

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ФЕНОМЕН РЕЗИЛЬЕНТНОСТИ КАК
ПРИОРИТЕТНАЯ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНАЯ
КОМПЕТЕНЦИЯ В ПОДГОТОВКЕ
СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ В ВУЗЕ**

Монография

Луганск
2024

УДК [378.011.3–051:364–43]:[316.613:159.944.4]

ББК 60.9р3

Ф 42

Р е ц е н з е н т ы :

Харченко С.Я. – профессор кафедры социальной работы ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет», доктор педагогических наук, профессор.

Прихода И.В. – профессор кафедры психологии и конфликтологии, ФГБОУ ВО «Луганский государственный университет имени В. Даля», доктор педагогических наук, доцент

Балицкая-Крещенко Т.В. – доцент кафедры социально-гуманитарных дисциплин Луганского филиала ФГКОУ ВО «Воронежский институт Министерства внутренних дел Российской Федерации», кандидат педагогических наук, доцент

Коллектив авторов:

Ф 42 Т. Е. Мальцева, А. Г. Васюк, О. А. Черкашин, Е. В. Антыкова

Феномен резильентности как приоритетная междисциплинарная компетенция в подготовке социальных работников в вузе: монография / Т. Е. Мальцева, А. Г. Васюк, О. А. Черкашин, Е. В. Антыкова ; ФГБОУ ВО «ЛГПУ». – Луганск : КНИТА, 2023. – 248 с.

**ISBN 978-5-6051247-1-9 УДК [378.011.3–051:364–43]:[316.613:159.944.4]
ББК 60.9р3**

В монографии представлено теоретическое и эмпирическое исследование феномена резильентности в социальной работе, показана его сущность, роль как метадисциплинарной компетенции, необходимой для социальной работы с разными группами клиентов. В работе раскрывается стрессовая сущность социальной работы, адаптация рассматривается как условие формирования резильентности в подготовке будущих социальных работников. Разработана программа формирующего эксперимента, в которую входят групповые формы и методы социальной работы, а также вводится авторская программа «Резильентность в социальной работе».

Исследование выполнено в рамках осуществления научных исследований за счет средств федерального бюджета по проектам тематики научных исследований, включаемых в планы научных работ научных организаций и образовательных организаций высшего образования

*Рекомендовано Научной комиссией
Федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Луганский государственный педагогический университет»
(протокол № 8 от 26.01.2024, год)*

ISBN 978-5-6051247-1-9

© Коллектив авторов, 2024

© ФГБОУ ВО «ЛГПУ», 2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	5
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД К ИЗУЧЕНИЮ ФЕНОМЕНА РЕЗИЛЬЕНТНОСТИ КАК ИНТЕГРИРОВАННОГО ЛИЧНОСТНОГО КАЧЕСТВА СОЦИАЛЬНОГО РАБОТНИКА.....	10
1.1. Понятие и структура резильентности как метакомпетенции и интегрированного личностного качества социального работника.....	10
1.2. Стрессовая сущность социальной работы как профессиональной деятельности.....	26
1.3. Адаптация к обучению как условие формирования резильентности в подготовке будущих социальных работников.....	44
Литература к главе 1.....	56
ГЛАВА 2. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ РЕЗИЛЬЕНТНОСТИ В ПОДГОТОВКЕ СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ.....	68
2.1. Инновационные процессы в образовании: алгоритм, риски и роль резильентности его участников.....	68
2.2. Современные подходы к дидактико-педагогическому взаимодействию «студент-преподаватель» в подготовке социальных работников.....	78
2.3. Методический инструментарий формирования резильентности в подготовке социальных работников.....	95
2.4. Методы профилактики стресса и формирования стрессоустойчивости у будущих социальных работников.....	108
2.5. Содержание программы «Резильентность в социальной работе».....	116
Литература к главе 2.....	136

РАЗДЕЛ 3. ФОРМИРОВАНИЕ РЕЗИЛЬЕНТНОСТИ В ПОДГОТОВКЕ СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ.....	144
3.1. Обоснование выбора методик, отбора участников констатирующего эксперимента и его результаты.....	144
3.2. Экспериментальная программа формирования резильентности у будущих социальных работников в высшей школе.....	162
3.3. Результаты экспериментальной программы по формированию резильентности у будущих социальных работников.....	172
Литература к главе 3.....	179
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	183
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	187
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	207

ВВЕДЕНИЕ

Сейчас непростое время, поскольку происходят радикальные перемены в России, на территориях, присоединившихся к ней, да и во всем мире. Это создает условия для переосмысления действий, которые должны привести наше общество к совершенствованию и процветанию.

Образование – флагман, который воспитывает, формирует и внедряет в жизнь профессиональные навыки и ценностные ориентиры. Вектор возможностей сегодня не ограничен. Это могут быть научные достижения, методология, методика и содержание образования. В основе нашего понимания лежит осознание того, что обществу, как никогда, нужны мобильные, предприимчивые, сильные духом, нравственно устойчивые специалисты, способные конструктивно, динамично, с развитым чувством ответственности вести страну вперед, уверенно, без истерии, решая самые серьезные государственные задачи.

Социальная работа – достаточно новая специальность, требующая изучения с целью повышения ее эффективности. Ученые, занимающиеся проблемами профессионального развития социальных работников, не раз обращались к выявлению профессиональных качеств личности, необходимых социальным работникам для успешной деятельности. Заинтересовавшись таким интегрированно-стержневым личностным качеством социальных работников, как резильентность, в своей монографии мы обратились к работам, рассматривающим социальную работу в ракурсе личностно ориентированного подхода. Так, С. А. Беличева, И. А. Зимняя, И. С. Кон, Б. Ю. Шапиро и др. подчеркивают ее личностно ориентированный характер. В. И. Бочарова, С. И. Григорьев, Л. Г. Гусякова, Л. Д. Демина, И. А. Зимняя, В. Н. Келасьев, Р. М. Куличенко, Л. В. Топчий, Е. И. Холостова, Т. Д. Шевеленкова, Л. Т. Шинелева, Н. Б. Шмелева и другие российские ученые рассматривают педагогические условия профессиональной подготовки как целесообразность и

системность действий социального работника, направленность его действий на социальную защиту людей, необходимость самовоспитания и самообразования личности.

Резильентность – это метакомпетентностное личностное образование, состоящее из множества личностных характеристик профессионала, поэтому компетентностный подход лежит в основе оценочных действий в их формировании.

Социальный работник – это специалист, оказывающий социальную помощь различным категориям населения, нуждающимся в защите, и обеспечивающий им психологическую, педагогическую и правовую поддержку. Он обеспечивает нормализацию социальных связей, организует взаимодействие личности, семьи и общества, решая двойную задачу: с одной стороны, государственную – по регулированию экономики, фонда занятости, снятию социальной напряженности, а с другой – социально-психологическую, исходящую от клиента, обратившегося за помощью.

Социальный работник – это одна из профессий, где органически сочетаются глобальность мышления, конкретность действий, оперативность выявления негативных сторон жизни и скорейшая их ликвидация [30].

Однако постоянное напряжение, особенно в условиях специальной военной операции по освобождению Донбасса, требует особых лично–профессиональных качеств, заключающихся в такой компетентностной позиции, как резильентность, основанной на стрессоустойчивости, способности адаптироваться.

В связи с тем, что условия работы социальных работников постоянно осложняются, интерес к проблеме формирования резильентности в период их обучения растет. Это обуславливает активизацию научных исследований с целью повышения эффективности этой работы в вузе.

В своей работе мы попытались затронуть вопросы методики организации образовательного процесса по формированию резильентности у социальных работников, раскрыть пути его совершенствования.

В основе формирования резильентности лежит такое качество личности, как стрессоустойчивость. Стресс сегодня является основной причиной низкой адаптации, как социальных работников, так и их клиентов, поэтому, по нашему убеждению, следует уделить достаточное внимание психологическим и психотерапевтическим методам коррекции и формирования стрессоустойчивости как составляющей резильентности. Это влечет за собой изменения в учебном плане, нагрузке и планировании содержания дисциплин. Из этого следует, что в учебный план, кроме дисциплин психосоциальной направленности, необходимо включить такие дисциплины (или модули), как «Формирование резильентности как интегрированного личностного качества», «Психолого-педагогические методы повышения стрессоустойчивости» и др.

В своем исследовании мы показываем уровень сформированных составляющих резильентности в начале экспериментальной работы и в результате формирующего эксперимента. Эта работа убеждает нас в необходимости формирования резильентности у студентов всех специальностей, но поскольку специфика социальной работы заключается в повышенной психологической напряженности, особую роль это качество играет для социальных работников. Кроме того, эта исследовательская работа позволила прийти к выводу, что это качество поддается формированию, коррекции на основе внешних вмешательств в образовательный процесс, хоть и имеет природную генетическую основу.

Работа состоит из трех глав, каждая глава имеет несколько параграфов.

В первой главе раскрывается феномен резильентности как приоритетная междисциплинарная компетенция в подготовке социальных работников в вузе, понятие и структура резильентности как интегрированного профессионально-личностного качества. В этой главе рассматривается интегрированная сущность понятия, анализируется содержание феномена «резильентность» во взглядах отечественных и зарубежных ученых, концепции и подходы к изучению

феномена резильентности. В этой же главе обращается внимание на стрессовую направленность социальной работы как профессиональной деятельности, в связи с чем изучаются факторы стресса и пути его преодоления. Стрессоустойчивость рассматривается как составляющая резильентности.

Во второй главе изучаются психолого-педагогические условия по повышению эффективности формирования резильентности в подготовке социальных работников. В этой связи мы рассматриваем алгоритм использования инновационных процессов в образовании, риски и роль резильентности их участников. Как к необходимому условию современного образовательного процесса мы подходим к цифровизации процесса формирования резильентности в подготовке социальных работников. Здесь мы обращаем внимание на неизбежность использования цифровых методов и технологий как в формировании резильентности, так и в социальной работе с клиентами.

Третья глава посвящается эмпирическому исследованию формирования резильентности у студентов разных специальностей. Нам показалось интересным сравнение уровня сформированности резильентности студентов, обучающихся по направлению «Социальная работа» и студентов, обучающихся по другим направлениям подготовки.

Существует ряд оптимальных психолого-педагогических условий для эффективного формирования резильентности у студентов как интегрированного качества, состоящего из стрессоустойчивости и адаптации личности. Это качество способствует формированию личностной компетенции, накоплению интеллектуального потенциала социальных работников, а также коммуникативности и социальной зрелости.

Необходимость формирования резильентности у социальных работников в вузе очевидна и не подлежит сомнению. Однако нет единого мнения относительно способов стимулирования этого процесса, подходов к оценке уровня сформированности этого качества. Поэтому нами представлены механизмы оценки и активизации процесса формирования

резильентности в подготовке социальных работников, даются практические рекомендации.

ГЛАВА 1.

ФЕНОМЕН РЕЗИЛЬЕНТНОСТИ КАК ПРИОРИТЕТНАЯ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНАЯ КОМПЕТЕНЦИЯ В ПОДГОТОВКЕ СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ В ВУЗЕ

1.1. Понятие и структура резильентности как метакомпетенции и интегрированного личностного качества социального работника

В последние годы термин «резильентность» стал предметом исследований, проводимых учеными различных научных дисциплин. Впервые в научно-психологический тезаурус в 60-е годы XX столетия понятие «резильентность» ввел Б. Г. Ананьев. Он рассматривал резильентность как жизнестойкость, с точки зрения системного подхода как собирательное качество человека, заключающееся в его способности эффективно функционировать. Жизнестойкость зависит от высокого уровня жизнедеятельности человека и от активных продуктивных фаз его жизни [4, с. 90].

Эта концепция изучалась в течение длительного времени, в основном, на теоретическом уровне. Отечественные и зарубежные ученые различают такие подходы к определению резильентности:

- когнитивный бихевиоризм, сопротивление основано на эффективных поведенческих стратегиях преодоления различных типов трудностей;

- конструктивизм отводит ведущую роль активной жизненной позиции личности;

- экологический реализм, который в первую очередь учитывает социальные факторы для преодоления трудностей;

- кросс-культурный подход, основанный на исследованиях того, как люди реагируют на все виды рисков в зависимости от расы, пола, возраста, места жительства и т.д.

Общепринятая концепция резильентности С. Мадди (S. Maddi) основана на трех взаимосвязанных компонентах, которые определяют взаимодействие людей с миром – вовлеченность, контроль и вызов. Люди с ярко выраженным компонентом вовлеченности считают, что лучший способ найти для себя интересные и ценные вещи – активно участвовать во всем, что происходит вокруг. Противоположность этому – состояние или чувство непричастности, отчужденности, испытывающие это, воспринимают жизнь как пустую трату времени. Люди с сильным компонентом контроля считают, что, сопротивляясь, они, как правило, могут влиять на последствия событий, происходящих вокруг них. Противоположность – состояние или чувство собственного бессилия – воспринимается ими как жизнь, проходящая мимо. Люди с мощным компонентом вызова считают, что наибольшего удовлетворения можно достичь, если стать мудрее, учась на собственном опыте, независимо от того, является он положительным или отрицательным.

