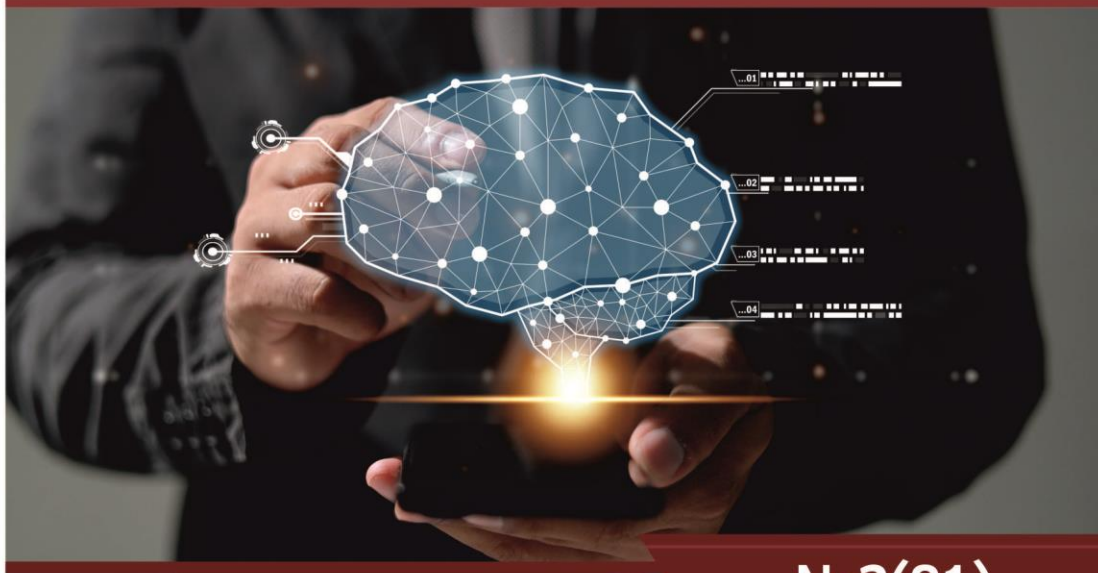




**НАУЧНЫЙ  
ФОРУМ**  
nauchforum.ru

ISSN: 2542-1263



**№2(81)**

# **НАУЧНЫЙ ФОРУМ: ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ**

**МОСКВА, 2024**



# НАУЧНЫЙ ФОРУМ: ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ

*Сборник статей по материалам LXXXI международной  
научно-практической конференции*

№ 2 (81)  
Февраль 2024 г.

Издается с октября 2016 года

Москва  
2024

УДК 159.9+37

ББК 74+88

НЗ4

Председатель редколлегии:

*Лебедева Надежда Анатольевна* – доктор философии в области культурологии, профессор философии Международной кадровой академии, член Евразийской Академии Телевидения и Радио.

Редакционная коллегия:

*Ахмерова Динара Фирзановна* – канд. пед. наук, доц., доц. кафедры ОиДПиП НФИ КемГУ, Россия, г. Новокузнецк;

*Капустина Александра Николаевна* – канд. психол. наук, доц. кафедры социальной психологии ФГБОУ ВПО «Санкт-Петербургский университет», Россия, г. Санкт-Петербург;

*Монастырская Елена Александровна* – канд. филол. наук, доцент, кафедра «Иностранные языки», Кемеровский технологический институт пищевой промышленности, Россия, г. Кемерово;

*Орехова Татьяна Федоровна* – д-р пед. наук, проф. ВАК, зав. кафедрой педагогики ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова», Россия, г. Магнитогорск;

*Спасенников Валерий Валентинович* – д-р психол. наук, проф., зав. кафедрой инженерной педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Брянский государственный технический университет», Россия, г. Брянск.

**НЗ4 Научный форум: Педагогика и психология:** сб. ст. по материалам LXXXI междунар. науч.-практ. конф. – № 2 (81). – М.: Изд. «МЦНО», 2024. – 38 с.

ISSN 2542-1263

Статьи, принятые к публикации, размещаются на сайте научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU.

ББК 74+88

ISSN 2542-1263

© «МЦНО», 2024

## **Оглавление**

<b>Раздел 1. Педагогика</b>	<b>4</b>
<b>1.1. Коррекционная педагогика</b>	<b>4</b>
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕЙРОИГР В ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ РАБОТЕ ПРИ АВТОМАТИЗАЦИИ ЗВУКОВ У ДОШКОЛЬНИКОВ Мордасова Елена Анатольевна	4
<b>1.2. Общая педагогика, история педагогики и образования</b>	<b>9</b>
МОЛОДЕЖНАЯ ПОЛИТИКА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ КОНТЕКСТЕ Карпенко Ангелина Михайловна	9
<b>1.3. Теория и методика обучения и воспитания</b>	<b>14</b>
АКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ХИМИИ Тастембекова Гульнар Уалиахметовна Еркибаева Меруерт Куандыковна	14
<b>1.4. Теория и методика профессионального образования</b>	<b>20</b>
РОЛЬ И МЕСТО ГЕЙМИФИКАЦИИ В ОБРАЗОВАНИИ Неуструева Анастасия Сергеевна	20
НАЧЕРТАТЕЛЬНАЯ ГЕОМЕТРИЯ В ВУЗЕ: МОДУЛЬНЫЙ ПОДХОД К ОБУЧЕНИЮ Мирошин Дмитрий Григорьевич	25
<b>Раздел 2. Психология</b>	<b>29</b>
<b>2.1. Социальная психология</b>	<b>29</b>
ПОНЯТИЕ «ТРУДОГОЛИЗМ» И ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ РАБОТА С НИМ Соколова Анастасия Денисовна	29
ПОНЯТИЕ «СОЗАВИСИМОСТЬ» И ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ РАБОТА С НЕЙ Соколова Анастасия Денисовна	34

## РАЗДЕЛ 1. ПЕДАГОГИКА

### 1.1. КОРРЕКЦИОННАЯ ПЕДАГОГИКА

#### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕЙРОИГР В ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ РАБОТЕ ПРИ АВТОМАТИЗАЦИИ ЗВУКОВ У ДОШКОЛЬНИКОВ

*Мордасова Елена Анатольевна*

*учитель-логопед,  
МАДОУ – детский сад № 38,  
РФ, г. Екатеринбург*

**Аннотация.** В данной статье описывается практический опыт автора по устранению речевых нарушений у детей дошкольного возраста. Приведены эффективные средства для преодоления недостатков детской речи. Статья актуальна, поскольку в настоящее время наблюдается рост речевых нарушений у детей дошкольного возраста. У ребят с речевыми нарушениями отмечаются трудности в полноценной коммуникативной деятельности. Эффективному развитию речевой функции способствуют нейроигры.

**Ключевые слова:** логопедическая работа; нейроигры; дошкольники, автоматизация звуков, логопед, произносительные навыки.

В настоящее время наблюдается рост речевых нарушений у детей дошкольного возраста. Психолого-педагогическая характеристика детей с недостатками речи представлена в трудах Р.Е. Левиной, Т.Б. Филичевой, Г.В. Чиркиной, О.Е. Грибовой и др. [1; 2].

Речевые нарушения могут затрагивать различные компоненты речи. Они могут выражаться в нарушении произносительных навыков и проявляться в снижении внятности речи без других проявлений. Вторые затрагивают фонематическую сторону языка, при этом нарушается не только звукопроизношение, но и звуковой состав слова, в последствии влекущие за собой нарушения чтения и письма. Другие

представляют собой коммуникативные нарушения, которые могут препятствовать обучению ребенка.

У части детей отмечается соматическая ослабленность и замедленное развитие локомоторных функций; им присуще и некоторое отставание в развитии двигательной сферы – плохая координация движений, снижение скорости и ловкости их выполнения.

