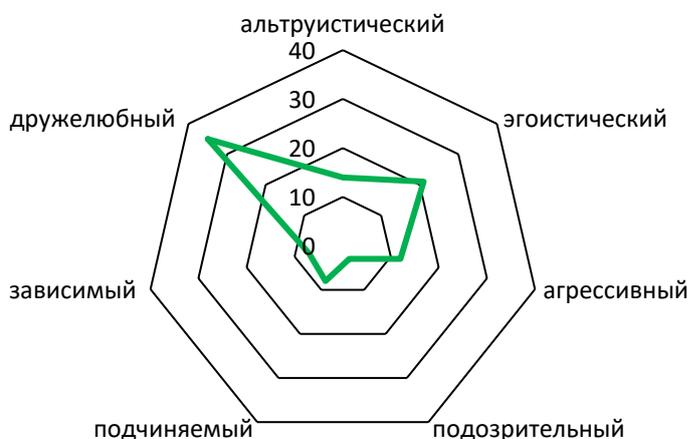


Рис. 3. Черты личности в группе участников (18–20 лет) исследования

Участники исследования считают, что более всего они ценят в себе дружелюбие и альтруизм. Осознают, что в единичных ситуациях в поведении наблюдается подозрительность, зависимость от чужого мнения. В условиях учебного заведения относятся нетерпимо к тем сверстникам, которые занимают более высокое положение, но проявляют грубость в группе, «доносят старшим по званию», однако вынуждены им подчиняться. В таких случаях возникает длительный конфликт, который, как правило, приобретает длительный характер и редко разрешается.

Следующий этап исследования заключался в анализе данных, полученных при помощи методики оценки поведения личности в конфликте Томаса-Килманна. Результаты анкетирования согласно методике Томаса-Килманна представлены на рисунке 4.

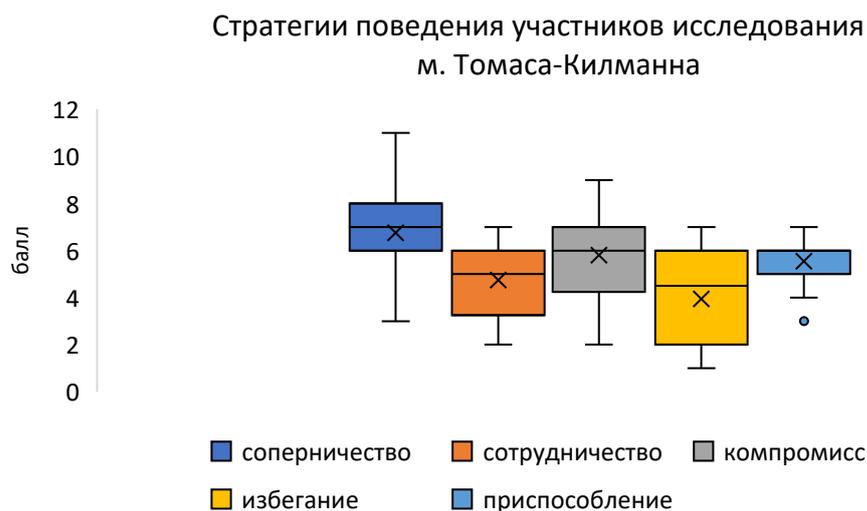


Рис. 4. Доминирующий стиль поведения в конфликтной ситуации в группе курсантов юношеского возраста (18–20 лет)

Результат исследования показали, что в группе обследованных курсантов юношеского возраста доминирует соперничество (43%), данные имеют плотное распределение ($6,82 \pm 0,38$; $\pm\sigma = 1,72$). Вместе с тем наблюдаются крайние выбросы, смещенные вправо, в сторону $\pm 3 \sigma$, принадлежащих другому распределению и являются важными, поскольку характеризуют незавершенность формирования стиля поведения в конфликте, такая группа оставила 45% от числа обследованных.