Противоположность – стремление к простому комфорту и безопасности – кажется им бессмысленным. Эти три «В» – вовлеченность, влияние и вызов – взаимосвязаны и дополняют друг друга, вместе формируя резильентность как предрасположенность, которая помогает уменьшить и легче переносить онтологическую тревогу, связанную с выбором будущего. Являясь автором структурной модели резильентности, автор показывает уровни взаимодействия факторов, подсистем, компонентов и поведенческих маркеров:

- наследственные факторы риска;
- стрессоустойчивость (психическое напряжение, естественные причины);
- стрессовые обстоятельства (острые деструктивные изменения, постоянное управление конфликтами);
- проблемы со здоровьем (неэффективное поведение, эмоциональное истощение, соматические расстройства);
- как установки жизнестойкости (гибкость, влияние, вызов);

– устойчивость (понимание ситуации, выявление возможностей, принятие решений);

– социальная поддержка по устойчивости (помощь, вдохновение);

– жизнестойкость как образ жизни (физические упражнения, расслабление, здоровая пища, лекарства [37]).

Д. А. Леонтьев переводит термин «резильентность», предложенный С. Мадди, ни как устойчивость, а как жизнестойкость, тем самым придав ему новые оттенки значения: многогранность, многофакторность, многофункциональность.

Это способность к саморегуляции в стрессовых ситуациях, адаптации к сложным жизненным обстоятельствам, это воздействие на развитие жизнестойкости человека как внутренних, психологических, так и внешних – социальных, экономических, педагогических и других факторов [34, с. 260].

В условиях растущего вооруженного конфликта необходимо изыскивать резервы и внутренние механизмы для обеспечения стабильности системы всеобщего благосостояния в государстве.

Устойчивость государственного управления к воздействиям, включая разрушительные и дестабилизирующие, имеет важное значение в качестве одного из наиболее важных критериев эффективности и устойчивости государственного управления.

Термин «резильентность» (англ. «resilience» – пластичность, упругость) отражает жизнеспособность субъектов в условиях значительных жизненных трудностей, умение достойно преодолевать эти трудности, сопротивляться им, способность «не разрушаться» под их влиянием. Что касается государства, то термин «резильентность» относится не к способности государства предотвращать значительные трудности («бедствия»), а к способности справляться с трудностями с минимальными потерями и нарушениями согласованности и баланса. То есть, по мнению профессора И. Понкина, понятия прочности и стабильности частично

пересекаются, но явно не совпадают, поскольку отличаются друг от друга [51].

На наш взгляд, на государственном уровне нужна устойчивая резильентность по отношению:

– к навязыванию чужого мнения со стороны других государств;

– военной эскалации;

– экономической блокаде, санкциям;

– вмешательству во внутренние процессы в стране, государстве, обществе;

– навязыванию политических взглядов со стороны недружественных государств;

– политической клевете на международном уровне;

– пропаганде нетрадиционных сексуальных отношений;

– искаженным представлениям о воспитании подрастающего поколения;

– искажению исторических фактов, отрицанию героической роли Российского государства в Великой Отечественной войне;

– социокультурные искажения, навязывания и пр.

А. С. Корезин и С. Б. Мурашов отмечают: «В усугубляющихся экономических и, как следствие, социальных условиях на первый план выдвигаются вопросы снижения уязвимости социально-экономических систем, их способности противостоять угрозам с минимальными потерями, мобилизуя защитные ресурсы, и восстанавливаться в приемлемые сроки. В этом плане актуализируется углубление исследований таких феноменов, как устойчивость и резильентность, что стало целесообразным изучать и применять не только на уровне индивидов, но и на уровне социальных систем» [29, с. 18].

С 2010-х годов концепция резильентности все чаще используется в стратегических документах международных организаций в качестве новой интерпретации безопасности в шокирующих ситуациях. Например, устойчивость включена в новую глобальную стратегию Европейского союза (European

Union) в 2016 году, Цели устойчивого развития Организации Объединенных Наций (United Nations) к 2030 году, Парижское соглашение Организации Объединенных Наций по климату в 2015 году и документы НАТО (Североатлантический альянс) по борьбе с терроризмом. С 2015 года в рамках проектной инициативы «Новые подходы к экономическим вызовам» Организации экономического сотрудничества и развития резильентность изучается видными экспертами как новый подход к обеспечению устойчивости экономики в условиях вступления мира в эпоху сложности, не-линейности и радикальной неопределенности [63, с. 59].

Согласно подходу Всемирного банка, резильентность экономической системы на макроскопическом уровне определяется как сочетание немедленной устойчивости, то есть способности ограничить величину немедленной потери дохода определенной суммой потери капитала, и динамической устойчивости, то есть, способность быстро восстанавливаться [84]. Другими словами, это сочетание способности быстро поглощать удары и способности системы к восстановлению.

Организация образовательной среды, включающей образовательные программы, систему управления образовательным процессом, которые направлены на создание внешних условий формирования междисциплинарной метакомпетенции «резильентность», является одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса в подготовке будущих специалистов по социальной работе.

Е. А. Бароненко, Е. Б. Быстрой, Ю. А. Рдйсвих, Т. В. Штыкова, Л. А. Белова, рассматривая педагогические условия формирования резильентности в вузе, выделяют взаимосвязанные компоненты этого процесса, понимая под когнитивным компонентом усвоение знаний, которые способствуют формированию резильентности на уровне практико-ориентированного компонента и помогают проявить ее сформированность на уровне личностно-рефлексивного компонента [9].

А. В. Пивоварова и Е. Е. Сартакова дают более широкое и обобщенное понятие резильентности, рассматривая ее суть на уровне приспособленности к условиям современной модернизации образовательных учреждений, методов и технологий образовательного процесса с учетом особенностей каждой конкретной школы (разноудаленность школ разных ступеней, разнообразие типов и видов, большое количество нерусских национальных школ, территориальное расположение, разные социально-экономические, культурологические и географические условия их функционирования) [17], включая критерии ее сформированности (доступность, качество, эффективность) на основе стандартов образования.

По мнению авторов, «резильентность – это изменчивое состояние, которое может приобретаться и утрачиваться» [50, с. 33].

Метакомпетенция – это объединение целого ряда компетенций, объединяемых одним общим подходом или направлением, профессиональная способность, которая является частью компетентности. Метакомпетенции относятся к высшему порядку способностей, которые связаны с умением учиться, адаптироваться, предвидеть и творить.

Метакомпетенции являются необходимым условием для развития самых разных способностей, на которых основана профессиональная компетентность и без которых трудно наиболее полно ее представить. Социальная работа имеет настолько многогранную профессиональную компетентность, что без метакомпетенций сформировать ее гораздо сложнее.

Современное общество вовлечено в общий исторический процесс, называемый информатизацией. Этот процесс включает в себя доступность всех граждан к источникам информации, проникновение информационных технологий в научную, производственную, социальную сферу, высокий уровень информационных услуг. Процессы, происходящие в связи с компьютеризацией общества, способствуют не только ускорению научно-технического прогресса, интеллектуализации всей деятельности человека, но и созданию качественно новой

среды информационного общества, обеспечивающей развитие метадисциплинарных компетенций, в том числе резильентности.

Приспособление к новым дистанционным образовательным условиям, безусловно, требует и от обучающихся, и от обучающихся всех тех качеств, которые включает резильентность.

Таким образом, из-за характера своей деятельности социальные работники могут сталкиваться с серьезным риском.

Исследование Ф. И. Валиевой, раскрывающее содержание жизнестойкости как сопротивления, затрагивает проблемы резильентного поведения студентов. В представленной авторами модели резильентности предложен состав основных компонентов: эмоциональная, когнитивная и социальная гибкость включены в состав социальной среды (рис. 1.1) и следующие навыки и умения: принятие событий (сосредоточение внимания на реальных событиях), постановка целей и предпринятие соответствующих мер, оценка и переоценка происходящего, понимание статуса и статусности других людей в различных социальных контекстах и т.д. [12]. В то же время автор считает, что жизнестойкость – это способность сохранять устойчивость к воздействию различных стрессовых факторов, быстро восстанавливаться и адаптироваться в сложных условиях благодаря определенным личностным характеристикам и отличительным чертам [11; 71; 12; 26].



Рисунок 1.1. Конструкты резильентности

Данное исследование изучает образовательную сущность резильентности с точки зрения образовательных результатов и посвящено поиску новых фундаментальных основ для

организации процессов обучения в постиндустриальном обществе. По мнению автора, изменения в образовательной ситуации приводят к необходимости поиска новых дидактических принципов, отвечающих требованиям возрастных и психологических особенностей подрастающего поколения.

Учитывая эволюцию точек зрения на содержание образования, последовательность и качество академических результатов этих исследований имеют основополагающее значение. В традиционной педагогике были сформулированы дидактические принципы, учитывающие главную задачу школы – обеспечить учащихся знаниями, умениями и навыками. В образовании доминировал информационно-знаниевый подход, и поэтому большинство образовательных принципов рассматривали собственно обучение как процесс обогащения учащихся информацией. В современном образовании мы фокусируемся на разработке стратегий сбора и анализа информации. В то же время способность воспроизводить эти стратегии становится важной независимо от условий обучения или контрольных ситуаций [54].

Согласно общему выводу психологических исследований, помимо обучения, формирование резильентности происходит на фоне процесса накопления жизненного опыта и различных взаимодействий индивидов с внешним миром.

В современных исследованиях термин «резильентность» рассматривается в социальных, психологических, социологических и образовательных системах. По мнению Р. Бенедиктер, резильентность в этой междисциплинарной системе рассматривается как взаимосвязанная триада возможностей:

- «поглощение» шока и желание избежать собственной деградации в качественно и количественно худшем состоянии;
- реорганизация для сохранения внутренних структур и функций;
- предоставление возможности для позитивных преобразований и выхода на более высокий уровень [80].

А. С. Корезин и С. Б. Мурашов, изучая концептуальную сущность феномена резильентности, тоже подчеркивают его междисциплинарный характер. Авторы отмечают, что до сих пор научные круги создавали предпосылки для того, чтобы уделять больше внимания резильентности на личностном уровне, что широко изучается, особенно в психологии и педагогике. Однако различные междисциплинарные концепции этого явления уже проникают в другие отрасли знаний, такие как социология, экономика, управление экосистемами, социальное управление и государственное управление. В результате концептуализация резильентности на уровне индивида переносится на общество, социальные системы, контролируемые или самоорганизующиеся [28].

О. А. Селиванова, Н. В. Быстрова, И. И. Дереча, Т. С. Мамонтова и О. В. Панфилова попытались проанализировать содержание понимания дефиниции «резильентность» (табл. 1.1) [59].

Таблица 1.1

Содержание феномена «резильентность» во взглядах отечественных и зарубежных ученых

Автор	Содержание феномена «резильентность» («resilience»)
M. Rutter, 1985	Феномен взаимодействия защитных факторов и факторов риска, индивидуальных, семейных и социокультурных влияний.
Garmezy, 1991	Способность к восстановлению и поддержанию адаптивного поведения, которое может следовать за первоначальным отступлением и беспомощностью в ответ на стрессовое событие.
E. Werner, 1993	Баланс между факторами риска и защитными факторами
E. D. Miller, 2003	Способность быстро восстанавливать физические и душевные силы .

G. A. Bonanno, 2004	1. Динамический процесс установления положительной адаптации в контексте неблагоприятных событий; способность личности поддерживать психологическое равновесие во время потенциально опасных ситуаций.
	2. Ресурсная адаптация к изменяющимся обстоятельствам и непредвиденным условиям среды.
Дж. Ричардсон, 2007	Процесс совладания со стрессами, переменами и неблагоприятными факторами
N. Henderson, 2013	Внутренние защитные факторы, способствующие повышению устойчивости.
C. Ackerman, 2019	Устойчивость – это способность и тенденция к «отскоку назад»
Л. А. Александрова, 2004	Жизнестойкость – совладание с жизненными трудностями.
А. И. Лактионова, 2013	Жизнеспособность – системная характеристика человека, умение человека преодолевать серьезные проблемы и строить полноценную жизнь в трудных условиях. Это одна из базовых характеристик проявления субъектности, которая обеспечивает устойчивость в социальной среде.
Е. Б. Забелина, Е. К. Кузнецова, 2015	Способность индивида успешно адаптироваться к стрессам и невзгодам.
Ф. И. Валиева, 2016	Способность человека сохранять устойчивость к воздействию различных стрессоров со стороны, восстанавливаться в сложных обстоятельствах на основе адекватной оценки происходящих событий, системы ценностей и умения принимать решения.
К. М. Ушаков, 2016	Способность достигать успеха в трудных условиях, вопреки обстоятельствам.
А. А. Муравьева, О. Н. Олейникова, 2017	Способность достойно встречать и преодолевать неблагоприятные обстоятельства и вызовы, становясь при этом сильнее. Это умение управлять эмоциями, владеть коммуникативными навыками.
Е. Г. Шубникова, 2019	Достижение успеха социально одобряемым путём, который согласуется с общепризнанными моральными нормами.

Из содержания таблицы 1.1 следует, что, определяя резильентность, ученые опираются на следующие понятия: «защитные факторы» (M. Rutter, [88, с. 603]), «способность к восстановлению» (Н. Ю. Федунина [72, с. 72]), «положительная адаптация» (G. A. Bonanno [81, с. 21]), «стрессоустойчивость» (Е. А. Рыльская [58, с. 57]), «жизнестойкость» (Л. А. Александрова [2, с. 82], S. R. Maddi, [19, с. 261]), «жизнеспособность» (А. В. Махнач, А. И. Лактионова, [41, с. 82]), «достижение успеха» (Е. Г. Шубникова [79, с. 110]) и др.