Также у детей с речевыми нарушениями отмечаются трудности в полноценной коммуникативной деятельности, формировании саморегуляции и самоконтроля, отмечаются разнообразные недостатки познавательной деятельности и нарушения эмоционально-волевой сферы.

Состояние здоровья таких детей предусматривает создание для них специальных условий развития и обучения.

Одним из средств, позволяющих эффективно развивать речевую функцию, моторную и психическую сферу детей, имеющих особые образовательные потребности, являются нейроигры. Они помогают развивать межполушарное взаимодействие, зрительно-пространственную координацию, моторику рук, синхронизируют работы глаз и рук, повышают уровень устойчивости и переключения внимания, самоконтроль и моторное планирование. А также помогают разнообразить процесс автоматизации звуков.

В нейроиграх особое внимание уделяется одновременному развитию обоих полушарий головного мозга.

В своей коррекционной работе я использую нейроигры на всех этапах коррекционной работы. Сначала при выполнении подготовительных упражнений, далее при автоматизации звуков в речи воспитанников, а затем и при дифференциации звуков. Разберу примеры нейроигр на этапе автоматизации звуков.

Автоматизацию звуков начинаем с изолированного произнесения звука, в таком случае мы можем использовать такие нейроигры как:

«**Звуковые дорожки**». После того как звук поставлен, мы предлагаем ребенку двумя руками провести по дорожке и произнести звук.



*Рисунок 1. Звуковые дорожки*

«**Нейродоски**». Точно также предлагаем ребенку произнести поставленный звук и провести два бегунка по дорожкам.



*Рисунок 2. Нейродоски*

Далее идет работа по автоматизации звука в слогах. Для этого мы можем использовать вот такие упражнения:

«**Поп-ит**». Одновременно двумя руками надавливаем на кружочки и называем нужные для автоматизации слоги.



*Рисунок 3. «Поп-ит»*

«**Сортировка**». Перед ребенком ставят две тарелочки разного цвета и предлагают разложить в них предметы тех же цветов, что и тарелки. Предметы выкладываем перед тарелочками в таком порядке: красный, желтый, красный, желтый. При раскладывании ребенок произносит слоги са, со, су и т.д. Для начала можно просто складывать предметы, а затем усложнить и складывать наперекрест.



*Рисунок 4. «Сортировка»*

Следующий этап автоматизации звуков в словах, для этого мы можем использовать нейроигры:

**«Покажи одновременно».** Ребенку предлагается карточка, на которой изображены картинки. Одновременно двумя руками он должен показать одинаковые картинки и назвать их. На самих карточках изображены картинки с автоматизируемым звуком.



*Рисунок 5. «Покажи одновременно»*

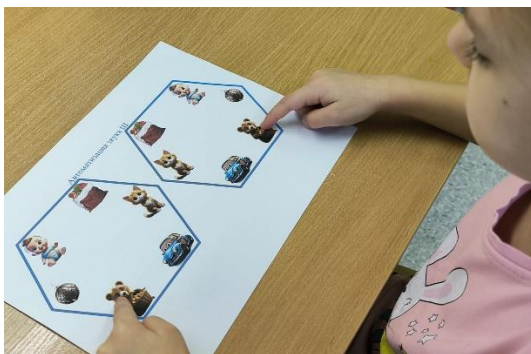
**«Ладочки».** Предлагаем ребенку карточку и просим произнести слово и сделать действие двумя руками.





**Рисунок 6. «Ладони»**

**«Шестиугольник».** Предлагаем ребенку карточку с шестиугольником, на каждом из углов шестиугольника изображена картинка с автоматизируемым звуком. Просим ребенка проводить пальцами обеих рук одновременно от угла к углу и называть картинки.



**Рисунок 7. «Шестиугольник»**

Таким образом, использование нейроигр на логопедических занятиях дает положительный результат, а также вовлекает детей в процесс автоматизации звуков, что способствует повышению эффективности коррекционной работы.

### Список литературы:

1. Волкова Л.С. Логопедия. – М.: Просвещение, 2004. – 703 с.
2. Визель Т.Г. Основы нейропсихологии: учеб. для студентов вузов. – М.: АСТАстрель Транзиткнига, 2005. – 384 с.

## 1.2. ОБЩАЯ ПЕДАГОГИКА, ИСТОРИЯ ПЕДАГОГИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

### МОЛОДЕЖНАЯ ПОЛИТИКА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ КОНТЕКСТЕ

*Карпенко Ангелина Михайловна*  
аспирант,  
Славяно-греко-латинская академия,  
РФ, г. Москва

### YOUTH POLICY IN THE EDUCATIONAL CONTEXT

*Angelina Karpenko*  
Graduate student,  
Slavic-Greek-Latin Academy,  
Russia, Moscow

**Аннотация.** Молодежная политика в образовательном контексте – это важная и актуальная тема, которая заслуживает особого внимания. Образование играет ключевую роль в формировании молодежных ценностей, развитии личности и подготовке к будущей профессиональной деятельности. В этой статье мы рассмотрим, какие проблемы и вызовы стоят перед молодежной политикой в сфере образования, а также какие действия могут быть предприняты для ее совершенствования.

**Abstract.** Youth policy in the educational context is an important and relevant topic that deserves special attention. Education plays a key role in the formation of youth values, personal development and preparation for future professional activities. In this article, we will look at what problems and challenges youth policy faces in the field of education, as well as what actions can be taken to improve it.

**Ключевые слова:** молодежная политика; образование; профессиональная деятельность; образовательный процесс.

**Keywords:** youth policy; education; professional activity; educational process.

Образование является фундаментом развития личности. Оно формирует базовые знания, навыки и компетенции, которые необходимы для полноценной жизнедеятельности. Кроме того, образование способствует развитию критического мышления, самоорганизации, коммуникативных и социальных навыков. Оно помогает молодым людям осознать свои интересы и потенциал, выбрать профессию и обрести профессиональное самоопределение.

По мнению Константиновского Д.Л. и Поповой Е.С.: «Отношение молодежи к образованию – существенное направление социологических исследований. Особенный интерес к этой тематике сформировался в социологии образования, когда в изучении образовательной реальности стал преобладать анализ не только функционирования системы, но и места, особенностей функционирования учащегося в ней. На стыке социологических и социально-психологических исследований стали появляться результаты, нашедшие отражение в публикациях, в которых актуализировались вопросы о взаимосвязи отношения к образованию, возможностей молодежи из разных социальных слоев в сфере образования, аттитудов с образовательными результатами учащихся и т.п. Развитие этого исследовательского направления привело социологов к изучению влияния на отношение молодежи к образованию и, как следствие, влияния на образовательные результаты» [2].

В отечественной традиции данное направление также весьма распространено. Однако существует ряд проблем и вызовов, которые стоят перед молодежной политикой в сфере образования. Одна из таких проблем – недоступность образования. Многие молодые люди сталкиваются с проблемами доступа к качественному образованию из-за финансовых, социальных или географических причин. Неравенство в доступе к образованию может серьезно ограничить возможности молодежи для личностного и профессионального развития.

Одним из важных аспектов современной молодежной политики в образовательном контексте является развитие цифровых технологий. В современном мире цифровизация проникает во все сферы жизни, в том числе и в образование. Введение цифровых технологий в учебный процесс позволяет сделать образование более интерактивным и доступным. Онлайн-курсы, образовательные платформы, вебинары – все это открывает новые возможности для изучения и саморазвития молодежи.

Важным аспектом молодежной политики в образовательном контексте является активное участие молодежи в процессе принятия решений. Молодежь должна быть вовлечена в разработку образовательных программ, определение приоритетных направлений развития образования и оценку качества образовательных услуг. Участие молодежи в

принятии решений позволит создать образовательную систему, которая будет максимально соответствовать их потребностям и интересам.