В соответствии с ранговым распределением следующая группа, стремящаяся к компромиссу, составила 35% ($5,82 \pm 0,43$; $\pm\sigma = 1,95$). Проявляют приспособление в случае конфликта 18% ($5,41 \pm 0,23$; $\pm\sigma = 1,04$), сотрудничество – 7% ($4,94 \pm 0,34$; $\pm\sigma = 1,54$), избегание – 7% ($3,58 \pm 0,44$; $\pm\sigma = 0,23$).

В группе обследованных юношеского возраста (18–20 лет) в период исследования установлена достоверная корреляционная связь между такими стилями поведения в конфликте как: сопротивление и компромисс ($r = -0,58$; $P < 0,01$), сотрудничество и приспособление ($r = -0,42$; $P < 0,01$), компромисс и избегание ($r = 0,52$; $P < 0,01$).

Полученные данные показали, что в юношеском возрасте (18–20 лет) стиль поведения не сформирован, что соответствует возрастным особенностям. Чем

выше уровень сопротивления в группе обследованных, тем ниже стремление к сотрудничеству, чем выше уровень проявления сотрудничества, тем ниже соответственно желание приспособливаться. В период исследования избегание и приспособление у курсантов имели достоверно высокую положительную взаимосвязь ($r = -0,51$; $P < 0,01$). Можно утверждать, что обследованные курсанты на определились в стиле поведения в конфликте. Поскольку избегание предполагает пассивный (деструктивный) уход от разрешения конфликта, дистанцирование от него, тогда как приспособление – это адаптивный процесс, направленный на разрешение конфликта.

Результаты тестирования, согласно методике Томаса – Киллмана, показали, что одна часть курсантов юношеского возраста придерживаются конкуренции, настаивая на своём мнении, а другая стремится решать проблемы в диалоге, предоставляя право разрешать конфликт другим, чтобы сохранить отношения с оппонентами либо пытаются убедить конфликтующую сторону в выгодности принятия их условий.

Таким образом, у курсантов юношеского возраста (18–20 лет) существуют как возрастные, так и индивидуальные особенности поведения в конфликтах. Индивидуальные особенности проявляются в характеристиках личности, которые демонстрируют участники конфликта. Возрастные особенности обусловлены закономерностями возрастного развития и формированием стиля поведения в конфликте, поскольку недостаточно жизненного опыта и профессиональных компетенций. Также следует отметить значение свойств темперамента в выборе стиля поведения в конфликте.

По результатам исследования выявлены типы коммуникативного поведения.

1. Активно-агрессивный тип характеризуется открытым столкновением, конфликтностью. Причиной является избыточное психофизиологическое напряжение.

2. Пассивно-избегающий тип уходит от проблем, проявляет скрытую неприязнь проявляется в случае истощение адаптационных резервов, проявляется как социальная апатия.

3. Конструктивный (здоровый) тип воспринимает конфликт как задачу, требующую решения через позитивную коммуникацию, и является признаком высокого социального здоровья.

Конфликтность – это «сигнал тревоги» социального здоровья. профилактика конфликтов должна начинаться не с воспитательных бесед, а с нормализации психофизиологического состояния студента и гуманизации условий его обучения.

Конфликтов становится меньше не потому, что их «запретили», а потому, что у студентов/курсантов появляется биологический и психологический ресурс для мирного общения. Наши исследования показали, что надо не бороться с конфликтами, а научиться управлять ресурсами здоровья.

Для снижения конфликтности и укрепления социального здоровья студентов и курсантов можно предложить комплексную систему сопровождения. Её подход уникален тем, что сочетает психофизиологический мониторинг с педагогическим воздействием.

Мы обратили внимание на то, что недостаточно исследовано социальное здоровье в аспекте гуманизации у студентов, обучающихся на направлении физической культуры и спорта. Гуманизация в университетском спорте, согласно этому подходу, заключается в переходе от оценки спортсмена как «инструмента для достижений» к пониманию его как целостной биосоциальной системы. В спортивных достижениях социальное здоровье студентов-спортсменов напрямую зависит от синхронизации обучения с его внутренними ритмами, с режимом тренировок и соревнований. Гуманизация процесса предполагает учет индивидуальных биоритмов (циркадианных ритмов) для снижения «физиологической цены» успеха, который можно рассматривать как биоритмологический компонент социального здоровья.