Анализ научной литературы показывает, что содержание понятия «резильентность» одними учеными отождествляется с термином «жизнеспособность», «жизнестойкость», другие рассматривают его в контексте адаптации/дезадаптации или анализируют возможности принятия моральных решений, моральные ценности и установки среди подростков и молодежи, что, в свою очередь, определяет особенности развития жизнеспособности у будущих социальных работников.

Однако обратим внимание на то, что все эти определения объединяет одна важная мысль: резильентность – это способность человека находить и восстанавливать ресурсы сопротивления стрессу (от лат. *resilire* – «прыгнуть обратно», англ. *resilience* – «упругость, эластичность»). Следует отметить, что в публикациях зарубежных исследователей феномен резильентности рассматривается в соответствии с тремя основными подходами: когнитивным бихевиоризмом, конструктивизмом, экологическим реализмом. Показано, что термин «резильентность» в зарубежной литературе включает в себя способность человека преодолевать трудности в неблагоприятных жизненных обстоятельствах, способность сохранять психологическое равновесие в потенциально опасных ситуациях [59].

Выделяются следующие характеристики феномена «резильентности»:

– с теоретической точки зрения – это положительные личностные качества, позитивная устойчивая мотивация и успешная адаптация в сложных условиях жизни;

– с практической точки зрения – (а) сопротивление разрушению, т.е. эффективная защита собственной личности под сильным давлением окружающей среды; (б) осуществление полноценной социально адаптированной жизни в сложных условиях [23, с. 12.].

Л. В. Бударина тоже останавливается на основном отличии резильентности от психологической жизнестойкости и замечает, что жизнестойкость – это личностная черта, которая формируется в течение всей жизни, а резильентность – это процесс реакции на проблему и формируется при ее непосредственном возникновении [10].

С. Мадди (основатель первого института жизнестойкости) не разделяет эти два понятия, считая, что резильентность – это система убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром. Эта концепция состоит из трех компонентов: целеустремленность, контроль, готовность к риску [87, с. 261].

Первая составляющая – «вовлеченность» – это желание активно взаимодействовать с окружающими его людьми, находится в контакте с происходящим вокруг него. Противоположным качеством является чувство отчуждения – ощущение того, что человек находится «вне» жизни.

«Контроль» – вера в то, что борьба позволяет человеку влиять на результат того, что происходит. Противоположностью этому качеству является чувство беспомощности.

«Готовность к риску» – это уверенность человека в том, что все происходящие события способствуют его развитию благодаря знаниям, полученным на основе приобретенного опыта. Применение этого подхода всегда предполагает разумный компромисс между ожидаемой выгодой и связанным с ней риском.

Многие исследователи употребляют термин Б. Г. Ананьева «жизнестойкость» или подразумевая резильентность, или выделяя это качество как близкое по значению, синонимичное.

Поэтому, усматривая употребление термина «жизнестойкость» как русский перевод иноязычного термина «резильентность» и как отдельное понятие, попробуем разобраться в их синонимичности.

Анализируя подходы к определению резильентности, некоторые исследователи отмечают, что в зарубежной и отечественной психологии в данный период существует достаточно большое количество взглядов на этот феномен, отражающих существенные черты этого явления в определениях. Авторы допускают, что резильентность и жизнестойкость – это одно и то же понятие.

И. А. Хоменко интерпретирует данный феномен как средство для развития стрессоустойчивости, при этом уточняет, что именно резильентность является системообразующим фактором в структуре стрессоустойчивости личности [75].

Анализ научной литературы позволяет выделить несколько этапов возникновения концепции резильентности [24; 2; 55]. На первом этапе изучение адаптации человека к трудным жизненным ситуациям сопровождалось поиском индивидуальных особенностей, которые могли бы способствовать развитию резильентности человека.

На втором этапе были изучены факторы резильентности, что, по-видимому, является своего рода процессом, который направлен на то, чтобы справляться с проблемами.

На третьем этапе исследования резильентность рассматривается с точки зрения влияния внутренних мотивов, стимулирующих людей к самореализации, поиску смысла жизни и стремлению к гармонии с самими собой.

Большинство отечественных исследований по резильентности можно разделить на две группы.

Первая группа включает исследования резильентности с целью преодоления стресса и адаптации к трудным условиям жизни, вторая группа включает исследования резильентности «вне стресса» как часть личностного аспекта. Такие работы позволяют нам рассмотреть концепцию резильентности с точки зрения семантического подхода к ценностям.

В определениях российских авторов выделяется содержательная сторона понятия резильентности (интеграция позиций, выяснение отношений, осознание интересов, развитие ценностей) и практическая сторона (возможности, образ действий, возможности) [24].

Исследования резильентности в работах российских ученых представлены в следующих областях [2; 55; 32]:

– жизнестойкость личности, а также как экзистенциальная проблема. Резильентность определяется как черта личности, интегральная черта, психологическая черта, определенная система способностей и установок, психологическое образование, система принципов и убеждений, способность;

– резильентность как проявление целостной индивидуальности;

– резильентность как ресурс;

– резильентность с точки зрения умственного развития.

Резильентность выступает критерием психического развития, а также фактором защиты и развития. Некоторые ученые рассматривают резильентность как стрессоустойчивость, умение адаптироваться в обществе, а также как черту физического, психического и социального здоровья [32; 35]. Однако следует отметить, что отечественные ученые и зарубежные исследователи, рассматривая значение и функции резильентности, сходятся в том, что один и тот же феномен связан с различными структурами человеческой психики, которая рассматривается ими на трех уровнях:

– функционирование психофизиологических процессов;

– работа психических процессов;

– личностное образование [90; 33; 58].

Научная литература отмечает, что резильентность является неотъемлемым компонентом коррекционной формы социальной работы, определяемой структурным, контекстуализированным анализом личных проблем с целью поддержать личностные и социальные изменения. Идея о том, что резильентность является краеугольным камнем социальной работы как профессии, вдохновила И. Фергюсона и М. Лавалетта (McMurray et al., 2008;

Мондал и Чакраборти, 2022), которые ввели термин «резильентная социальная работа», объяснив его таким образом:

– внутренние противоречия и принципы практики социальной работы (резильентность по отношению к окружающему миру, устойчивость в решении проблем клиентов, развитие личностных качеств, помогающих резильентности в профессиональной практике);

– резильентность внутри профессии (профессиональная устойчивость к инновациям, всему новому);

– вклад пользователей услуг (резильентность клиентов социального обеспечения);

– более широкие антивоенные движения.

Разночтение представлений о резильентности и даже в названии термина (резильентность, резилиантность, ресильентность и пр.) привело к появлению большого количества публикаций российских авторов. Среди наиболее популярных работ по резильентности выделим работы Ф. И. Валиевой [12], в которых подробно изучаются различные концептуализации личностного уровня резильентности.

Исследования иллюстрируют различные ситуации, в которых социальные работники по всему миру развивают резильентность у клиентов и одновременно у себя. Они демонстрируют определенные аспекты профессиональной идентичности, такие как самоопределение, коммуникативность, ассертивность, толерантность, взаимопонимание, интернальность и пр.

Нам близко определение С. В. Книжниковой, которая считает, что жизнестойкость – «это не столько система убеждений, сколько интегральная характеристика личности, позволяющая сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития» [27].

Р. И. Стецишин считает, что жизнестойкость «является, личностно-психическим ресурсом, формирующимся в процессе персоногенеза и профессиогенеза личности и позволяющему

человеку помогающей профессии противостоять развитию профессиональной и личностной дезадаптации» [64].

Практика показывает, что социальные работники все чаще сталкиваются с условиями, программами и политическими событиями, которые ставят под угрозу их способность выполнять свою профессиональную миссию [29]. От социальных работников нередко требуется принимать участие в действиях по противодействию этим негативным реалиям или, другими словами, практиковать профессиональные навыки резильентности. Однако, несмотря на свою растущую актуальность, термин «профессиональная резильентность» остается как теоретически неясным, так и неисследованным для практики социальной работы. Все же, изучая различные исследования резильентности в области социальной работы, определим ее основные аспекты таким образом:

- резильентность клиентов;
- резильентность в конкретной социальной среде с присущей ей субкультурой (формальное и неформальное микросоциальное окружение);
- резервы внутренние и внешние (личностные качества, семья, школа, общественность и пр.);
- адаптационные возможности личности и семьи;
- способность спокойно мириться с неизбежными ограничениями, с которыми связана жизнь в современном обществе;
- ответственность человека за свое поведение;
- ответственность семьи и общины за поведение своих членов;
- реабилитационный и профилактический потенциал;
- здоровьесбережение как основа жизнедеятельности;
- способность прощать и быть прощенным, чувство дистанции и близости;
- способность жить с сознанием неизбежности неудач и несовершенства мира;
- резильентность исполнителей;
- развитие социальных служб;

– повышение эффективности функционирования естественных социальных институтов;

– резильентная позиция социального работника: жизнь – это эволюционный процесс, предполагающий существование нескольких путей решения проблем;

– концентрация внимания на тех внутриличностных и микросоциальных ресурсах клиента, которые можно использовать для решения его проблем;

– необходимость до начала профессионального социального вмешательства оценить, каким образом люди сами пытаются решать свои проблемы;

– выявить внутренние ресурсы клиента, которые помогут ему самостоятельно найти решение;

– видеть в человеке личность, а не рассматривать его только как носителя тех или иных проблем, объект коррекционных и реабилитационных усилий;

– формирование резильентности является динамическим процессом, учитывающим особенности ситуации, характер жизненных трудностей и наличные ресурсы.

Для резильентности социальной работы важно, что это понятие отражает внутренние и внешние факторы, влияющие на характер поведения человека, его психологическое и эмоциональное состояние, восприятие окружающей среды, способность к адаптации, стрессоустойчивость и пр.

Таким образом, теоретическое осмысление сущности понятия резильентности убеждает нас в том, что этот феномен изучается российскими и зарубежными исследователями во всех областях науки: психологии, социологии, педагогике и др., что позволяет говорить о его интегрированной сущности.

Феномен резильентности очень важен для его дальнейшего изучения как необходимого качества в современной социальной работе на уровне личности, на уровне функционирования, на уровне социального учреждения и социальных систем, что, к тому же, определяет его метакомпетентностную сущность.

1.2. Стрессовая сущность социальной работы как профессиональной деятельности

Социальная работа относится к таким видам деятельности, которые оказывают значительное влияние на физическое здоровье и психическое состояние работника, поскольку сопряжена с постоянными стрессами. Этому способствуют условия труда, когда приходится общаться с людьми, имеющими определенные социальные, а иногда откровенно психологические, проблемы. Оказание им помощи требует определенных умственных, физических и эмоциональных затрат.

Обращая внимание на стрессовый характер некоторых видов деятельности, И.В. Черникова выделяет определенные требования человека к профессии [78]:

- работа не должна влиять на психическое и физическое состояние человека;
- работа не должна наносить ущерба социальному статусу индивида;
- работа должна удовлетворять потребности и квалификацию сотрудника;
- условия труда и профессиональные системы должны подстраиваться под определенные требования отдельных работников и всего коллектива;
- работа должна способствовать личностному развитию, стимулировать скрытые возможности и расширять знания о том, как развивается социальная личность в рамках профессиональной деятельности.

Профессиональный стресс – это многоаспектное и многомерное явление, которое проявляется постоянно, может воздействовать длительно и создавать сложноразрешимую профессиональную ситуацию. Такие ситуации могут привести к неблагоприятным профессиональным трансформациям. Особенности профессиональной трансформации интересовали ученых разных направлений. Так объектом исследований Н. А. Аминова, Б. Р. Бекингема, М. В. Борисовой,

Т. А. Вальковой, В. Н. Вершинина, Т. А. Востриковой,
Е. В. Ивановой, Р. Ф. Ихсанова, А. К. Марковой,
Н. Б. Москвиной, А. В. Осницкого, Т. С. Шевцовой,
Е. В. Юрченко и др. стали учителя средних школ.
К. А. Абульханова-Славская, А. К. Алберт, С. В. Бажанова,
Д. Б. Богоявленская, Т. А. Жалагина, А. В. Козлова,
Т. В. Степкина исследовали профессиональные трансформации
у преподавателей вузов.

Однако следует отметить, что, как это ни парадоксально, исследования профессиональной трансформации у социальных работников практически не проводились.

В то же время, в силу своей разносторонней активности, такой специалист вовлечен в постоянное и весьма интенсивное взаимодействие с людьми разного социального статуса, профессий, по разным поводам и с разными целями, что нередко сопровождается эмоциональной перегрузкой и когнитивной сложностью. Это может вызывать состояние физического, эмоционального и умственного истощения. Постоянные стрессовые ситуации, возникающие при взаимодействии социального работника с клиентом, личная незащищенность и другие морально-психологические факторы негативно влияют на личность социального работника и способствуют возникновению профессиональных деформаций [7].

Профессиональные деформации личности специалиста в области социальной работы, как считают российские исследователи Е. С. Асмаковец и С. П. Мельничкин, являются процессом и результатом изменений сущностных (интегральных) характеристик личности профессионала, что приводит к упрощению системы профессиональной деятельности, профессионального общения, профессионального профиля и личности. В связи с этим проблема специально организованной работы по профилактике и коррекции профессиональной деформации личности данной категории специалистов учеными актуализируется [8].

Более того, «каждая профессия имеет свои собственные комплексы психотравмирующих факторов, как общего, так и

специфического характера. Точное определение последних требует конкретных эмпирических и экспериментальных исследований для их распознавания с целью формирования программы мер, направленных на предотвращение профессиональной деформации личности» [78, с. 195].