Одной из главных задач образования является развитие навыков мягкого навыка у молодежи. К таким навыкам относятся коммуникация, лидерство, творческое мышление, умение работать в коллективе и другие. Развитие этих навыков позволяет молодым людям успешно адаптироваться к меняющимся условиям, быть конкурентоспособными на рынке труда и реализовывать себя в различных областях.

Молодежная политика в сфере образования также включает в себя развитие международного сотрудничества. Обмен студентами, участие в международных образовательных программах и проектах способствуют обогащению образовательного опыта молодежи, развитию межкультурной коммуникации и формированию глобального мышления. Международное сотрудничество также способствует развитию толерантности и уважения к другим культурам.

Существенным аспектом молодежной политики в образовательном контексте является поддержка молодежных инициатив. Молодые люди часто обладают новаторским мышлением и идеями, которые могут положительно влиять на развитие образования. Поэтому важно создать условия для реализации и поддержки таких инициатив, например, через предоставление грантов, организацию конкурсов и форумов для молодежи.

Молодежная политика в сфере образования должна учитывать потребности молодежи. Она должна быть ориентирована на создание условий для развития молодежных талантов, поддержку тех, кто испытывает трудности при получении образования, и на создание возможностей для саморазвития и самореализации.

В современном мире предпринимательские навыки все более востребованы. Поэтому развитие предпринимательских навыков молодежи должно стать одним из приоритетных направлений молодежной политики в образовательном контексте. Создание предпринимательского мышления и компетенций у молодежи позволит им успешно реализовывать свои идеи и обеспечит их экономическую самостоятельность.

Одной из главных задач молодежной политики в сфере образования является гарантирование качества образовательных услуг. Молодежь имеет право на получение качественного образования, которое будет соответствовать современным требованиям и поможет им достичь успеха в личной и профессиональной жизни. Поэтому важно придерживаться стандартов качества и проводить регулярную оценку образовательных учреждений. Молодежь нуждается во внимании и

поддержке, особенно в сфере образования. Развитие системы поддержки молодежи в образовании – важная задача для молодежной политики. Это может включать в себя создание центров поддержки молодых людей, профориентационных программ, консультационных услуг и других инструментов, которые помогут молодым людям реализовать свой потенциал и преодолеть возникающие проблемы. Одной из главных задач образования является подготовка молодежи к будущей профессиональной деятельности. Молодежная политика в сфере образования должна обеспечивать профессиональное образование, адаптированное к требованиям рынка труда. Это может включать в себя организацию практик, стажировок, мастер-классов и других форм обучения, которые помогут молодежи улучшить свои профессиональные навыки и повысить конкурентоспособность на рынке труда.

Молодежная политика в образовательном контексте также должна учитывать особенности и потребности молодых людей с ограниченными возможностями. Инклюзивное образование предполагает создание условий для полноценного участия таких молодых людей в образовательном процессе, без каких-либо дискриминаций или преград. Это позволит всем молодым людям получить равные возможности для развития и самореализации.

Молодежная политика в образовательном контексте должна быть направлена на постоянное совершенствование образовательной системы. Это включает в себя анализ и оценку существующих программ и подходов, внедрение инноваций в образование, обновление учебных планов и программ. Постоянное совершенствование образовательной системы поможет создать условия для эффективного развития молодежи и соответствовать требованиям современного общества. Молодежная политика в образовательном контексте играет важную роль в формировании активной, образованной и успешной молодежи. Для достижения этой цели необходимо решить множество проблем, таких как доступность образования, развитие цифровых технологий, поддержка молодежных инициатив и т. д. Важно создать условия для развития молодежных талантов, развития профессиональных навыков и обеспечения качества образовательных услуг. Только тогда сможем обеспечить успешное будущее для молодежи и развитие общества в целом.

### **Список литературы:**

1. Константиновский Д.Л., Вознесенская Е.Д., Чердниченко Г.А. Молодежь России на рубеже XX – XXI веков: образование, труд, социальное самочувствие. М.: ЦСПиМ, 2014. 548 с.

2. Константиновский Д.Л., Попова Е.С. Молодежь, рынок труда и экспансия высшего образования // Социологические исследования. 2015. № 11. С. 37-48.
3. Константиновский Д.Л., Попова Е.С. Отношение молодежи к образованию в современной России // Общественные науки и современность. 2016. № 1. С. 5-19.
4. Константиновский Д.Л., Шубкин В.Н. Молодежь и образование. М.: Наука, 1977. 159 с.

### **1.3. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ**

#### **АКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ХИМИИ**

***Тастембекова Гульнар Уалиахметовна***

*магистрант,  
Павлодарский педагогический  
университет им Әлкей Марғұлана,  
Казахстан, г. Павлодар*

***Еркибаева Меруерт Куандыковна***

*доцент,  
Павлодарский педагогический  
университет им Әлкей Марғұлана,  
Казахстан, г. Павлодар*

#### **ACTIVE TEACHING METHODS IN THE STUDY OF CHEMISTRY**

***Gulnar Tastembekova***

*Master's student,  
Pavlodar Pedagogical University  
named after Alkey Margulan,  
Republic of Kazakhstan, Pavlodar*

***Meruert Erkibaeva***

*Assistant professor,  
Pavlodar Pedagogical University  
named after Alkey Margulan,  
Republic of Kazakhstan, Pavlodar*

**Аннотация.** В данной статье рассматривается применение активных методов обучения в контексте изучения химии. Авторы проводят анализ современных образовательных трендов и обосновывают необходимость внедрения инновационных подходов в процесс обучения химическим дисциплинам. Статья охватывает разнообразные формы

активного обучения, включая проблемное обучение, лабораторные занятия, групповые проекты и использование современных интерактивных технологий.

На основе анализа результатов авторы выявляют положительное воздействие активных и интерактивных методов на усвоение химических знаний и развитие критического мышления студентов. Особое внимание уделяется взаимодействию студентов с материалом через практические занятия и виртуальные средства обучения.

Статья предоставляет практические рекомендации для преподавателей и образовательных учреждений, подчеркивая необходимость интеграции активных и интерактивных методов для оптимизации образовательного процесса в химии. В конечном итоге, предоставляемое исследование способствует обсуждению лучших практик в обучении химии и поддерживает стремление к более эффективным и интерактивным методам обучения в данной области

**Abstract.** This article discusses the use of active teaching methods in the context of chemistry studies. The authors analyze modern educational trends and substantiate the need to introduce innovative approaches in the process of teaching chemical disciplines. The article covers various forms of active learning, including problem-based learning, laboratory classes, group projects and the use of modern interactive technologies.

Based on the analysis of the results of empirical research, the authors identify the positive impact of active and interactive methods on the assimilation of chemical knowledge and the development of critical thinking of students. Special attention is paid to the interaction of students with the material through practical classes and virtual learning tools.

Based on the analysis of the results, the authors identify the positive impact of active and interactive methods on the assimilation of chemical knowledge and the development of critical thinking of students. Special attention is paid to the interaction of students with the material through practical classes and virtual learning tools.

**Ключевые слова:** интерактивные методы обучения; эффективность обучения; обучение химии; усвоение знаний в химии.

**Keywords:** interactive learning methods; the effectiveness of learning; learning of chemistry; mastering knowledge in chemistry.

В современном образовании активные и интерактивные методы обучения становятся всё более важными для успешного усвоения знаний. Особенно это актуально для химического образования, где подобные



методы способствуют более глубокому пониманию материала и развитию ключевых навыков.

Эффективность использования активных методов обучения на уроках химии обнаруживается в различных образовательных аспектах, оказывая положительное воздействие на уровень понимания материала, мотивацию учащихся и развитие необходимых навыков. Рассмотрим несколько ключевых моментов эффективности активных методов обучения в контексте уроков химии.