Гуманный подход требует адаптации тренировочных нагрузок под специфические психофизиологические особенности пола, что выделяет различия в адаптации юношей и девушек в университетском является залогом социальной адаптации как в образовательном процессе, так и спортивной

деятельности. Гендерный аспект социального здоровья в спорте является в настоящее время наиболее спорным с позиции гуманизации и является отдельным вопросом к его обсуждению.

Физическая культура рассматривается как социальный институт, формирующий не только тело, но и социально значимые качества: уверенность, лидерство и управленческую готовность и является фактором успешной социализации.

Жесткая конкуренция и физическое напряжение в спорте создают риски для целостности личности. Гуманизация в области физической культуры и спорта – это внесение в жизнь спортсменов, обучающихся в высшей школе, социальных ценностей и долгосрочных жизненных целей, выходящих за рамки рекордов. Важным аспектом социального здоровья студентов-спортсменов является снижение рисков дезадаптации.

Гуманизация образовательной среды в спортивных вузах означает создание условий, где учебный процесс не вступает в разрушительный конфликт с тренировочным. Это достигается через: психофизиологический контроль, использование объективных данных (например, ритмов сердца или циркадианных показателей) для предотвращения перегорания. Формирование гуманного отношения к сопернику и себе как критерий высокого социального здоровья.

Гуманизация в спортивной деятельности имеет в настоящее время много проблем, решение которых не представляется возможным, в связи с недостаточной изученностью и спорностью. Однако ясно одно, гуманизация в физической культуре и спорте, прежде всего, заключается в бережном отношении к биологическим ресурсам человека ради его социальной стабильности.

Полученные нами исследовательские результаты позволили разработать ряд программ коррекции социального здоровья в контексте гуманизации образовательного процесса.

1. Психофизиологический мониторинг («Биологическая обратная связь»). Прежде чем воспитывать, нужно нормализовать состояние организма человека.

Диагностика вариабельности сердечного (ВСР). Регулярное измерение вариабельности сердечного ритма позволяет выявить у студентов донологическое состояние.

Методы саморегуляции. Обучение техникам дыхания и ментальной релаксации, которые физиологически снижают индекс напряжения. Когда «успокаивается» сердце, снижается и поведенческая агрессия.

2. Тренинги коммуникативной компетентности. Цель: перевести конфликт из эмоциональной плоскости в рациональную.

Развитие эмпатии. Упражнения на понимание эмоционального состояния другого человека.

Отработка стратегий сотрудничества. Научение диалогу.

Поскольку конфликт часто провоцируется стилем руководства, то рационально осуществлять:

– семинары для преподавателей. Обучение субъект-субъектному общению. Педагог должен уметь распознавать биологическое утомление студента и не провоцировать его в моменты пиковых нагрузок;

– смягчение дисциплинарного давления. В вузах ФСИН рекомендуется создание условий для психологической разгрузки курсантов, что снижает накопленную скрытую агрессию.

4. Формирование «активного социального здоровья». Разработка программ вовлечения студентов и курсантов в социально значимую деятельность:

– волонтерство и групповые проекты. Совместная деятельность ради общей гуманной цели «переплавляет» межличностную конфликтность в корпоративную сплоченность;

– спортивно-оздоровительные программы. Физическая активность как естественный путь сброса симпатического перенапряжения.

5. Индивидуальное консультирование «группы риска». Работа с теми, у кого выявлено хроническое несовпадение личностных установок с требованиями среды.

6. Коррекция установок. Помощь в поиске смыслов и ценностей, которые позволят студенту адаптироваться без разрушения личности.

Заключение.