Исследователи выявили ряд факторов, способствующих появлению профессиональных деформаций специалиста по социальной работе. К ним относятся:

- объективные, связанные с социально-профессиональной средой;

- субъективные, обусловленные личностными особенностями и характером профессиональных взаимоотношений;

- объективно-субъективные, порождаемые системой и организацией профессионального процесса;

- психологические детерминанты (мотивы выбора профессии; разрушение ожиданий при вступлении в самостоятельную профессиональную жизнь;

- стереотипы;

- психологическая защита;

- эмоциональное напряжение;

- профессиональный застой;

- снижение уровня интеллекта специалиста;

- предел развития уровня образования и профессионализма;

- акцентуация характера личности;

- возрастные изменения, связанные со старением);

- особенности профессиональной деятельности (объект профессиональной деятельности; субъект; средства; навыки; метод; приобретенная технология).

Эти факторы считаются стрессорами (stressors), то есть источниками стресса, факторами, вызывающими стресс.

Процесс формирования профессиональных деформаций специалиста можно представить следующим образом: в профессиональной деятельности присутствует (или произошел) определенный фактор; если этот фактор является стрессовым

для сотрудника, то есть вызывает стресс, то впоследствии у человека начинает формироваться профессиональная деформация. В данном случае речь идет о дистрессе, который вызывает негативный эффект, проявляющийся в физических, эмоциональных и поведенческих признаках [74].

Развитие стрессовых реакций обусловлено влиянием ряда стрессовых факторов на работе, таких как неопределенность ролей, конфликты, перегрузка на работе, которые обычно тесно связаны с психологическим стрессом, психосоматическими расстройствами, а также неблагоприятными поведенческими последствиями.

Согласно П. Б. Зильберману, стрессоустойчивость понимается как «интегративное свойство личности, характеризующееся таким взаимодействием эмоционального, волевого, интеллектуального и мотивационного компонентов психической деятельности индивида, обеспечивающее оптимальное и успешное достижение цели деятельности в сложной эмоциональной среде» [25, с. 5].

С. В. Субботин рассматривает в своих работах конкретные компоненты этого феномена, среди которых он выделяет эмоциональную стабильность, психологическую устойчивость к стрессу, стрессоустойчивость, толерантность к фрустрациям [70].

Согласно определению Г. Селье, стресс можно рассматривать как неспецифическую реакцию организма на какие-либо предъявляемые к нему требования. Исследователь выделил три основные стадии развития стресса [60]:

- стадия – тревоги, характеризующаяся мобилизацией адаптационных ресурсов организма, где в данном случае человек находится в состоянии напряжения и настороженности;

- стадия сопротивления или сопротивляемости, при которой наблюдается сбалансированное расходование адаптационных ресурсов организма, где в данном случае находится человек;

– стадия истощения, которая приводит к истощению энергии, снижению сопротивляемости организма, нарушению поведения, здоровья и эмоционального состояния человека.

В современной научной литературе проблему стрессоустойчивости разрабатывали такие ученые, как Л. М. Аболин [1], Б. Х. Варданян [14], М. Ю. Денисов [18], А. Ю. Маленова [39], А. А. Реан [56], С. В. Субботин [68] и др.

В работах Л. И. Анцыферовой [5], Л. Г. Дикой устойчивость, зрелость личности связывается с умением человека ориентироваться на определенные цели, с характером временной перспективы, организацией своей деятельности [20].

Проблеме влияния личностного фактора в преодолении стресса посвящены работы В. И. Медведева [42], В. Э. Мильмана [43], В. Д. Небылицына [45], Г. С. Никифорова [47] и др.

Копинг-стратегии поведения личности интересуют исследователей как отношение человека к трудным жизненным обстоятельствам, возникающим в процессе жизнедеятельности.

Такие исследователи, как R. Lasarus [86], P. Thoits [91] рассматривают психологический стресс и преодоление старения. Взаимосвязь между убеждениями в самоэффективности, внешним локусом контроля и стрессом на работе у школьных учителей в общественных местах изучают Maura I. Cascio, P. Magnano, С. Эластикo, В. Костантино, В. Заппаррата, А. Battiato. Стресс на работе авторы рассматривают как продукт дисбаланса между требованиями окружающей среды (стрессорами) и индивидуальными различиями (возможностями, ресурсами или потребностями), связанный с неблагоприятными последствиями для здоровья, а также с неудовлетворительными результатами работы. В этом исследовании исследуется взаимодействие между этими психологическими особенностями в группе школьных учителей. Результаты этого исследования показывают, что вера в самоэффективность представляет собой один из наиболее важных «защитных» факторов в ответ на психологический стресс.

В своем диссертационном исследовании О. В. Лозгачева, рассматривая проблемы формирования стрессоустойчивости у студентов, считает, что следует обратить внимание на то, что образование должно предполагать интеграцию профессионального обучения с формированием и развитием личности студентов. Специфика будущей профессии требует от молодого специалиста, наряду с необходимым объемом профессиональных знаний, определенного уровня социально-психологической компетентности [36].

В работах Т. В. Середы [61] внимание уделяется особенностям характеристик общения в процессе адаптации к стресс-факторам учебного процесса. А. Ю. Маленовой [39] в результате исследования удалось систематизировать основные подходы к проблеме копинг-поведения, интегрировать отдельные научные факты о роли оценки в жизнедеятельности человека, что выступило необходимой теоретической предпосылкой для изучения особого класса трудных ситуаций – ситуаций оценивания и особенностей их преодоления личностью. М. Л. Тышковой [69] проводилось исследование устойчивости личности детей.

Как считает Т. И. Митрохина, «социальные работники при осуществлении своей профессиональной деятельности подвержены негативному влиянию стресса, который сказывается на качестве работы и здоровье специалистов. Поэтому необходимо уделять большое внимание повышению уровня стрессоустойчивости сотрудников социальных учреждений и улучшению их психологического состояния» [44]. В связи с этим на первый план ученые выдвигают проблему стрессоустойчивости социальных работников, уделяя ей одно из приоритетных направлений деятельности социальных учреждений. Именно спокойная слаженная работа профессионалов приводит к эффективности и успеху в решении самых сложных проблем клиентов. Как представители профессии типа «человек-человек», сотрудники социальных служб сталкиваются с различными проблемами клиентов, испытывают сильное эмоциональное напряжение и

подвергаются профессиональному стрессу. Нахождение в состоянии стресса существенно влияет на эффективность и качество выполняемой работы и требует использования дополнительных внутренних ресурсов для поддержания оптимального уровня психического и физического состояния, что впоследствии может способствовать возникновению негативных проявлений профессиональной деформации специалистов. В связи с этим возникает вопрос о формировании и дальнейшем развитии стрессоустойчивости как профессионально важного качества любого социального работника.

Анализ научной литературы по теме исследования показывает, что, учитывая особенности характера деятельности социальных работников, основным качеством является стрессоустойчивость, которое предотвращает не только профессиональные деформации и эмоциональное выгорание, но и нарушения их психофизиологического состояния здоровья. Поскольку стрессоустойчивость – это способность противостоять стрессу, социальному работнику необходимы такие внутренние механизмы: умение переключаться с одного вида деятельности на другой, учиться управлять эмоциями с помощью самовнушения и самоконтроля, не исключая физической подготовки. Специфика деятельности социального работника, обусловленная определенным типом клиента как объекта профессиональной деятельности, и порождает стрессовые ситуации. «Легких» клиентов в социальной работе не бывает, поскольку деятельность социального работника направлена на решение проблем клиента в сложной жизненной ситуации. Все же условно можно выделить два типа особо «трудных» клиентов. К первому типу отнесем агрессивных, импульсивных асоциально настроенных людей со взрывоопасными характеристиками личности. Такие клиенты способны обвинять социального работника в своих трудностях: маленькая зарплата или пенсия, нет жилья, недовольны соседями его поведением и прочее. Второй тип «трудных» клиентов – это астеники, депрессивные люди, недовольные всем, что

встречается на их пути. В отличие от клиентов первого типа, удовлетворить их запросы тяжело: своими требованиями, недоверчивостью, нерасположенностью они способны довести социального работника до стресса. Выбранные типы клиентов наиболее сильно травмируют психическое здоровье социального работника. Теряя самообладание в создавшемся взаимодействии, социальные работники в стрессовом состоянии могут повести себя не адекватно ситуации, с потерей самоконтроля и острыми, аффективными формами реакции на нее. Но поскольку, согласно этическим нормам их работы, такое поведение запрещено, а эмоционально выраженная реакция неприемлема, можно говорить о наличии склонности к образованию стойкого стресса (перенапряжения) [6].

Существует другая опасность профессиональной деформации социального работника, исходящая из его взаимодействия с клиентом. Это повышенное сопереживание, отношение к ситуации, как к той, которая происходила бы в его собственной жизни. Такое эмоционально стрессовое поведение не может не отразиться на психическом здоровье социального работника. Умение дистанцироваться от стрессогенной ситуации – это необходимое качество стрессоустойчивости.

Об этом говорит в своей статье Ю. М. Кузьмина: «Рассматривая профессиональную деформацию сквозь призму концепции стресса можно сказать, что под влиянием хронического профессионального стресса у работников возникают стойкие изменения на уровне организма и личности. Такие изменения можно интерпретировать как результат адаптации работника к стрессорам в профессиональной деятельности. С точки зрения психологии личности феномен профессиональной деформации можно рассмотреть как проникновение «Я-профессионального» в «Я-человеческое», имея в виду, что при профессиональной деформации воздействие профессиональных рамок и установок не ограничивается исключительно профессиональной сферой. Можно сказать, что после выхода человека из профессиональной ситуации не происходит его естественного

«выправления», поэтому даже в личной жизни человек продолжает нести на себе «деформирующий отпечаток» своей профессии. Не всегда воздействие профессии носит негативный характер, могут возникать и конструктивные изменения в личности профессионала» [31]. В этом случае включаются резервные силы работника и под воздействием стрессогенных факторов он начинает саморазвитие, поиск новых путей решения проблемы, тем самым продвигаясь по пути самосовершенствования в профессии.

Особый интерес в исследованиях стрессогенных ситуаций представляют работы А. К. Марковой. Автор систематизирует психологические стрессогенные факторы, стоящие на пути профессионального роста и развития специалиста [40], распределяя их таким образом:

– неопределенная ситуация возникает при обстоятельствах, когда выбор стимула не зависит от человека. Это вызывает понижение функций организма, создает настроение неуверенности в себе, эмоциональные отклонения и пр. Социальному работнику следует вырабатывать устойчивость к ситуациям с недостаточной информированностью;

– ситуация с усложненными условиями – работа в следственном изоляторе, накологическом диспансере, психдиспансере, в онкодиспансере, в местах с повышенными шумами, длительное физическое напряжение и пр.; это создает психологический дискомфорт, что может привести к снижению продуктивности труда или, напротив, к повышению мобильности;

– ситуация готовности к экстренному действию в социальной работе возникает с клиентами, способными на рискованные спонтанные поступки, повышенную агрессивность, что требует от специалиста немедленной реакции, правильного выбора профессиональных действий; такая ситуация тоже ведет к психологическому и умственному напряжению, что может негативно сказаться на состоянии здоровья социального работника [22];

– ситуация с измененными условиями – похищение, угроза жизни и здоровью со стороны преступных лиц, захват заложников, тяжелые погодные условия и пр.; в этих ситуациях может возникать невротическое состояние, панический страх перед опасностью, заторможенность, ступор, депрессия или наоборот эйфория, мобилизация сознания, анализ новых действий, усиление логического мышления, четкость мысли [73];

– ситуация риска – сознательное усложнение условий труда, чаще всего встречается в социальной работе с военнослужащими; в таких ситуациях повышается артериальное давление, наблюдается учащенное сердцебиение, сухость во рту, затем, как правило, человек либо на некоторое время впадает в ступор, либо сразу начинает активно действовать интеллектуально, физически, эмоционально [62];

– ситуация с экстремальными условиями – выполнение задания в неопределенных условиях или при явной нехватке времени, усложненные задания, перегрузка заданиями и пр.; в таких случаях наблюдается психическая и физическая напряженность, что может привести либо к ухудшению результатов деятельности, снижению уровня логического мышления, гибкости принятия решений, либо, наоборот, к повышенной мобильности, использованию ресурсных сил организма человека, нахождение нестандартных решений проблемных задач [21];

– ситуация конфликтов – нередко наблюдается при нововведениях, нередко в ситуациях поощрения одних работников и отсутствия внимания к другим, что приводит либо к повышенному чувству самокритичности, либо, наоборот, появляется чувство оскорбленного достоинства, страх, ревность, зависть, желание найти недостатки у других людей, подчеркнуть их промахи, дать негативные характеристики и пр. [19];

– утрата работы – появляется желание доказать свою состоятельность, высокий профессионализм, умения и навыки, которые отличают его от других работников или наоборот – депрессия, психологическая подавленность, упадок сил, отсутствие желания что-либо делать, менять в своей жизни,

повышать свой профессиональный уровень, искать новое место работы и пр.;

– вхождение в новую профессиональную среду – неуверенность в себе, в своих силах, страх перед новым начальством, повышенное желание выслужиться любой ценой или наоборот – желание показать свои наилучшие профессиональные и человеческие качества, «блеснуть» своими навыками, умениями, учесть ошибки, которые допускались на прежнем месте работы, что приводит к уверенности в себе, успеху в профессиональной деятельности.