1. Лучшее усвоение материала: непосредственное использование теоретических знаний на практике позволяет более углублённому пониманию и их лучшему запоминанию.

2. Стимулирование интереса и мотивации: снижается рутинность уроков, занятия становятся более интересными за счет вовлечения учеников в образовательный процесс, учащиеся осознают значимость своей деятельности и ее результата.

3. Усиление межпредметных связей: часто работа в группе подразумевает использование знаний не только по химии, но и по биологии, физике и географии. Таким образом, ученик видит целостную картину мира, что позволяет ему систематизировать свои знания.

4. Развитие критического мышления: дети учатся работать с различными источниками информации, анализировать имеющуюся информацию, критически оценивать возможные варианты решения проблемы, выбирать аргументированные выводы и принимать обоснованные решения.

5. Повышение уровня учебной самостоятельности: активные методы позволяют формировать и развивать навыки самостоятельной работы, так как в этом случае учащиеся пытаются решать поставленные перед ними задачи, исследуют имеющуюся информацию, составляют план своих действий и прогнозируют возможные результаты, берут на себя ответственность за принятое решение.

6. Развитие навыков коммуникации: работа в паре, группе, коллективе. Создаются ситуации, при которой ученики для выполнения своих задач должны сотрудничать друг с другом, обмениваться мнениями, помогать друг другу. Все это в совокупности позволяет развивать необходимые коммуникативные навыки.

Рассмотрим несколько видов активных и интерактивных методов, эффективно используемых на уроках химии.

1. Лабораторные работы предоставляют учащимся возможность на практике применить свои теоретические знания. Это включает в себя проведение экспериментов, анализ результатов и выводы. Такой метод не только развивает практические навыки, но и укрепляет теоре-

тическую базу. Помимо этого, у учеников появляется возможность проверить свои предположения или получить доказательства своих суждений.

2. Проблемное обучение подразумевает решение реальных химических задач по определению состава неизвестного раствора, требующих тщательного анализа и навыков креативного мышления. Задачи могут быть представлены в форме кейсов, что способствует развитию аналитических и проблемных навыков у учеников. Дополнительное закрепление и проверка возможных вариантов дает возможность оценить уровень и понять значимость имеющихся знаний и навыков.

3. Применение виртуальных лаборатории и программ моделирования, позволяет учителю визуализировать абстрактные концепции химии. Это содействует лучшему пониманию и создает более увлекательное обучающее окружение.

Все эти методы существенно обогащают образовательный процесс. Они не только способствуют более глубокому усвоению материала, но и развивают навыки, необходимые для успешного обучения не только по химии, но и по другим предметам, так как сформированные и развитые навыки и умения позволяют учащимся стать более осознанными по отношению к процессу обучения и получения знаний.

Преподаватели, интегрирующие эти методы в свою практику работы, активно содействуют формированию компетентных и творческих учеников, которые впоследствии становятся успешными за счет имеющихся у них способностей брать ответственность за решение проблем и решать поставленные перед ними задачи.

Эффективность использования активных методов обучения на уроках химии обнаруживается в различных аспектах, оказывая положительное влияние на уровень понимания материала, мотивацию учащихся и развитие необходимых навыков. Так, групповые проекты и обсуждение позволяют применять теоретические знания на практике. Это позволяет более углубленно изучать химические концепции и помогает более осознанно их запоминать, так как они сталкиваются с материалом в реальной ситуации. Помимо этого, у учителя появляется возможность более гибко адаптировать учебный процесс под индивидуальные потребности учащихся. Можно предоставлять дополнительные задания и материалы для продвинутых или дополнительную поддержку для тех, кто испытывает затруднения. У учителя появляется больше возможностей для предоставления обратной связи в реальном времени и отслеживания индивидуального прогресса для своевременного изменения в процесс обучения. У каждого ученика появляется возможность проявить себя, что улучшает позитивный климат на уроке.

Если рассмотреть более частный пример, то при изучении темы «Структура Периодической системы» в 8 классе при проведении уроков можно использовать следующие приемы:

- ролевая игра «Элементы вокруг нас», в которой ученики играют роли химических элементов. Каждый элемент объясняет свои свойства и использование в повседневной жизни. Это способствует лучшему запоминанию информации, у учащихся развиваются навыки работы с дополнительной литературой;
- экспериментальные опыты, способствующие закреплению теоретических знаний о свойствах элементов и развитию практических навыков с оборудованием и реактивами;
- создание модели строения атома, чтобы визуализировать расположение элементарных частиц в атоме, закрепить навыки определения количества протонов, нейтронов и электронов, расположения электронов вокруг ядра;
- дискуссия на тему «Создание новых элементов: необходимость или потраченное время».

Использование на уроках активных методов обучения позволяет выявить множество положительных изменений в процессе развития и обучения учеников. Конечно, возникают определенные трудности с организацией учебного процесса и самих учащихся, так как не всегда и не все могут осознанно подходить к своему обучению, однако, планомерная работа, активное включение приёмов позволяет увидеть положительную тенденцию в поведении учащихся. Однако систематичное включение этих приемов позволяет улучшить показатели академической успеваемости, более осознанно выполняются практические работы, происходит улучшение психологического климата в коллективе. Общий вывод заключается в том, что использование активных методов обучения на уроках химии способствует более эффективному и глубокому усвоению материала, развитию навыков и формирования положительно образовательной атмосферы.

### Список литературы:

1. Белякова Н.В. Организация исследовательской деятельности учащихся при обучении химии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [krshk1.narod.ru/uroki/issled.doc](http://krshk1.narod.ru/uroki/issled.doc) (дата обращения: 18.01.2024).
2. Вербицкий А.А. Активное обучение в высшей школе: контекстный подход. – М.: «Высшая школа», 1991. – С. 15–17.
3. Дерябина Н.Е. Системно-деятельностный подход к построению курса органической химии // Химия в школе. – 2006. – № 9. – С. 15–23.

4. Краевский В.В., Хуторской А.В. Основы обучения. Дидактика и методика. – учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 352 с.
5. Куандыкова Э.Т., Ермаханов М.Н., Диканбаева А.К., Асылбекова Г.Т., Сабденова У.О., Шаграева Б.Б., Утелбаева А.Б. Инновационные технологии обучения учителей химии // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2016. – № 8–1. – С. 80–81.
6. Панфилова А.П. Инновационные педагогические технологии. Активное обучение: учеб. пособие для студ. высш. уч. заведений. – М., 2012. – С. 23–26.
7. Файзуллина Н.Р. Об использовании в обучении деятельностного подхода // Химия в школе. – 2003. – № 3. – С. 19–21.

## 1.4. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

### РОЛЬ И МЕСТО ГЕЙМИФИКАЦИИ В ОБРАЗОВАНИИ

*Неуструева Анастасия Сергеевна*

*старший преподаватель  
кафедры экономики и финансов,  
Санкт-Петербургский государственный  
университет промышленных технологий и дизайна,  
РФ, г. Санкт-Петербург*

### ROLE AND PLACE OF GAMIFICATION IN EDUCATION

*Anastasia Neustrueva*

*Senior lecturer  
Department of Economics and Finance,  
St. Petersburg State University  
of Industrial Technologies and Design,  
Russia, St. Petersburg*

**Аннотация.** Геймификация в образовании на сегодняшний день играет очень важную роль. Это метод, который использует игровые элементы, механики и дизайн для обучения и повышения мотивации учащихся. В статье рассмотрены игровые элементы и принципы, используемые в процессе создания геймифицированных программ в образовании. Исследование подчеркивает важность геймификации в улучшении усвоения учебного материала, развитии критического мышления и формировании ключевых навыков, необходимых в современном образовательном и профессиональном контексте.