В контексте коллективного исследования можно заключить, что социальное здоровье в контексте гуманизации образовательного процесса для молодежи (студентов, курсантов, спортсменов) заключается в переходе от «обучения ради навыков» к «развитию ради целостности личности». Социальное здоровье здесь выступает не просто качеством индивида, а индикатором успешности всей образовательной системы.

Социальное здоровье позволяет молодому человеку сохранять гуманность, внутренние ценности там, где среда требует механического подчинения. Гуманизация образования дает инструменты (саморегуляцию, эмпатию), которые защищают личность от превращения в «функцию».

Гуманистический подход в вузе позволяет обучающемуся достигать социальных успехов без разрушения организма. Социальное здоровье – это ресурс долголетия: человек выходит из вуза не истощенным, а готовым к долгой профессиональной жизни.

Гуманизация образования направлена на то, чтобы молодой человек стал «автором» своей жизни. Социально здоровый молодой человек не просто «приспосабливается» к обществу, а активно и гуманно его преобразует. Это критически важно для развития гражданского общества и снижения уровня агрессии и конфликтности в молодежной среде. Значение социального здоровья в контексте гуманизации образовательного процесса заключается в формировании и развитии гармоничного человека, у которого внешние достижения находятся в равновесии с внутренним миром и физиологическим состоянием, что обеспечивает его самоактуализацию в современном мире.

Список литературы

1. Никитин Г.М. Геймерство как социокультурный феномен в современной педагогической науке / Г.М. Никитин // Педагогика: история, перспективы. – 2020. – Т. 3. №5. – С. 42–55. DOI 10.17748/2686-9969-2020-3-5-42-55. EDN CTOSTP
2. Александров А.С. Педагогические основы гуманизации образовательного процесса в вузах ФСИИ России / А.С. Александров. – Рязань: Академия ФСИИ России, 2020. – 185 с.
3. Додуева О.Ф. Педагогические условия формирования гуманистической направленности личности курсантов образовательных организаций высшего образования ФСИИ России / О.Ф. Додуева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2022. – №6 (208). – С. 157–165.
4. Додуева О.В. Педагогические условия успешной адаптации курсантов к образовательной среде вуза ФСИИ России / О.В. Додуева // Ведомости уголовно-исполнительной системы. – 2022. – №4. – С. 38–42. DOI 10.51522/2307-0382-2022-239-4-38-44. EDN VTJVVU
5. Кириллова Т.В. Психолого-педагогические аспекты адаптации курсантов к условиям обучения в вузе МВД/ФСИИ / Т.В. Кириллова // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2019. – №2 (77). – С. 45–51.
6. Литвишков В.М. Пенитенциарная педагогика / В.М. Литвишков, А.В. Пищелко. – М.: Юриспруденция, 2015. – 340 с.
7. Михайлова О.А. Социальная адаптация студентов и курсантов: сравнительный анализ / О.А. Михайлова // Вестник института: преступление, наказание, исправление. – 2021. – Т. 15. №3. – С. 112–118.
8. Рубанцова Т.А. Гуманизация современного образования / Т.А. Рубанцова. – Новосибирск: Изд-во СО РАН, 2000. – 252 с. EDN TVEHRB
9. Слостенин В.А. Гуманистическая парадигма педагогического образования / В.А. Слостенин // Педагогическое образование и наука. – 2018. – №4. – С. 7–15.