Многие исследователи изучают факторы профессионального стресса, систематизируют их в зависимости от общих тенденций. И. В. Черникова, например, считает, что наиболее точно идентифицированные факторы стресса, связанные с профессиональной средой, включают [7; 53; 78]:

– неуверенность в будущем – для многих сотрудников постоянным фактором стресса является страх потерять работу из-за увольнения, неадекватных показателей работы, возраста или по любой другой причине;

– неспособность влиять на свою работу – как отмечают многие исследователи, степень, в которой человек влияет на вашу работу, может быть связана со стрессовым состоянием;

– характер выполняемой работы – сложность решаемых задач, самостоятельность в работе, степень ответственности, условия труда, степень опасности при выполнении работы;

– двусмысленность ролей и конфликт ролей – оба состояния воспринимаются в большинстве случаев как стрессоры. Здесь ролевая двусмысленность относится к неопределенности в отношениях с человеком, выполняющим определенную роль, а ролевые конфликты относятся к различным несовместимым ожиданиям в отношении важных людей на работе;

– специфическая организационная структура – например, матричная структура организации, предполагающая двойное подчинение, часто является источником стресса для сотрудника,

вынужденного одновременно выполнять приказы двух менеджеров;

– стрессовый стиль руководства – частое использование методов давления и неоправданных угроз является одним из самых сильных стрессоров для подчиненных;

– давление рабочего графика – сменная работа и, в частности, работа по непрерывному графику часто требует ряда психологических адаптаций и изменений, не связанных с работой, которые являются потенциальными факторами стресса. С другой стороны, очень напряженный график, который затрудняет или делает невозможным одновременное удовлетворение производственных и личных потребностей, также может быть значительным фактором стресса для людей в различных рабочих ситуациях.

Особый интерес представляют исследования, касающиеся факторов стресса непосредственно для социальных работников. Анализ научной литературы по рассматриваемой проблеме все больше убеждает, что социальная работа относится к группе стрессовых профессий [7; 78]. Причинами этого являются следующие стрессовые факторы:

1) обстоятельства, обусловленные спецификой рабочего процесса, которые включают:

– высокую коммуникативную нагрузку специалиста, так называемый «человеческий фактор»;

– стрессовые ситуации в процессе профессионального взаимодействия с клиентом;

2) внешние объективные условия, материальные ресурсы, физические факторы:

– уравнивание низких социальных ресурсов общественных организаций моральной и психологической поддержкой;

– перегрузка или недостаточная нагрузка на работе;

– нехватка ресурсов и времени;

– шум, переполненность и т.д.;

3) внутренние субъективные обстоятельства:

– высокий эмоциональный стресс, когнитивная сложность, потребность в эмоциональном отклике, сопереживании;

– отсутствие необходимых профессиональных навыков (знаний, умений и навыков) или профессиональных и личностных качеств работника (например, низкая стрессоустойчивость);

– отсутствие профессионального опыта;

– неблагоприятный психологический климат в коллективе: конфликты и напряженные отношения с руководством или коллегами;

4) причины, вытекающие из специфики профессиональной роли или статуса:

– конфликт ролей, возникающий в результате противоречия между статусом защитника, удовлетворяющего потребности клиента, и статусом сотрудника, выполняющего указания руководства социального учреждения;

– размытые профессиональные границы, нечетко определенные области задач;

– широкий спектр форм, методов и технологий социальной помощи;

– повышенная моральная ответственность за благополучие клиентов;

– низкая репутация профессии;

– низкая заработная плата и т.д.

Проблемы, с которыми сталкиваются организации при найме и удержанию компетентных социальных работников, за рубежом находятся в постоянном поле зрения иностранных исследователей. Текучесть кадров среди социальных работников за рубежом заставляет их задуматься, почему так происходит при относительно высокой заработной плате. Уитакер, Вайсмиллер и Кларк называют факторы социальных работников, связанные с «увеличением объема бумажной работы, серьезностью проблем клиентов, объемом практической работы, списками ожидания услуг, распределением задач, не связанных с социальной работой, уровнем надзора, координацией с общественными учреждениями и доступностью

профессиональной подготовки». Большинство из этих увеличений рабочей нагрузки социальных работников можно охарактеризовать как проблемы, препятствующие эффективной практике [93].

Согласно Уитакеру социальные работники также сообщают, что они испытали снижение гарантий занятости, численности персонала (как социального работника, так и других), доступности надзора и, прежде всего, уровня возмещения расходов. То есть, несмотря на высокий уровень заработной платы, социальные работники за рубежом считают ее несоответствующей той нагрузке, которую выполняют. Профессиональный стресс может быть вызван факторами внутренней среды (индивидом), внешней средой (работа/окружение) или характером работы [92].

Высокая текучесть кадров в учреждениях социальной работы является, во-первых, серьезным препятствием для своевременного реагирования; во-вторых, они способствуют негативным последствиям снижения числа социальных работников в связи с растущей потребностью в услугах, которые они предоставляют другим слоям общества. Ученые отмечают, что создание условий для удержания социальных работников является неотложной профессиональной и практической задачей [82].

Учитывая их опыт нехватки времени для выполнения повседневных рабочих задач, большой рабочей нагрузки, низкой компенсацией, сложных и/или трудных клиентов, а также нехватки ресурсов, длительного (часто не нормированного по времени рабочего дня) и неопределенных ожиданий от выполненных действий, неудивительно, что социальные работники испытывают стресс, связанный с работой. В этих далеко не оптимальных условиях труда социальные работники часто «доводятся до предела», пытаясь соответствовать своим должностным требованиям. Со временем это может привести к эмоциональному выгоранию, снижению работоспособности, ухудшению психического здоровья, нарушению когнитивных функций, снижению концентрации внимания и проблемам со

здоровьем. Кроме того, эти проблемы могут заставить социальных работников задуматься о смене карьеры.

Проведенное Таецке Калиц, Адриеном Ру, Германом Стридом (Северо-Западный университет) исследование удовлетворенностью работой социальных работников показывает, что 71% респондентов, участвовавших в этом исследовании, были в основном заняты своей работой и испытывали удовлетворение от нее, но почти половина рассматривала возможность ухода из профессии. Еще 41% испытывали снижение производительности труда за последние шесть месяцев. Это может указывать на высокий уровень стресса с возможным выгоранием, если обстоятельства, его вызывающие, не будут устранены. Почти 30% респондентов казались уже отстраненными и испытывали меньшую удовлетворенность работой [89].

В результате исследования авторы делают такой вывод: очевидно, что социальные работники действительно испытывают стресс и эмоциональное выгорание как следствие своей рабочей нагрузки и тайм-менеджмента; в результате они склонны чувствовать себя эмоционально опустошенными и непродуктивными. Это может привести к чувству неудовлетворенности и мысли об уходе. Организационный климат и мотивации в виде вознаграждения, предоставляемые организацией, могут повлиять на этот процесс. Для решения этих проблем необходима усиленная поддержка, группы поддержки, надзор, совершенствование знаний и навыков, чтобы помочь социальным работникам справляться со стрессорами и поддерживать их энтузиазм и интерес к профессии [89].

Анализ отечественной и зарубежной научной литературы показывает, что нужны профилактические меры, помогающие смягчать или совсем устранять стрессоры на рабочем месте социального работника [52; 58].

По мнению А. Ю. Василенко, чтобы в результате стрессов предотвратить синдром эмоционального выгорания у социальных работников, необходимо создать определенные

социально-психологические условия [15]. Под этим автор подразумевает комплекс мер, охватывающих широкий спектр личностных навыков: от внутренних личностных ресурсов до формирования навыков и компетенций, которые помогают преодолеть состояние эмоционального истощения и обеспечивают стратегии совладания.

В. Е. Орел выделяет группу социально-психологических заболеваний, влияющих на процесс психологической поддержки социальных работников по преодолению эмоционального истощения [48]. По мнению автора, следует развивать навыки социальных работников в обращении с конструктивными методами психологической защиты, в том числе:

- способность социального работника когнитивно структурировать и понимать ситуацию;

- овладение алгоритмами сознания, которые обновляют когнитивные механизмы и помогают им понять свои собственные психологические защиты;

- рефлексивную оценку механизмов психологической защиты, применяемых социальными работниками в состоянии эмоционального истощения;

- овладение алгоритмами социальных работников по распознаванию собственных психологических защит и способностью выбора тех, которые снижают эмоциональное истощение.

Для формирования конструктивных коммуникативных навыков и гибкости социальных работников при разрешении внутриличностных и межличностных конфликтов, в частности, необходимо:

- овладение приемами конструктивного общения с клиентами;

- самодиагностика стиля поведения в конфликтных ситуациях социальными работниками;

- найти подходящие способы разрешения конфликта;

- уметь применять эффективные коммуникативные приемы;

- умение контролировать эмоции при взаимодействии;

– уметь находить прогрессивные решения конфликтных ситуаций;

– овладение конструктивными приемами взаимодействия с коллегами.

Кроме того, следует формировать у социальных работников копинг-стратегии на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях, включая:

- рациональное понимание ситуации и ее возможностей;
- контроль социально приемлемых проявлений чувств над динамикой переживаний, устранение негативных эмоций;
- активную мотивацию справляться с психологически сложными ситуациями и способность адаптироваться;
- повышение открытости и самораскрытие;
- преодоление высокого уровня тревожности;
- появление эмоциональной гибкости в поведении социальных работников.

Большое внимание нужно уделять развитию способности социальных работников думать о последствиях своей собственной деятельности:

- целостный опыт непосредственного переживания, который не искажается механизмами психологической защиты, когда мысли и действия совпадают с эмоциями;
- формирование позитивного отношения к себе и другим;
- процесс постепенного преодоления невротических факторов собственного внутреннего мира.

Таким образом, в особых стрессовых условиях, в которых сейчас приходится работать специалистам по социальной работе, следует достигать концептуального и терминологического единства в определении понятий резильентности, стрессоустойчивости, а также в профилактических подходах, предупреждающих эмоциональное выгорание в профессии. С этой целью следует разрабатывать методы и технологии предупреждения и коррекции стрессовых состояний у социальных работников, а также готовить будущих специалистов к владению навыками такой работы.

Стрессоустойчивость основывается на таком интегрированном качестве личности, как резильентность. Формирование резильентности – одна из основных задач в подготовке социальных работников.

1.3. Адаптация к обучению как условие формирования резильентности в подготовке будущих социальных работников

Термин «адаптация» (adaptation – «приспособление», «приспособление организма к новым условиям») давно вошел в научный тезаурус и является междисциплинарным. Он имеет многогранное значение, отражающее универсальные свойства живой материи приспосабливаться к изменениям окружающей среды. Адаптация обычно рассматривается как активный процесс, включающий в себя самоизменение, самокоррекцию в зависимости от требований окружающей среды, определяемый целями деятельности, социальными нормами, способами их достижения и санкциями за отступление от этих норм в социальной среде. В зависимости от уровня взаимодействия человека с окружающей средой предусмотрены различные виды адаптации: физиологическая, психологическая, социальная. Одной из форм адаптации является профессиональная адаптация. Она рассматривается в контексте социальной (В. Т. Ащепков, М. П. Будякина, В. И. Кожарская, А. А. Русалинова и др.), связанной с профессиональным развитием специалистов (И. Д. Лушников, Е. А. Рабочее место, В. А. Комаров, А. К. Маркова, Ю. А. Поваренков и др.), изучением образовательных, социально-психологических, социально-профессиональных и исследований дидактической, социально-психологической, индивидуально-личностной социально-профессиональной, социально-педагогической (С. В. Гринько, Т. Н. Каткова, Х. Р. Кадырова, В. А. Плешаков, В. А. Слостенин) направленности [57].

Профессиональная адаптация с целью формирования резильентности социальных работников определяется педагогическим подходом, в рамках которого осуществляется подготовка специалистов социальной сферы. Поскольку мы рассматриваем формирование резильентности в подготовке социальных работников с точки зрения компетентностного подхода, то развитие адаптивности и ценностного отношения к профессии рассматриваем как составляющую формирования резильентности в образовательной среде вуза. Такое взаимодействие гарантирует готовность студента продуктивно решать проблемы адаптации в области психосоциальной, структурной и комплексной социальной работы. А также способность гибко адаптироваться к изменяющимся жизненным ситуациям, критически и независимо мыслить, устанавливать контакты с различными социальными группами, сотрудничать и осознавать векторы своего профессионального развития [46].

Такое обоснование должно обеспечить эффективное изучение адаптации в структуре и содержании профессиональной компетентности. Программа общепрофессиональных блоков, специальных областей и дисциплин специализации включает дидактические блоки, связанные с различными аспектами проблем адаптации в социальной работе. В связи с этим, в рамках учебных дисциплин («Технологии социальной работы», «Содержание и методология социально-воспитательной работы» и т.д.), для организаций, целью которых является формирование резильентности и адаптации как ее составляющей, следует реализовать весь спектр «компетентностных задач-ситуаций». Оформление заданий, формирующих навыки, включает в себя целевые блоки, важный контент для актуализации проблем, включая противоречия, вызывающие эмоции, вопросы для обсуждения, формулировку тезисов, рефераты. Вопросы по заданию, в зависимости от цели, отвечают следующим требованиям:

- каждый вопрос содержит дополнительную информацию;
- вопросы формулируются не с точки зрения содержания, а с точки зрения того, как они оцениваются;

- вопросы и информация не совпадают;
- вводятся информационные звуки и дефициты; локализация задачи;
- наличие противоположных точек зрения на рассматриваемую проблему.