**Abstract.** Gamification in education today plays a very important role. A method uses game elements, mechanics, and design to teach and increase student motivation. The article discusses game elements and principles used in the process of creating gamified programs in education. The study highlights the importance of gamification in improving learning, critical thinking, and key skills needed in today's educational and professional contexts.

**Ключевые слова:** геймификация, игра, игровой элемент, мотивация, вознаграждение, учебный процесс.

**Keywords:** gamification, game, game element, motivation, reward, educational process.

Геймификация – это использование игровых элементов и методов в нетипичных для игр контекстах, таких как образование, бизнес, здравоохранение и т.д. В XXI веке геймификация стала все более значимым инструментом для привлечения внимания, мотивации и вовлечения людей. Одним из основных преимуществ геймификации является ее способность мотивировать людей к действию. Игровые элементы, такие как баллы, достижения, уровни и т.д., создают стимул для выполнения задач и достижения целей. Это особенно полезно в сферах образования и обучения, так как геймификация может сделать учебный процесс более увлекательным и мотивирующим. Исследование, проведенное учеными, позволило определить, что студенты, использующие элементы игровых методов при повторении материала, закрепили свои знания на 34 % лучше, чем те, кто просто прочитал информацию [1].

Кевин Вербах и Дэн Хантер разработали 6 этапов геймификации, которые помогают успешно внедрять игровые механики в различные сферы жизни (рис. 1). Эти два специалиста активно пропагандируют методы геймификации в различных сферах. Они показывают, как использование игровых механик и принципов может помочь вовлечь и мотивировать людей, улучшить их производительность и достичь поставленных целей. Благодаря их работе геймификация становится все более популярной и широко применяемой практикой.



**Рисунок 1. Шесть шагов D Кевина Вербаха и Дэна Хантера [2]**

Геймификация играет значительную роль в образовании, предоставляя новые возможности обучения и мотивации учащихся. Использование игровых элементов способствует привлечению внимания и увлечению студентов, улучшает вовлеченность и усваивание знаний.

К игровым элементам относятся:

- очки – один из основных игровых элементов, используемых в геймификации. Студенты могут зарабатывать очки за выполнение определенных задач, ответы на вопросы, участие в дискуссиях и другие достижения. Очки могут использоваться для конкуренции, мотивации, или обмена на награды;
- бейджи или достижения – игровой элемент, которым награждается студент за выполнение определенных задач или достижений. Например, студент может получить бейдж за завершение модуля, за лучший результат в тесте, за активное участие в обсуждении и т. д. Это помогает стимулировать учеников к достижению целей и создает чувство достижения;
- уровни – уровни предлагают иерархические цели для учеников. Чем больше задач они выполняют, тем выше уровень они достигают. Это может стимулировать их стремление к достижению новых целей и поддерживать интерес к учебному процессу;
- таблица лидеров – позволяет ученикам видеть свое место в сравнении с другими учениками. Таблица лидеров может отображать результаты, накопленные очки, уровни, или другие достижения. Это создает конкуренцию и стимулирует учеников к улучшению своего результата;
- награды – кроме очков и бейджей, ученики могут получать и другие формы наград за свои достижения, такие как виртуальные подарки, доступ к дополнительному контенту, привилегии, или даже физические призы. Награды помогают усилить эффект мотивации и удовлетворения.

Подходы геймификации способствуют персонализации образования, позволяя преподавателям адаптировать задания и материалы под индивидуальные потребности и интересы студентов. Это способствует повышению мотивации и эффективности образовательного процесса. Кроме того, игровые методики позволяют стимулировать творческое мышление, а также развивать коммуникативные и социальные навыки. Однако стоит отметить, что для эффективного функционирования игровых методик необходимо построить геймифицированную систему, опираясь на психологические принципы мотивации. Специалисты в области геймификации выделяют четыре принципа: статус, соревнование, вознаграждение и обратную связь.

1. Статус – одним из основных принципов геймификации является предоставление статуса игрокам. Это может быть достигнуто путем присвоения различных уровней, званий, знаков отличия и других символов статуса. Это мотивирует игроков продвигаться вперед и увеличивать свой статус в игре.

2. Соревнование – геймификация также включает в себя элемент соревнования, которое побуждает игроков к преодолению трудностей, достижению целей и улучшению своих результатов. Соревнование может быть, как между отдельными игроками, так и между командами.

3. Вознаграждение – вознаграждение игроков за достижения и выполнение определенных заданий является еще одним важным принципом геймификации. Это может включать в себя получение виртуальных или реальных наград, бонусов, баллов и других вознаграждений, которые стимулируют игроков к активному участию в процессе.

4. Обратная связь – обеспечение игроков обратной связью об их действиях, прогрессе и результатах является также неотъемлемой частью геймификации. Это помогает игрокам понимать, насколько успешно они достигают свои цели, и мотивирует их к дальнейшим усилиям.

В качестве примеров геймификации образования можно привести популярный проект для изучения иностранных языков *Lingualeo*. *Lingualeo* – это приложение, которое использует методы геймификации для обучения иностранным языкам. Это приложение предлагает различные увлекательные задания и игры, которые помогают пользователям учить новые слова, грамматику и практиковать произношение. Пользователи могут зарабатывать очки и достижения за выполнение заданий, прохождение уровней и выполнение ежедневных заданий. Это создает стимул для постоянного участия и мотивирует пользователей учиться каждый день.

Резюмируя все вышесказанное, выявлено, что геймификация в образовании имеет огромную значимость, так как она способствует созданию более привлекательной и эффективной учебной среды. Использование игровых элементов и механик в образовательном процессе может стимулировать мотивацию студентов, улучшать усвоение материала, развивать навыки сотрудничества и коммуникации, а также способствовать более глубокому пониманию учебных тем. Геймификация также может помочь в обучении и развитии навыков, которые могут быть трудны для изучения с помощью традиционных методов обучения. Кроме того, она может помочь стимулировать творческое мышление и проблемное решение среди студентов. Помимо прочего, геймификация помогает учителям адаптировать учебный материал к различным стилям обучения и уровням способностей студентов. Это



позволяет индивидуализировать обучение и обеспечить максимально эффективное усвоение знаний всеми учащимися. В целом, геймификация способствует созданию более интересной, вовлекающей и эффективной учебной среды, что делает ее значимой составляющей в современной системе образования.

### **Список литературы:**

1. The effect of challenge-based gamification on learning: An experiment in the context of statistics education Nikoletta-Zampeta Legaki, Nannan Xi, Juho Namari, Kostas Karpouzis, Vassilios Assimakopoulos // International Journal of Human-Computer Studies. Vol. 144. December 2020.
2. Вербас, Кевин Вовлекай и властвуй. Игровое мышление на службе бизнеса / Кевин Вербас, Дэн Хангер; пер. с англ. А. Кардаш. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015. – 224 с.

## НАЧЕРТАТЕЛЬНАЯ ГЕОМЕТРИЯ В ВУЗЕ: МОДУЛЬНЫЙ ПОДХОД К ОБУЧЕНИЮ

*Мирошин Дмитрий Григорьевич*

*канд. пед. наук, доц.,  
ФГАОУ ВО Уральский Федеральный университет  
им. первого Президента России Б.Н. Ельцина,  
РФ, г. Екатеринбург*

## THE DESCRIPTIVE GEOMETRY IN HIGHER EDUCATION: A MODULAR APPROACH TO LEARNING

*Miroshin Dmitry*

*Candidate of Pedagogical Sciences,  
Associate Professor,  
Ural Federal University,  
Russia, Yekaterinburg*

**Аннотация.** Статья посвящена проблеме организации и осуществления модульного обучения студентов вузов по дисциплине «Начертательная геометрия». Используемые методы: анализ литературы, синтез модульной программы, формирующий эксперимент. В статье приводится структура модульной программы обучения студентов начертательной геометрии, методическое обеспечение в виде учебных элементов и особенности организации и осуществления учебной деятельности студентов в рамках предлагаемой модульной технологии. Приводится описание результатов экспериментальной апробации.