10. Социальное здоровье: методология, теория, практика / под ред. Л.А. Байковой. – Рязань, 2006. – 185 с.
11. Уваров И.А. Профессиональное воспитание курсантов УИС на принципах гуманизма / И.А. Уваров // Человек: преступление и наказание. – 2022. – №1. – С. 88–94.
12. Шатохина Л.В. Возможности психопрофилактики статусно-ролевых конфликтов в учебных коллективах военизированных образовательных организаций / Л.В. Шатохина // VI Международный пенитенциарный форум «Преступление, наказание, исправление»: сборник тезисов выступлений и докладов участников (приуроченный к 30-летию со дня принятия Конституции Российской Федерации и Закона Российской Федерации от 21 июля 1993 г. №5473-I «Об учреждениях и органах уголовно-исполнительной системы Российской Федерации»). – Рязань, 2023. – С. 401–405. EDN DMMKIQ
13. Ясвин В.А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию / В.А. Ясвин. – М.: Смысл, 2001. – 365 с. EDN OFJKFI
14. Attrill-Smith A. The Oxford Handbook of Cyberpsychology / A. Attrill-Smith, C. Fullwood, M. Keep, D.J. Kuss. Oxford: Oxford University Press, 2019.
15. Cheng C. Do the socially rich get richer? A nuanced perspective on social network site use and online social capital accrual / C. Cheng, H.Y. Wang, L. Sigerson, C.L. Chau // Psychological Bulletin. 2019. Vol. 145. P. 734–764. DOI 10.1037/bul0000198. EDN LBWSXK
16. Coyne S.M. Does time spent using social media impact mental health? An eight-year longitudinal study / S.M. Coyne, A.A. Rogers, J.D. Zurcher // Computers in Human Behavior. 2020. Vol. 104. P. 106160. DOI 10.1016/j.chb.2019.106160. EDN CTFUZN
17. Crompton H. The use of mobile learning in higher education: a systematic review / H. Crompton, D. Burke // Computers & Education. 2018. Vol. 123. Pp. 53–64.

18. Elhai J.D. Anxiety about electronic data hacking: predictors and relations with digital privacy protection / J.D. Elhai, J.C. Levine, B.J. Hall // *Internet Research*. 2017. Vol. 27. Pp. 631–649.
19. Fletcher T.L. Recent advances in delivering mental health treatment via video to home / T.L. Fletcher, J.B. Hogan, F. Keegan, M.L. Davis, M. Wassef, S. Day, J.A. Lindsay // *Current Psychiatry Reports*. 2018. Vol. 20. P. 56. DOI 10.1007/s11920-018-0922-y. EDN EBFLOU
20. Ismail L.I. Leveraging robotics research for children with autism: a review / L.I. Ismail, T. Verhoeven, J. Dambre, F. Wyffels // *International Journal of Social Robotics*. 2018. Vol. 11. Pp. 389–410.
21. Guitton M.J. Lessons from a crisis: The future of cyberpsychology / M.J. Guitton // *Computers in Human Behavior*. 2021. Vol. 125. P. 106978. DOI: 10.1016/j.chb.2021.106978. EDN XYOMFK
22. Nikitin G.M. Gaming as a sociocultural phenomenon in modern pedagogical science / G.M. Nikitin // *Pedagogy: history, perspectives*. 2020. Vol. 3. №5. Pp. 42–55.
23. Norman K.L. *Cyberpsychology: An Introduction to Human-Computer Interaction* / K.L. Norman. Cambridge: Cambridge University Press, 2017.
24. Orben A. Social media's enduring effect on adolescent life satisfaction / A. Orben, T. Dienlin, A. Przybylski // *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*. 2019. Vol. 116. Pp. 10226–10228.
25. Tromholt M. The Facebook experiment: quitting Facebook leads to higher levels of well-being / M. Tromholt // *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. – 2016. Vol. 19. Pp. 661–666.
26. Van Laethem M. Daily fluctuations in smartphone use, psychological detachment, and work engagement: the role of workplace telepressure / M. Van Laethem, A.E.M. Van Vianen, D. Derks // *Frontiers in Psychology*. 2018. Vol. 9. P. 1808.

Башкирева Татьяна Валентиновна – д-р биол. наук, доцент, профессор, ФКОУ ВО «Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний», Рязань, Россия.

Шатохина Лариса Вадимовна – канд. пед. наук, доцент, начальник кафедры, ФКОУ ВО «Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний», Рязань, Россия.

Башкирева Анастасия Викторовна – д-р биол. наук, доцент, доцент, ФГБОУ ВО «Рязанский государственный университет им. С.А. Есенина», Рязань, Россия.