Анализ научной литературы показывает, что текущая ситуация профессиональной подготовки по социальной работе не создает условий, способствующих формированию высокого уровня профессиональной адаптации. Говорить о четкой положительной динамике профессиональной адаптации за время учебы в вузе не приходится. Скорее можно говорить о недостаточной развитости знаний студентов о проблемах адаптации в области социальной работы. Все же содержание многих исследований ученых отражает желание студентов решать такие проблемы адаптации:

- низкая практическая компетентность в сочетании с недостаточным уровнем теоретических и процедурных знаний, слабым структурированием проблемных ситуаций и, как следствие, неумение профессионально технологизировать адаптационные действия;

- переживаемые компоненты адаптивности, а, следовательно, опыт личностной адаптации не интернализуется и не актуализируется в ситуации профессионального взаимодействия;

- формы поведения, указывающие на повышение этических требований профессиональных взаимоотношений;

- низкие уровни усвоения, принятия и реализации в повседневной жизни;

- неопределенная ориентация на ценности;

- качества личностной стабильности, коммуникативности, навыки и нравственная регуляция деятельности и поведения, необходимые будущим социальным работникам, которые определяют неприемлемый уровень адаптивности студентов, будущих социальных работников.

Анализ научной литературы по проблеме профессиональной адаптации позволил нам сделать важные

теоретические выводы о ее сущности и основных особенностях. По содержанию профессиональная адаптация в широком смысле рассматривается как социально-экономический процесс приспособления человека к профессиональной деятельности, в узком смысле – важный этап в движении профессионального определения личности, в ходе которого выявляются недостатки профессиональной ориентации и профессиональной подготовки, что указывает на то, в какой степени процесс выработки новых установок, потребностей, увлечений. Структурно профессиональная адаптация включает в себя несколько компонентов: психологический (адаптация человека к деятельности), физиологическая (адаптация к интенсивности работы организма и виду профессиональной деятельности), биологическая (адаптация к климатическим условиям профессиональной деятельности). Профессиональная адаптация происходит непосредственно на рабочем месте, но основы закладываются во время профессиональной ориентации в школе или колледже. Профессиональная адаптация оценивается по следующим критериям: активное осознание законов профессионального сообщества, дружеские отношения со всем коллективом; профессиональная успешность и активность, идентификация с профессией, наличие планов профессионального развития, наличие профессионально важных личностных качеств, гармоничное психоэмоциональное состояние, индивидуальный стиль профессиональной деятельности. Профессиональная адаптация часто связана с социальной адаптацией, называемой социально-профессиональной адаптацией, и характеризуется «вхождением» в специальность и общество, то есть приобретением норм и функций профессиональной и социальной деятельности [57]. Профессиональная адаптация считается завершенной в случае удовлетворенности работой на производстве, гармоничных отношений с коллегами, отсутствия желания менять работу [49].

Использование компетентностного подхода к профессиональной адаптации максимизирует идеологический

контекст профессии «социальная работа» и гарантирует, что профессиональное и личностное развитие будущих специалистов соответствует требованиям профессии в следующих аспектах [38]:

– деятельностью, поскольку этот процесс, с одной стороны, гарантирует готовность студентов к продуктивному решению адаптационных проблем в психосоциальной, структурной и комплексной социальной работе;

– с другой стороны, он может решать задачи преодоления собственных адаптационных проблем на этапе профессионального обучения и самостоятельной профессиональной деятельности;

– в дополнение к планированию профессионального будущего (профессиональные характеристики, материальное благополучие, возможности карьерного роста) в этом процессе имеет место гуманистическая ориентация на личную и профессиональную мотивацию, ценности;

– регулирование, поскольку адаптация к профессии рассматривается как результат личной деятельности с целью достижения оптимального соотношения взаимных ожиданий человека как субъекта труда и профессиональной среды.

Е. Г. Черниковой рассматриваются вопросы адаптации и управления профессиональной адаптацией бакалавров социальной работы. Автор подчеркивает, что деятельность социальных работников связана с решением проблем оказания социальной помощи людям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации, требующих от специалиста не только сформированных профессиональных компетенций, но и высоких моральных и профессиональных качеств, а также оперативности и умения ориентироваться в сложных обстоятельствах. Как считает автор, профессиональная адаптация социальных работников определяется высокими требованиями, как к профессиональной подготовке, так и к личностным качествам будущего сотрудника. Исследователь обращает внимание на низкий уровень заработной платы в большинстве регионов страны и недостаточное внимание

руководства общественных организаций к молодым кадрам, что, по ее мнению, негативно влияет на процесс адаптации, в связи с чем наблюдается отток молодых кадров из организаций социальной защиты. Е. Г. Черникова считает, что необходимо мотивировать бакалавров социальной работы к сложной и низкооплачиваемой профессиональной деятельности в вузе, в процессе профессиональной подготовки разрабатывать различные программы адаптации для будущих социальных работников [83].

Е. В. Нехорошева разделяет это мнение, но уточняет, что более эффективной будет не программа управления, а сопровождения профессиональной адаптации будущих социальных работников, поясняя, что такая программа должна [46]:

– соответствовать поэтапному развитию профессиональной адаптации, включающей смену субъектно-функциональной и субъектной фаз, во время которых формируются профессиональные ценностно-смысловые ориентиры (начиная с мотивов выбора профессии, обучения и заканчивая профессиональной направленностью);

– адаптационную компетентность (от усвоения соответствующих знаний к формированию компетентностного адаптационного опыта и готовности к его реализации) и механизмы профессиональной адаптации (от подражания, осознанной идентификации к личностной саморегуляции);

– рассматривать факторы внешней профессиональной среды как движущие силы профессионального развития и факторы, определяющие самого субъекта профессиональной адаптации, в связи с этим образовательное сопровождение профессиональной адаптации включает в себя как условия оптимизации профориентационной образовательной среды, так и условия формирования профессиональной субъектности будущего социального работника;

– осуществляться в направлении профилактики, связанной с формированием атрибутивных параметров профессиональной адаптации будущих специалистов, и задач, направленных на

педагогическую поддержку в решении проблемы адаптации в процессе овладения профессией и видами деятельности.

Такая программа, по мнению автора, должна включать три подпрограммы, «каждая из которых обеспечивает сопровождение соответствующего этапа адаптации, основывается на её определенном уровне, ставит конкретные цели и задачи развития, содержит адекватные формы и методы педагогического воздействия и прогнозируемые результаты на этапе её завершения» [46, с.167].

Как полагает Ю. В. Варданян, представленное научно-методологическое сопровождение должно позволить эффективно изучать природу, структуру и содержание профессиональной компетентности [13]. Программы общепрофессиональных блоков, специальных областей и дисциплин специализации включает дидактические единицы, связанные с различными аспектами проблем адаптации в социальной работе. В связи с этим, в рамках учебных дисциплин («Технологии социальной работы», «Теория социальной работы», «Объектно и субъектно ориентированные CASE-технологии социальной работы» и др.), целью которых является формирование компетентностного опыта обучаемых, предлагается полный спектр «задач-компетентностных ситуаций» [76, с. 118]. Оформление заданий, направленных на формирование адаптационных навыков, включает целевой блок, ключевое содержание для актуализации проблем, включая противоречия, вызывающие эмоции, вопросы для обсуждения, формулировку тезиса, итоги. Вопросы по заданию в соответствии с целью отвечают следующим требованиям: каждый вопрос содержит дополнительную информацию; вопросы сформулированы не с точки зрения содержания, а в форме оценки; вопросы и информация не совпадают; вводятся информационные шумы и дефициты; локализация заданий; наличие противоположных точки зрения по изучаемому вопросу.

Организация поля субъектного развития вуза должна включать программу адаптации, направленную на успешное

формирование профессиональных компетенций, практических навыков социальных работников. Этому должны способствовать современные формы и методы профессионально-ориентированной деятельности. Особенную роль в этой работе играют студенческие объединения, клубы, центры.

Так, целью деятельности Центра молодежных инициатив «Студенческая республика ЛПУ» является создание оптимальных социокультурных и образовательных условий для развития гармоничной, всесторонне развитой личности, формирования студенческой активности, успешной социализации и развития лидерского и творческого потенциалов [77].

Основными задачами центра являются:

- создание благоприятных условий для формирования у студентов гуманистических ценностей, гражданской культуры, творческого мышления, активной жизненной позиции, лидерских качеств;

- удовлетворение потребностей студентов в интеллектуальном, культурном, нравственно-эстетическом развитии, развития интеллектуальных, общественно-полезных и творческих способностей студентов;

- развитие эстетического и художественного вкуса у студентов, привлечение их к активному участию в общественной, культурной жизни университета;

- пропаганда и распространение ценностей культуры и науки, духовного развития молодежи;

- развитие и популяризация среди студенчества интеллектуальных игр, повышение их роли во всестороннем гармоничном развитии личности;

- накопление и приумножение традиций университета путем организации и проведения плановых мероприятий, разработки новых проектов;

- содействие развитию студенческого самоуправления университета;

- оказание поддержки и содействие развитию студенческих движений, объединений, клубов по интересам;

- развитие у студенческой молодежи навыков проектной деятельности;
- поддержка и содействие в реализации молодежных проектов и инициатив;
- организация профилактической работы в молодежной среде;
- совершенствование форм внеучебной деятельности студентов;
- проведение информационно-имиджевых мероприятий (в т.ч. по привлечению абитуриентов);
- другие задачи, не противоречащие Уставу университета и соответствующие функциям центра.

Центр выполняет следующие функции:

1. Организационная:

- выявление талантливых и творчески активных студентов университета;
- поддержка и развитие потенциала творческой молодежи университета;
- создание, организация и координация работы объединений молодёжи;
- организация и проведение культурно-массовых мероприятий различного уровня, способствующих развитию лидерского и творческого потенциалов студентов;
- оказание содействия в реализации студенческих проектов и инициатив;
- взаимодействие со структурными подразделениями университета;
- обмен опытом и сотрудничество со студенческими организациями и молодежными объединениями других образовательных организаций высшего образования.

2. Обучающая:

- организация специальных занятий для представителей студенческого самоуправления университета;
- консультирование инициативных студентов в подготовке и реализации собственных проектов.

3. Информационно-нормативная:

- составление необходимой нормативной документации о деятельности центра;
- подготовка наглядной продукции (буклеты, справочники, методические рекомендации, стенды и т.д.);
- информационно-методическая поддержка реализации студенческих проектов и инициатив;
- систематизация материалов о студенческих проектах и инициативах.

Студенческий спортивный клуб «Буревестник» в составе Студенческой республики ЛГПУ [67] создан в целях привлечения студентов к регулярным занятиям физической культурой и спортом, пропаганды здорового образа жизни, организации активного отдыха и участия в физкультурно-спортивной жизни ЛГПУ.

Не менее интересной является работа Киберспортивного клуба, в рамках которого проводится самое зрелищное и захватывающее спортивное мероприятие – киберспортивный студенческий турнир. В рамках этого турнира предлагается принять участие в семи различных дисциплинах: Dota 2, Counter-Strike: Global Offensive, League of Legends, Valorant, Clash Royale, Hearthstone и StarCraft II. Примечательно, в каждой игре могут принять участие студенты разного уровня подготовки – от новичков до опытных профессионалов. Это прекрасная возможность развивать свои навыки и выйти на новый уровень соревновательной игры. Турнир проходит на протяжении нескольких дней и каждая команда получит шанс показать свое мастерство в многочисленных матчах. Высококвалифицированная команда судей и аналитиков обеспечивает объективное оценивание игр. Победители каждой из семи дисциплин награждаются ценными призами, а также получают возможность представлять университетскую команду на этапе следующих крупных студенческих соревнований. Для создания неповторимой атмосферы организаторами мероприятий поощряются все формы поддержки и энтузиазм зрителей [65].

В арсенале различных форм воспитательной работы ЛГПУ те, которые проводятся массово, с привлечением населения. Активисты направления здорового образа жизни Студенческой республики ЛГПУ периодически проводят акцию «Меняем сигарету на конфету!»

Совместно с Министерством молодежной политики ЛНР и ДНР ЛГПУ проводит Республиканский конкурс интеллекта, творчества и спорта «Молодые лица страны – Мисс и Мистер Студенчество Донбасса – 2023» [65].

В Луганском государственном педагогическом университете развито волонтерское движение. Общеуниверситетская «Школа волонтеров» является специализированным добровольным формированием в Луганском государственном педагогическом университете, действующим для подготовки волонтеров по оказанию социальных услуг разным категориям населения по разным направлениям работы [16].

Цель «Школы волонтеров» ЛГПУ – формирование практических и профессиональных навыков студентов через включение их в волонтерскую деятельность в образовательном пространстве университета, развитие и популяризация волонтерства в студенческой среде.

Приоритетными направлениями «Школы волонтеров» определены такие направления:

1. Наставничество. Цель – популяризировать волонтерскую деятельность среди учащихся общеобразовательных учреждений в рамках университетского образовательного округа. По принципу «равный – равному» волонтеры-наставники будут передавать школьникам полученную информацию на «днях профилактики», в проведении совместных акций, на занятиях с элементами тренинга, в ролевых и интерактивных играх. Обучая других, будут обучаться сами.

2. Гражданско-патриотическое волонтерство. Путём восстановления и сохранения исторической памяти, организации патриотических акций и мероприятий,

взаимодействие и помощь ветеранам Великой Отечественной войны и другим ветеранским организациям.

3. Культурно-историческое волонтерство. Целью данного направления является поиск и сохранение исторических объектов культурного наследия Луганщины, разработка туристических маршрутов и проведение экскурсий.