**Abstract.** The article is devoted to the problem of organizing and implementing modular education for university students in the discipline "Descriptive geometry". Methods used: literature analysis, synthesis of a modular program, forming experiment. The article presents the structure of the modular curriculum for students of descriptive geometry, methodological support in the form of educational elements and features of the organization and implementation of educational activities of students within the framework of the proposed modular technology. The results of the experimental approbation are described.

**Ключевые слова:** модульное обучение; МТН-концепция; модульный блок; учебный элемент; организация учебных занятий.

**Keywords:** modular training; MES-concept; modular block; educational element; organization of training sessions.

В настоящее время заказчики подготовленных кадров предъявляют высокие требования к уровню технической грамотности специалистов с высшим техническим образованием, поэтому общетехническая подготовка играет ведущую роль в обучении современных специалистов технического профиля – будущих инженерно-технических работников предприятий. Комплекс общетехнических дисциплин, включаемый в образовательные программы подготовки бакалавров и специалистов технического профиля, ориентирован на формирование общепрофессиональных и профессиональных компетенций, характерных для современного высококлассного инженера. Одной из основных дисциплин комплекса общетехнической подготовки является учебная дисциплина «Начертательная геометрия», содержание которой является основой для формирования общепрофессиональных и профессиональных компетенций проектно-конструкторского профиля. Основная задача дисциплины состоит в обучении студентов решению позиционных и метрических пространственных геометрических задач, формированию у них пространственного воображения и конструктивно-геометрического мышления.

Особенности содержания дисциплины «Начертательная геометрия», ее структура, а также требования к формированию дескрипторов общепрофессиональных и профессиональных компетенций проектно-конструкторского профиля обуславливают необходимость комплексного использования деятельностно-ориентированного подхода к организации и осуществлению изучения дисциплины, а также разработки и применения технологий полного усвоения учебного материала в ходе учебного процесса.

Одной из технологий, основанных на деятельностном подходе и ориентированных на полное усвоение учебного материала, является модульная технология обучения, разработанная на основе европейской концепции Modular employable skills (MES-концепция), известной в России, как МТН-концепция (Модули трудовых навыков). В соответствии с основными положениями МТН-концепции содержание обучения структурируется на отдельные логически завершённые единицы содержания – модульные блоки, результатом изучения которых является полная сформированность умений выполнять определенную операцию деятельности [1, 3]. В рамках модульного блока выполняемая операция подразделяется на шаги работы и каждому шагу работы приводится в соответствие методический документ, называемый в МТН-концепции «Учебный элемент» [1, 2]. Шаги работы в рамках модульного блока могут быть ориентированы на формирование знаний о безопасности выполнения операции деятельности, об основах классиче-

ской теории, необходимой для выполнения операции деятельности, о материалах и оборудовании, о методах выполнения операции деятельности, о графическом обеспечении выполнения операции деятельности, а завершают модульный блок шаги работы, ориентированные на обучение последовательности действий по выполнению операции деятельности. Соответственно в рамках МТН концепции различают учебные элементы различных категорий: 01 – техника безопасности, 02 – деятельность, 03. – классическая теория, 04 – графическая информация, 05 – методы и методики, 06 – оборудование и материалы. Любой модульный блок завершают учебные элементы категории 02 – деятельность [1, 3, 4].

Для каждого модульного блока разрабатывается последовательность изучения учебных элементов, которая может иметь несколько входов и только один выход – учебный элемент категории 02 – деятельность. Каждый учебный элемент представляет собой брошюру, доходящую до обучаемого и состоящую из трех частей: координирующая (цели и задачи учебного элемента), информационная (основное содержание учебного элемента) и контролирующая (тестовые задания).

Работа по экспериментальной апробации модульной технологии проводилась в ФГБОУ ВО УрИ ГПС МЧС России. В экспериментальной апробации приняли участия 128 студентов первого года обучения.

Процесс обучения состоял из четырех этапов: входной контроль; изучение учебных элементов по модульному блоку и текущий контроль; выполнение практической работы и промежуточный контроль; итоговый контроль.

Для входного контроля применялись тесты входного контроля, которые позволили определить уровень начальной подготовки студентов к изучению дисциплины, индивидуализировать модульную программу в соответствии с выявленным уровнем подготовки студента и сформировать индивидуальный пакет учебных элементов.

Изучение содержания модульных блоков проводилось в ходе самостоятельной работы студентов в течение часов, специально выделенных в расписании непосредственно на самостоятельную работу по дисциплине «Начертательная геометрия» в последовательности, заданной модульной программой и в соответствии с графиком прохождения дисциплины. Всего были разработаны шесть модульных блоков:

- Модульный блок 1 «Прямые в пространстве»;
- Модульный блок 2 «Прямая и плоскость»;
- Модульный блок 3 «Пересечение плоскостей»;
- Модульный блок 4 «Поверхности»;
- Модульный блок 5 «Геометрические тела»;

- Модульный блок 6 «Пересечение поверхностей геометрических тел».

На основании результатов текущего контроля по каждому учебному элементу определялась возможность перехода студента к изучению следующего учебного элемента, а после усвоения содержания учебных элементов и в соответствии с графиком изучения дисциплины проводились практические занятия. Промежуточный контроль проводился по результатам каждого практического занятия.

После выполнения всех работ производится итоговый контроль по практикуму, заключающийся в проведении итогового семинара по инженерной графике

Результаты опытно-поисковой работы свидетельствуют, что уровень подготовки большинства студентов, оценивается максимальным количеством баллов по пятибалльной шкале, что позволяет говорить о продуктивности применения модульных технологий для обучения студентов вуза начертательной геометрии.

### **Список литературы:**

1. Бородина, Н.В., Мирошин, Д.Г., Шестакова, Т.В. Педагогические условия организации кейс-технологии в дистанционном обучении на основе модульного подхода // Инновационные проекты и программы в образовании 2012. – № 5. – С. 26-29.
2. Дегтерев, В.А. Модульно-рейтинговая технология профессиональной подготовки специалистов в университете // Бюллетень социального и гуманитарного образования и науки, 2013. – № 2. – С. 19-26.
3. Кроше, Э. Руководство по модульной системе профессионально-технического обучения. – Женева : Бюро проф.-тех обучения Международной организации труда. – 1998. – 124 с.
4. Юцявичене, П.А. Теория и практика модульного обучения. Каунас: Швисса. – 1989. – 272 с.

## РАЗДЕЛ 2. ПСИХОЛОГИЯ

### 2.1. СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

#### ПОНЯТИЕ «ТРУДОГОЛИЗМ» И ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ РАБОТА С НИМ

*Соколова Анастасия Денисовна*

*студент,  
Новосибирский Государственный  
Педагогический Университет,  
РФ, Новосибирск*

#### THE CONCEPT OF "WORKAHOLISM" AND PSYCHOTHERAPEUTIC WORK WITH IT

*Anastasia Sokolova*

*Student  
of Novosibirsk State Pedagogical University,  
Russia, Novosibirsk*

**Аннотация.** Трудоголизм, как зависимость от труда, пренебрежением свободным временем и личной жизнью, приводит к психологическому выгоранию, физическому ослаблению. Трудоголизм имеет как социальные, так и биологические основы. Терапия трудоголизма осуществляется в разных психологических подходах. Однако не менее важным является профилактика данной проблемы в обществе.

**Abstract.** Workaholism, as a dependence on work, neglect of free time and personal life, leads to psychological burnout, physical weakening. Workaholism has both social and biological foundations.

Self-workaholism therapy is carried out in different psychological approaches. However, it is equally important to prevent this problem in society.