4. Экологическое волонтерство. С помощью работы, направленной на сохранение и восстановление экосистемы территории университета, лесопарковой и береговой зоны водоёмов Луганщины, устранению загрязняющих отходов.

5. Спортивное волонтерство. Помощь в организации и проведении спортивных и физкультурных событий, пропаганда здорового образа жизни посредством участия в мероприятиях, продвижение эко-фитнеса среди студентов университета [66].

В университете действуют два волонтерских отряда – «Парус надежды» и «Сова». Оба отряда действуют в рамках воспитательной работы как университета, так и института истории, международных отношений и социально-политических наук, которому они принадлежат. Отряд «Парус надежды» состоит из будущих социальных работников, имеет многолетние традиции волонтерской деятельности.

Среди мероприятий, которые проводят волонтеры, – посещение социально-реабилитационных центров для детей и гериатрического центра для инвалидов, Перевальской специальной (коррекционной) школы-интерната, адресная работа с детьми-инвалидами, пенсионерами, нуждающимися в опеке, и их семьями. Новогодние утренники, благотворительные акции, классные часы, концерты – все это организуют и проводят члены волонтерских отрядов. Кроме того, студенческие волонтерские отряды с целью моральной поддержки, напоминания о доме оказывают помощь воинам СВО.

Четко организованная внеаудиторная воспитательная работа способствует быстрой и успешной адаптации первокурсников, привлечение студентов с инвалидностью помогает им включиться в университетскую жизнь,

адаптироваться к условиям обучения. Такой подход является одной из методических особенностей эффективной реализации формирования резильентности студентов всех направлений подготовки.

Литература к главе 1

1. Аболин, Л. М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека / Л. М. Аболин. – Казань : КазГУ 1987. – 262 с.
2. Александрова, Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии / Л. А. Александрова // Сибирская психология сегодня: сборник научных трудов. – Выпуск 2. – Кемерово : Кузбассвуиздат. 2004. – С. 82–90.
3. Рассказова, Е. И. Динамика смысла в процессе совладания с тревогой / Е. И. Рассказова // Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла): материалы междунар. конф. / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2005. – С. 175–189.
4. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания. (Серия: Мастера психологии). Изд. 3-е. / Б. Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2016. – 288 с.
5. Анцыферова, Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л. И. Анцыферова // Психол. журн. – 1994. – № 1. – С. 3–18.
6. Арутюнян, А. А. Стрессоустойчивость как профессиональная компетентность социального работника / А. А. Арутюнян. – Текст : прямой // Молодой ученый. – 2016. – № 15.1 (119.1). – С. 56–60.
7. Асмаковец, Е. С. Стрессоры специалистов в области социальной работы / Е. С. Асмаковец // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2013. – Т.6. – №3. – С.6–14.

8. Асмаковец, Е. С. Познавательная ситуация в решении проблемы психологической профилактики и коррекции профессиональной деформации личности социального работника / Е. С. Асмаковец, С. П. Мельничкин // Социальная политика: современность и будущее: материалы междунар. научн.-практ. конф., СПб., 21 января 2010 г. Под общ. ред. В. Н. Скворцова. – СПб. : ЛГУ им. А. С. Пушкина, 2010. – С. 23–27.

9. Бароненко, Е. А. Формирование педагогической резильентности будущих учителей в современных условиях / Е. А. Бароненко, Е. Б. Быстрой, Ю. А. Райсвих, Т. В. Штыкова, Л. А. Белова // Перспективы науки и образования. – 2021. – № 3 (51). – С. 140–154.

10. Бударина, Л. В. Теоретическое понимание феномена жизнестойкости. Основное отличие жизнестойкости от психологической резильентности и стрессоустойчивости [Электронный ресурс] / Л. В. Бударина // «Научное сообщество студентов. Междисциплинарные исследования» : Электронный сборник статей по материалам XLII студенческой международной научно-практической конференции. – Новосибирск: Изд. АНС «СибАК». – 2018. – № 7(42). – С.320–324. – Режим доступа. – URL: [http://www.sibac.info/archive/science/7\(42\).pdf](http://www.sibac.info/archive/science/7(42).pdf). – Загл. с экрана. – Дата обращения: 20.04.2022.

11. Валиева, Ф. И. Индивидуально-личностные предпосылки резильентного поведения / Ф. И. Валиева // Вестник Северо-Осетинского государственного университета им. К. Л. Хетагурова. Общественные науки. – 2016. – № 4. – С. 97–100.

12. Валиева, Ф. И. Резилиантность: подходы, модели, концепции / Ф. И. Валиева // Вестник Санкт-Петербургского университета. – Сер. 12. – Вып.1. – С.78–86.

13. Варданян, Б. Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости / Б. Х. Варданян // Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. – М., 1983. – С. 542–543.

14. Варданын, Ю. В. Изучение психологии как источник развития субъекта профессионально-педагогической компетентности / Ю. В. Варданын // Педагогическое образование и наука. – 2008. – № 10. – С. 10–14.

15. Василенко, А. Ю. Личностные факторы профилактики эмоционального выгорания в процессе профессиональной самоактуализации / А. Ю. Василенко. – Хабаровск, 2008. – 28 с.

16. Волонтерская деятельность – Луганский государственный педагогический университет [Электронный ресурс]. – Режим доступа. – URL: <https://lgpu.org/volonterskaya-deyatelnost1.html?ysclid=lpctmp5h5c678389969>. – Дата обращения: 24.11.2023

17. Гурьянова, М. П. Теоретические основы модернизации сельской школы России / М. П. Гурьянова. – М., 2001. – 412 с.

18. Денисов, М. Ю. Зависимость опыта переживания психических состояний от личностных особенностей / М. Ю. Денисов. – СПб., 1992. – 161 с.

19. Джафарова, М. А. Конфликты в области практической социальной работы [Электронный ресурс]. – Режим доступа. – URL: <https://docviewer.yandex.ru/view/203416590/?>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 25.10.2023

20. Дикая, Л. Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельный подход) / Л. Г. Дикая. – М. : Ин-т психологии РАН, 2003. – 318 с.

21. Донцов, А. А. Технологии психосоциальной работы и психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях / Д. А. Донцов, О. А. Москвитина, И. Н. Орлова // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. – 2010. – Сер.12, вып.1. – С.192–197.

22. Елисеева, Н. В. Экстремальная подготовка в образовательных учреждениях / Н. В. Елисеева // Материалы XXXVI научно-технической конференции по итогам работы профессорско-преподавательского состава. – Ставрополь: Издательство СевКавГТУ, 2007. – С. 202–203.

23. Забелина, Е. В. Понятие психологической резильентности: основные теории / Е. В. Забелина, Д. К. Кузнецова // Вестник

Челябинского государственного университета. Серия: Психология и педагогика. – 2015. – № 1. – С. 10–13.

24. Закерничная, Н. В. Теоретическое осмысление понятия жизнестойкости в отечественных и зарубежных исследованиях / Н. В. Закерничная // Ученые записки Забайкальского государственного университета. Серия: Педагогические науки. – 2016. – Т. 11. – № 5. – С.62–68.

25. Зильберман, П. Б. Эмоциональная устойчивость оператора / П. Б. Зильберман, // Очерки психологии труда оператора. – М., 1974.

26. Иванова, К. А. Развитие резилиантности у подростков / К. А. Иванова, Ф. И. Валиева // Неделя науки в СПбПУ: материалы научного форума с международным участием. Лучшие доклады. – СПб : СПбПУ, 2016. – С. 302–305.

27. Книжникова, С. В. Структурно-функциональное описание жизнестойкости в аспекте суицидальной превенции / С. В. Книжникова // Материалы IV Всероссийской НПК «Феноменология и профилактика девиантного поведения». Краснодар, 28–29 октября 2010, – С. 67–70.

28. Корезин, А. Устойчивость социальных систем: сущность понятия и его применимость на разных уровнях общества / А. Корезин, С. Мурашов. // Телескоп : журнал социологических и маркетинговых исследований. – 2021. – №1. – С. 17–22.

29. Корезин, А. С. Резильентность социальных систем: сущность концепта и его применимость на разных уровнях / А. С. Корезин, С. Б. Мурашов // Телескоп : журнал социологических и маркетинговых исследований. – 2021. – С.17–22.

30. Кузнецова, Г. Д. Формирование профессиональной деятельности и личности социального работника / Г. Д. Кузнецова. – М. : 1996. – 150.

31. Кузьмина, Ю. М. Профессиональная деформация специалистов социальной работы и методы ее предупреждения [Электронный ресурс] / Ю. М. Кузьмина // Вестник Казанского технологического университета. – 2010. – С. 116–124. – Режим

доступа. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnaya-deformatsiya-spetsialistov-sotsialnoy-raboty-i-metody-ee-preduprezhdeniya/viewer>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 24.10.2023

32. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / под ред. Л. Леви. – Л. : Медицина, 1970. – С. 178–208.

33. Лактионова, А. И. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков / А. И. Лактионова. – М. : Институт психологии РАН, 2017. – 236 с.

34. Леонтьев, Д. А. Многоуровневая модель взаимодействия с неблагоприятными обстоятельствами: от защиты к применению / Д. А. Леонтьев // Психология стресса: материалы III Международной научно-практической конференции. – Кострома : КГУ им. Н.А. Некрасова, 2013. – С. 258–261.

35. Логинова, М. В. Психологическое содержание жизнестойкости личности студентов / М. В. Логинова. – М. – 238 с.

36. Лозгачева, О. В. Формирование стрессоустойчивости на этапе профессионализации / О. В. Лозгачева. – Екатеринбург, 2004. – 189 с.

37. Мадди, С. Смыслообразование в процессе принятия решений / С. Мадди // Психол. журн. – 2005. – Т. 26, – № 6. – С. 87–101.

38. Мажар, Н. Е. Особенности профессиональной адаптации будущих социальных работников [Электронный ресурс] / Н. Е. Мажар, Е. В. Нехорошева // Вестник Брянского государственного университета. – 2012. – Режим доступа. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-professionalnoy-adaptatsii-buduschih-sotsialnyh-rabotnikov/viewer>. – Дата обращения: 23.11.2023

39. Маленова, А. Ю. Выбор формы проведения экзамена студентами как способ профилактики экзаменационного стресса / А. Ю. Маленова // Вестн. Омского ун-та. Сер. Психология. – 2005. – № 1. – С.30–42

40. Маркова, А. К. Психология профессионализма / А. К. Маркова. – М. : Междунар. гуманитар. Фонд «Знание», 1996. – 308 с.
41. Махнач, А. В. Жизнеспособность человека как предмет изучения в психологической науке / А. В. Махнач // Психологический журнал. – 2017. – Т. 38. – №4. – С. 5–16.
42. Медведев, В. И. Устойчивость физиологических и психофизиологических функций человека при действии экстремальных факторов / В. И. Медведев. – М., 1982. – 104 с.
43. Мильман, В. Э. Стресс и личностные факторы регуляции деятельности / В. Э. Мильман // Стресс и тревога в спорте. – М. : ФИС, 1983. – 24–46.
44. Митрохина, Т. И. Социально-психологические аспекты развития стрессоустойчивости социальных работников // Вестник магистратуры. – 2019. – № 2-1(89). – С.43–44.
45. Небылицын, В. Д. Психофизиологические исследования индивидуальных различий / В. Д. Небылицын. – М. : Наука, 1976. – 336 с.
46. Нехорошева, Е. В. Педагогическое сопровождение профессиональной адаптации будущих социальных работников [Электронный ресурс] / Е. В. Нехорошева // Сибирский педагогический журнал. – 2011. – С. 166–174. – Режим доступа. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskoe-soprovozhdenie-professionalnoy-adaptatsii-buduschih-sotsialnyh-rabotnikov/viewer>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 23.11.2023
47. Никифоров, Г. С. Влияние индивидуально-психологических особенностей на успешность тренажерной подготовки пилотов / Г. С. Никифоров, Л. И. Филимоненко, С. В. Никишева // Психол. обеспечение трудовой деятельности. – Л., 1987. – С. 69–73.
48. Орёл, В. Е. Структурно-функциональная организация и генезис психического выгорания / В. Е. Орёл. – Ярославль, 2005. – 449 с.
49. Особенности профессиональной адаптации социальных экспертов [Электронный ресурс] // Молодой ученый. – 2016. –

№ 13 (117). – С. 880–883. – Режим доступа. – URL: <https://архивы/117/32348>. – Дата обращения: 23 ноября 2023 г.

50. Пивоварова, А. В. Технологии формирования резильентности в современной сельской школе / А. В. Пивоварова, Е. Е. Сартакова // Научно-педагогическое обозрение. – 2020. – №6(34). – С.31–40.

51. Понкин, И. Понятие резильентности системы к негативным факторам / И. Понкин // Государственная служба. – 2015. – №5. – С. 15–17.

52. Профилактика профессиональных деформаций в системе социальной работы : учебное пособие для вузов / М. В. Воронцова [и др.] ; под редакцией М. В. Воронцовой. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2023. – 244 с.

53. Психология стресса и методы его профилактики: учебно-методическое пособие / В. Р. Бильданова, Г. К. Бисерова, Г. Р. Шагивалеева. – Елабуга : Изд-во ЕИ КФУ, 2015. – 142 с.

54. Райхельгауз, Л. Б. Резильентность образовательных результатов как новый принцип современной дидактики [Текст] / Л. Б. Райхельгауз // Ярославский педагогический вестник. – 2019. – №4(109). – С.8–14.