**Ключевые слова:** трудоголизм; профилактика трудоголизма; психотерапия.

**Keywords:** workaholism; prevention of workaholism; psychotherapy.

Трудоголизм – это патологическое стремление к труду и занятиям работой, которое выражается в избыточном отведённом времени и энергии работе за счёт личной жизни, отдыха и здоровья.

Трудоголизм в науке часто определяют как патологическую тягу к работе и навязчивое стремление к постоянному труду, которое часто приводит к истощению и выгоранию. Он может проявляться в форме чрезмерной работы, недостатка отдыха, игнорирования собственного здоровья и личной жизни, а также страха отдыхать или отпуска. Также может привести к психологическому и физическому изнурению, а также к снижению производительности и качества научной работы. Важно отличать два схожих, но отличающихся понятия: «трудоголизм» и «трудолюбие».

Трудолюбие обычно означает любовь к труду, усердие в работе и стремление к достижению целей. Человек, обладающий трудолюбием, может быть мотивирован, целеустремлен и находить удовлетворение от своей работы. Он балансирует работу и личную жизнь, умеет отдыхать и восстанавливаться, чтобы продолжать быть продуктивным.

Трудоголизм, с другой стороны, представляет из себя патологическую зависимость от работы, когда работа становится главным приоритетом в жизни человека, что приводит к чрезмерной нагрузке, физическому и эмоциональному истощению, а также игнорированию здоровья и личных отношений.

Таким образом, отличие между трудолюбием и трудоголизмом заключается в том, что трудолюбие предполагает здоровое и умеренное отношение к работе, в то время как трудоголизм представляет из себя патологическую зависимость от работы, приводящую к негативным последствиям для здоровья и личной жизни.

Трудоголизм чаще всего рассматривается как социально-психологическое явление, однако у него также есть биологические основы.

Одной из биологических основ трудоголизма является генетическая предрасположенность. Наследственность может играть роль в формировании склонности к чрезмерной работе и стремлению к постоянной занятости. Наблюдались случаи, когда трудоголизм передавался по наследству в семье.

Также нейробиологические исследования показывают, что трудоголизм может быть связан с изменениями в мозге, в частности, с изменениями уровней нейромедиаторов, таких как дофамин, серотонин и

норадреналин, которые влияют на наше настроение, мотивацию и уровень стресса. Избыточная работа может стать способом компенсации нерегулированных биохимических процессов в мозге.

Таким образом, трудоголизм обусловлен не только психологическими факторами, но и имеет свои биологические основы, которые могут влиять на склонность к чрезмерной работе.

Если говорить о социально-психологических причинах, то можно выделить: личные особенности, культуру, внутренние конфликты, внешнее давление и недостаток между работой и личной жизнью. Рассмотрим каждый из этих факторов более подробно.

Личностные особенности, так, некоторые люди имеют склонность к перфекционизму, испытывают постоянную тревогу и стремятся к самоутверждению через работу.

Культура, пропагандирующая чрезмерное трудолюбие, поощряющая переработки и неудовлетворенность достигнутыми результатами, может способствовать развитию трудоголизма.

Также чрезмерная работа может стать формой избегания личных проблем или конфликтов.

Однако и ожидания окружающих, конкуренция на рабочем месте и социальные ожидания могут подталкивать людей к трудоголизму.

Отсутствие гармонии между работой и личным временем может привести к постоянному стремлению к работе, что, в свою очередь, может быть вызвано недостаточным количеством «опор» в личной жизни.

Понятие «трудоголизм» изучается различными подходами, каждый из которых рассматривает данный феномен со своей стороны.

Психологический подход занимается изучением мотивации, стереотипов, стресса и других психологических аспектов, которые могут приводить к трудоголизму.

Социальный подход исследует влияния общественных и организационных факторов на развитие трудоголизма, таких как высокие ожидания со стороны окружающих, конкуренция на рабочем месте, а также отношение к работе в обществе.

Биологический подход акцентирует внимание на генетические и нейрофизиологические механизмы, которые могут быть связаны с развитием непреодолимой потребности работать.

Терапевтический подход занимается разработкой программ терапии и реабилитации для лиц, страдающих трудоголизмом, с целью изменения их поведения и улучшения качества жизни. В терапии трудоголизма также присутствуют множество направлений, некоторые из которых мы сейчас рассмотрим.



Целью когнитивно-поведенческой терапии является идентификация и изменение негативных мыслей и убеждений, которые поддерживают трудоголизм, а также развитие здоровых стратегий управления стрессом и совершенствование навыков постановки границ.

Психодинамическая терапия направлена на исследование глубоко укоренившихся проблем и конфликтов, которые могут быть связаны с трудоголизмом, и на разработку стратегий для преодоления их влияния.

Групповая терапия основывается на участии в групповых сессиях может помочь людям, страдающим трудоголизмом, обмениваться опытом, получать поддержку от других людей и учиться новым стратегиям управления временем и стрессом.

Психотерапия трудоголизма часто включает в себя комбинацию различных подходов и методов, и применение этих методов может быть адаптировано к индивидуальным потребностям каждого человека.

Психообразование, как предоставление информации о трудоголизме, его последствиях и способах преодоления этой проблемы может помочь людям осознать свои привычки и найти пути к изменению, является важным аспектом как терапии, так и профилактики трудоголизма в обществе. В данной работе мы считаем необходимым более подробно рассмотреть способы профилактики трудоголизма.

Профилактика трудоголизма включает в себя ряд мер, направленных на поддержание баланса между работой и личной жизнью.

Первый способ – это установление четкой границы между рабочим временем и временем отдыха. Важно выделять время для отдыха, релаксации и проведения времени с семьей и друзьями.

Второй способ – это регулярные перерывы во время работы. Они помогут избежать излишнего напряжения и усталости, что может привести к трудоголизму.

Третьим способом являются занятия спортом и физической активностью. Регулярные упражнения помогут снять стресс и улучшат общее состояние организма. Четвёртым способом, которые мы можем выделить – это установление целей и приоритетов. Четкое определение целей работы поможет избежать чрезмерной занятости и фокусироваться на самом важном.

Регулярные отпуска и отпускной отдых также является неотъемлемой частью данной «профилактики». Важно предоставлять себе время для полноценного отдыха и отпуска, чтобы восстановить силы и избежать переутомления. Таким образом, эффективная профилактика трудоголизма требует осознанности и самодисциплины, но она может поддерживать здоровье и благополучие как физическое, так и эмоциональное.

**Список литературы:**

1. Рядинская Е.Н., Волобуев В.В. Социально-психологические и личностные особенности проявления трудоголизма // Изв. Саратов. ун-та Нов. сер. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2023. №1. С. 67-73.
2. Юрьева Людмила Николаевна Трудоголизм: факторы риска развития и признаки патологической зависимости // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. 2015. №3. С. 17-26.

## ПОНЯТИЕ «СОЗАВИСИМОСТЬ» И ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ РАБОТА С НЕЙ

*Соколова Анастасия Денисовна*  
студент,  
Новосибирский Государственный  
Педагогический Университет,  
РФ, Новосибирск

### THE CONCEPT OF "CODEPENDENCY" AND PSYCHOTHERAPEUTIC WORK WITH IT

*Anastasia Sokolova*  
Student  
of Novosibirsk State Pedagogical University,  
Russia, Novosibirsk

**Аннотация.** Термин «созависимость» появился в рамках жен мужчин, имеющих аддиктивное поведение, но потом распространился и на другие виды взаимоотношений. Так, детско-родительские отношения также могут стать созависимыми в случае, если родитель или ребенок имеет зависимость. В любом случае, опыт созависимых отношений приводит к негативным последствиям. Психотерапия, направленная на изменение поведенческих паттернов и выход из созависимых отношений, способствует развитию принятия ответственности за свои действия и за решения собственных проблем.

**Abstract.** The term "codependency" appeared within the framework of wives of men with addictive behavior, but then spread to other types of relationships. Thus, child-parent relationships can also become codependent if the parent or child has an addiction. In any case, the experience of codependent relationships leads to negative consequences. Psychotherapy, aimed at changing behavioral patterns and getting out of codependent relationships, promotes the development of taking responsibility for one's actions and for solving one's own problems.

**Ключевые слова:** созависимость; психотерапия; детский дом; наставничество.

**Keywords:** codependency; psychotherapy; orphanage; mentoring.

Созависимость – это патологическое поведение, при котором человек ставит свои потребности, чувства и желания в подчинение по-

требностям, чувствам и желаниям других людей. Он часто жертвует своими интересами ради удовлетворения нужд и ожиданий других, часто страдая от неполноценности и невыполненности собственных целей и желаний. Созависимость может классифицироваться как психологическое расстройство, связанное с отношениями. Созависимый человек обычно вкладывает слишком много своей энергии и ресурсов, чтобы помочь или контролировать другого человека, часто игнорируя свои собственные потребности и границы.

Наиболее часто используемая в контексте созависимых отношений модель взаимоотношений – это треугольник Карпмана.

Треугольник Карпмана, также известный как "драма треугольника" или "игры треугольника", представляет собой модель взаимодействия между людьми в конфликтной или напряженной ситуации. Эта модель была предложена структурным терапевтом Стивеном Карпманом в 1968 году.

Треугольник состоит из трех ролей: жертва, спасатель и преследователь.

Жертва – это человек, который чувствует себя уязвленным, беспомощным или несправедливо обиженным. Жертва часто ищет сочувствие и поддержку.

Спасатель – это человек, который пытается помочь жертве. Он часто переносит ответственность за решение проблемы жертвы на себя и может чувствовать себя недооцененным, если его помощь не принимается.

Преследователь (или обидчик) – это человек, который критикует или нападает на жертву. Преследователь может чувствовать себя раздраженным или разочарованным жертвой или спасателем.

Треугольник Карпмана демонстрирует, как эти три роли могут циклически сменять друг друга в конфликтной ситуации. Например, жертва может превратиться в спасателя, когда он или она пытается помочь другому, и так далее.

Треугольник Карпмана может быть также применен к взаимодействию между взрослыми и детьми. Когда включается ребенок в этот треугольник, ситуация может выглядеть по-разному.

Например, ребенок может воспринимать себя как жертву, чувствовать себя несправедливо обиженным, уязвленным или беспомощным. Взрослые могут случайно или намеренно поощрять это восприятие, например, предлагая ребенку постоянную защиту или решение его проблем.

Другая ситуация возникает, когда взрослые, такие как родители или учителя, могут вступать в роль спасателя, предлагая ребенку по-

стоянную поддержку, защиту или решение его проблем. Это может привести к тому, что ребенок становится зависимым от взрослых и не развивает навыков самостоятельности и решения проблем.

Также взрослые иногда могут вступать в роль преследователя, критикуя или наказывая ребенка за его действия. Это может создавать у ребенка чувство вины или страха и усугублять его восприятие себя как жертвы.

Включение ребенка в треугольник Карпмана может создавать непродуктивные динамики в отношениях и воспитании. Важно стремиться к более здоровым и поддерживающим взаимоотношениям, в которых ребенок развивает навыки самостоятельности, ответственности и адаптивные стратегии решения проблем. Это может быть достигнуто через поощрение самостоятельности, развитие эмоциональной компетентности и уважение к чувствам и потребностям ребенка.

Опыт созависимых отношений влияет на человека и может оказать значительное воздействие на его дальнейшую жизнь и взаимоотношения. Созависимость часто связана с непродуктивными и деструктивными паттернами взаимодействия в отношениях. Такой опыт может приводить к различным негативным последствиям: низкая самооценка и чувство вины, трудности в установлении границ, страхи и тревожность, а также повторение паттернов поведения. Далее рассмотрим все эти последствия более подробно.

Люди, выросшие в созависимых отношениях, часто могут испытывать низкую самооценку и чувство вины. Они могут быть привыкшими ориентироваться на потребности других, игнорируя свои собственные, что может вести к подавлению личных желаний и ценностей.

Трудности в установлении границ связаны с недостаточным формированием личных границ. Люди могут испытывать трудности в установлении и поддержании здоровых границ в отношениях, что может привести к переутомлению и чувству беспомощности.

Также опыт созависимых отношений может вызвать страхи и тревожность в отношении близости и интимности. Люди могут опасаться потери контроля над собой и страшиться быть уязвимыми в отношениях.

К тому же, люди, выросшие в созависимых семьях, могут повторять эти паттерны в своих собственных взаимоотношениях. Они могут быть привлечены к партнерам, с которыми возникают подобные динамики.

Однако важно отметить, что люди способны осознавать свой опыт, работать над ним и внести изменения в свою жизнь. Психотерапия и самопознание могут быть полезными инструментами для преодоления

влияния созависимых отношений и развития более здоровых стратегий взаимодействия с окружающими.

Работа с этим треугольником может быть эффективным способом улучшения отношений и предотвращения деструктивных динамик.

Первым этапом в работе с треугольником Карпмана должно стать осознание ролей и понимание того, когда начинают активизироваться роли жертвы, спасателя или преследователя в общении. Это позволяет избежать погружения в деструктивные динамики.

Следующим этапом может стать работа над самосознанием. Она помогает понимать свои собственные потребности, эмоции и мотивации. Это позволяет избежать автоматического переключения в роли, осознавая свои действия.

Третьим этапом в работе является установление здоровых границ. Формирование и поддержание здоровых границ помогает избежать перехода из роли в роль. Это включает в себя умение говорить "нет", устанавливать четкие ожидания и уважать границы других.

Дополнительными аспектами, на которые стоит обращать внимание в работе – это эмпатия, активное слушание и самостоятельность, ответственность.

Практика эмпатии и активного слушания способствует лучшему пониманию потребностей и переживаний других. Это помогает избежать упадка в роли преследователя и развивать поддерживающие отношения.

Развитие принятия ответственности за свои действия и за решения собственных проблем.

Кроме непосредственной работы с поведенческими паттернами, психотерапия способствует глубокому пониманию причин поведенческих паттернов и их изменения.

Таким образом, изменение паттернов поведения и понимание причин «созависимости» способствуют выходу из треугольника Карпмана и уход от созависимых отношений.

### **Список литературы:**

1. Криволапова А.А., Мурашкина Ю.В. Преодоление созависимости. Работа с собственной личностью // Форум молодых ученых. – 2018. №11. – С. 961–964.
2. Мудрак С.А. Влияние детско-родительских отношений на формирование психологической зависимости от других в период взрослости // КПЖ. – 2021. – №2. – С. 243–249.
3. Петрова Н.Н. Проблема созависимости и подходы к ее решению // Здоровье – основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. – 2016. – №2. – С. 606–612.

**НАУЧНЫЙ ФОРУМ:  
ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ**

*Сборник статей по материалам LXXXI международной  
научно-практической конференции*

№ 2 (81)  
Февраль 2024 г.

В авторской редакции

Подписано в печать 01.02.24. Формат бумаги 60x84/16.  
Бумага офсет №1. Гарнитура Times. Печать цифровая.  
Усл. печ. л. 2,375. Тираж 550 экз.

Издательство «МЦНО»  
123098, г. Москва, ул. Маршала Василевского, дом 5, корпус 1, к. 74  
E-mail: psy@nauchforum.ru

Отпечатано в полном соответствии с качеством предоставленного  
оригинал-макета в типографии «Allprint»  
630004, г. Новосибирск, Вокзальная магистраль, 1

16+



**НАУЧНЫЙ  
ФОРУМ**  
nauchforum.ru