55. Рассказова, Е. И. Динамика смысла в процессе совладания с тревогой / Е. И. Рассказова // Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла) : материалы междунар. конф. / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2005. – С. 175–189.

56. Реан, А. А. Факторы стрессоустойчивости учителей / А. А. Реан, А. А. Баранов // Вопросы психологии. – 1997. – № 1. – С. 45–55.

57. Рослякова, С. В. Особенности профессиональной адаптации специалистов социальной сферы / С. В. Рослякова, Л. Р. Тимергалина. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2016. – № 13 (117). – С. 880–883.

58. Рыльская Е. А. Научные подходы к исследованию жизнеспособности человека в зарубежной психологии [Текст] / Е. А. Рыльская // Теория и практика общественного развития. – 2014. – №8. – С. 57–58.

59. Селиванова, О. А. Изучение феномена резильентности: проблемы и перспективы [Электронный ресурс] / О. А. Селиванова, Н. В. Быстрова, И. И. Дереча, Т. С. Мамонтова, О. В. Панфилова // Мир науки. Педагогика и психология, 2020. – №3. – Режим доступа. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/04PSMN320.pdf>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 21.05.2022

60. Селье, Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М. : Прогресс, 1979. – 125 с.

61. Середя, Т. В. Особенности характеристик общения в процессе адаптации к стресс-факторам учебного процесса / Т. В. Середя. – М., 1987. – 195 с.

62. Синяев, М. В. Теория и практика общественного развития / М.В. Синяев, М. Е. Кокорева. – 2021. – № 11. – С. 73–77.

63. Смородинская Н. В. Резильентность как стратегический императив в эпоху неопределенности / Н. В. Смородинская, В.Е. Малыгин // Экономические стратегии. – 2021. – №6(180). – С. 58–62.

64. Стецишин, Р. И. Направленность личности и жизнестойкость: психологическое исследование [Электронный ресурс] / Р. И. Стецишин // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2008. – Режим доступа. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/napravlennost-lichnosti-i-zhiznestoykost-psihologicheskoe-issledovanie/viewer>. – Дата обращения: 22.11.2023

65. Студенческая республика ЛГПУ. [Электронный ресурс] – Режим доступа. – URL: <https://vk.com/stud.republic.lgpu?ysclid=lpcsxeje7y898582198>. – Дата обращения: 24.11. 2023

66. Студенческое волонтерское движение ЛГПУ [Электронный ресурс] – Режим доступа. – URL: <https://vk.com/stud.republic.lgpu?ysclid=lpcsxeje7y898582198>. – Дата обращения: 24.11. 2023

67. Студенческий спортивный клуб Луганского педагогического университета [Электронный ресурс] – Режим

доступа. – URL: <https://lgpu.org/students/sportivnyy-klub---3.html?ysclid=Ipsb15v12620441052>. – Дата обращения: 24.11.2023

68. Субботин, С. В. Устойчивость к психическому стрессу как характеристика учителя / С. В. Субботин. – Пермь, 1992. – 146 с.

69. Субботин, С. В. Устойчивость к психическому стрессу как характеристики метаиндивидуальности учителя : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Субботин Сергей Васильевич ; Пермский гос. пед. инст. – Пермь, 1992. – 152 с.

70. Тышкова, М. Л. Исследование устойчивости личности детей / М. Л. Тышкова // Вопросы подростков в трудных ситуациях психологии, 1987. – № 1. – С. 27–33.

71. Ушаков, К. М. Новое слово «резильентность» / К. М. Ушаков // Директор школы. – 2016. – №7. – С. 23.

72. Федунина, Н. Ю. Понятие устойчивости к травме и посттравматического роста / Н. Ю. Федунина // Московский терапевтический журнал. – 2006. – №4. – С. 69–80.

73. Филипова, И. А. Проблемы изменения определённых сторонами условий трудового договора по причинам, связанным с изменением организационных или технологических условий труда / И. А. Филипова, А. В. Харитонов // Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского. – 2016. – № 3. – С. 192–195.

74. Фирсов, М. В. Технология социальной работы : учебное пособие / М. В. Фирсов. – 2-е изд. – М. : Академический Проект, 2020. – 428 с.

75. Хоменко, И. А. К вопросу о формировании резилентности у детей в условиях общеобразовательной практики / И. А. Хоменко // Вестник Герценовского университета. – 2011. – №9. – С. 30–35.

76. Хуторской, А. В. Компетентность как дидактическое понятие: содержание, структура и модели конструирования / А. В. Хуторской, Л. Н. Хуторская // Проектирование и организация самостоятельной работы студентов в контексте компетентностного подхода: межвузовский сб. науч. тр.; под

ред. А. А. Орлова. – Тула : Изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л. Н. Толстого, 2008. – Вып. 1. – С. 117–137.

77. Центр молодежных инициатив «Студенческая республика ЛГПУ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа. – URL: <https://lgpu.org/center-molodog.html?ysclid=1pcsez8n6p17633515>. – Дата обращения: 24.11.2023

78. Черникова, И. В. Профессиональный стресс в деятельности специалиста по социальной работе / И. В. Черникова // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2010. – № 11-1. – С. 194–199.

79. Шубникова, Е. Г. Развитие превентивной педагогики в России и за рубежом / Е. Г. Шубникова // Психология и социальная педагогика: современное состояние и перспективы развития: сборник научных статей по материалам VIII Всероссийской научно-практической конференции. Чебоксары: Чувашский государственный университет им. И. Я. Яковлева, 2019. – С. 110–118.

80. Benedikter, R. Global systemic shift: A multidimensional approach to understand the present phase of globalization / R. Benedikter // New Global Studies. – 2013. – Vol. 7. – No 1. – P. 1–15.

81. Bonanno, G. A. Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely adverse events? / G. A. Bonanno // American Psychologist. – 2004. – Vol. 59. – P. 20–28.

82. Earle, N. 2008. Social work as a scarce and critical profession. [Online]. – Available. – URL: [https://www.labour.gov.za/downloads/documents/research-documents/Social %20work_Dol_Report.pdf](https://www.labour.gov.za/downloads/documents/research-documents/Social%20work_Dol_Report.pdf). – Accessed: 19.10.2023

83. Chernikova, E. G. Management of professional adaptation of bachelors of social work [Online] / E. G. Chernikova // Scientific Vector of the Balkans 4(7) – Available. – URL: https://www.researchgate.net/publication/342884424_MANAGEMENT_OF_PROFESSIONAL_ADAPTATION_OF_BACHELORS_OF_SOCIAL_WORK

84. Hallegatte, S. Economic Resilience : Definition and Measurement. The World Bank – Climate Change Group – Office of the Chief Economist. Policy Research Working Paper 6852 / S. Hallegatte. – 2016. – 44 p.

85. Lazarus, R. S. Psychological stress and the ping in aging / R. S. Lazarus, A. DeLongis // American Psychologist. – 1983. – Vol. 38. – P. 245–254.

86. Lazarus, R. S. Psychological stress and the coping process / R. S. Lazarus. – N.Y., 1966. – 466 p.

87. Maddi, S. R. On hardiness and other pathways to resilience / S. R. Maddi // American Psychologist. – 2005. – Vol. 60. – № 3. – P. 261–262.

88. Rutter, M. Resilience in the face of adversity / M. Rutter // British Journ. of Psychiatry. – 1985. – Vol. 147. – P. 598–611.

89. Taetske, C. Adrien Roux Herman Strydom (North-West University) Factors that affect social workers' job satisfaction, stress and burnout / C. Taetske // Social Work/Maatskaplike Werk. – November 2014. – 50(2).

90. The study of youth resilience across cultures: Lessons from a pilot study of measurement development / M. Ungar // Research in Human Development. – 2008. – Vol. 5 (3). – P. 166–180.

91. Thoits, P. Social support as coping assistance / P. Thoits // J. of Consulting and Clinical Psychology. – 1986. – Vol. 54. – P. 416–423.

92. Van, W. Beroepstress en stresshantering by matskap like werkers wat betrokke is by intervensie met seksueel misbruikte kinders / W. Van. – Stellenbosch : Universiteit van Stellenbosch.

93. Whitaker, T. Assuring the sufficiency of a frontline workforce: a national study of licensed social workers: executive summary. / T. Whitaker, T. Weismiller, E. Clark. – Washington, D.C. : National Association of Social Workers. – 2006

ГЛАВА 2.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ РЕЗИЛЬЕНТНОСТИ В ПОДГОТОВКЕ СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ

2.1. Инновационные процессы в образовании: алгоритм, риски и роль резильентности его участников

Среди особенностей нового времени – тенденции развития инновационных процессов в социальной сфере, поднимающие ее эффективность, повышающие уровень благосостояния граждан, их образовательный, духовно-нравственный, социально-политический, психологический и физический потенциал, что отражается на развитии общества в целом.

Процессы имплантации нововведений, инновационных проектов, идей в социальную сферу, вместо уже отживших, а также адаптация и обновление уже существующих, с целью приспособления их к новым социально-экономическим условиям, требованиям общества, предпринимательским отношениям, стремительно вошедшим в жизнь постсоветского пространства, неизбежны и ведут к общему обновлению социальных связей и повышению уровня жизни граждан.

Однако следует заметить, что инновационная деятельность несет в себе некую дуальность. Одни участники испытывают резильентность к нововведениям, другие – резильентность к противникам нововведений. И в том, и в другом случае участники инновационных процессов должны обладать стрессоустойчивостью, ассервативностью, интернальностью, в конечном счете – резильентностью, чтобы их психологическое здоровье оставалось прежним.

Интеграционные процессы ЛНР в российскую социальную сферу, в частности, ее образовательного аспекта, результат того, что в сентябре 2011 года президиумом Правительства РФ был одобрен проект Стратегии инновационного развития РФ на

период до 2020 года «Инновационная Россия 2020». Одними из основных направлений инновационного развития РФ стали образование и наука. Сегодня Стратегия инновационного развития РФ намечена до 2030 года.

В последние несколько лет отечественными учеными были рассмотрены различные аспекты инновационных процессов, происходящих в социальной работе, что было отмечено в ряде фундаментальных исследований Т. И. Арсеньевой, И. И. Бажина, М. К. Беляева, Е. В. Беляковой, А. С. Гаврина, В. Д. Голикова, Н. С. Данакина, И. М. Зельцера, В. Н. Иванова, В. С. Карпичева, А. Е. Карлика, С. В. Киселева, В. Н. Кораблева, В. Ю. Лопухина, А. В. Николаева, С. Л. Петросяна, А. Н. Пономарева, Г. В. Поповой, Т. Ю. Семеновой, Я. С. Тестиной, Б. Ф. Усманова, В. Б. Щедриной, А. Н. Юртаева и др. Появились новые термины, категории, понятия. Поскольку инновационная деятельность в социальной работе имеет ряд особенностей, следует уточнить несколько формулировок, их касающихся.

Образование – это один из основных индикаторов инновационной национальной системы, регулирующей и определяющей рост социально-экономических показателей, научно-технического прогресса, уровня вложений государства в современные человеческие потребности, в здоровье и образование людей. Инструментом, способным ускорить решение насущных социальных проблем, является полное обновление образовательной системы, введение инновационных инвестиций в развитие инклюзивного образования, подготовка специалистов, способных организовать инновационную деятельность в социальной работе без рисков и существенных потерь, формирование новшеств в решении проблем наименее защищенных граждан, являющихся социальными клиентами.

Инновации в образовании – это нестандартный подход к видению стандартной проблемы, способный быстро, эффективно и качественно найти решение задач, остро стоящих перед социальной работой, это разработка новых форм, методов и технологий обучения. Несмотря на то, что под социальной сферой, являющейся основной частью инновационной

национальной системы, понимается совокупность предприятий, организаций и учреждений, предоставляющих социальные услуги населению, к которым относятся медицинское обслуживание, культура и досуг, сфера общественного питания, коммунального обслуживания, пассажирский транспорт, система всех видов связи, – образование, готовящее специалистов названных сфер, должно занимать главенствующую роль в развитии инновационной деятельности.

Появлению инноваций в такой области социальной сферы, как образование, может способствовать целый ряд причин [12]:

- несоответствие уровня подготовки специалистов требованиям современного общества, что проявляется в обострении социальной обстановки;

- отсутствие высококвалифицированных специалистов определенной сферы;

- открытие новых сфер деятельности, специальностей (к примеру, программист по социальному проектированию);

- несоответствие мировому стандарту качества оснащённости образовательного процесса новым оборудованием, использования IT-технологий и пр.

Инновационное решение проблемы – это процесс, который состоит из цепи последовательных, хорошо продуманных, четко спланированных мероприятий, направленных на достижение цели в осуществлении главной идеи.

Стратегическими задачами развития инновационной сферы как части инновационной национальной системы является:

- формирование социально-профессионального субъекта, способного приносить пользу обществу;

- применение новых знаний и технологий;

- практическая направленность обучения с целью освоения новых средств, технологий и оборудования;

- постоянное обновление форм, методов и способов обучения в соответствии с мировыми стандартами.

Новой тенденцией, стимулирующей развитие инновационной деятельности как части инновационной

национальной системы, является обострение ситуации в социальной сфере, что способствует нахождению новых путей выхода из создавшейся ситуации. Растущая безработица, экономическая нестабильность, прогрессирующая преступность среди молодежи, семейные деструкции, девиации среди детей, подростков и взрослого населения, значительно молодеющий алкоголизм, проституция, расцвет делинквентного поведения среди несовершеннолетних (наркомания, игромания, разного рода зависимости) – показатели того, что существующие методы социальной работы не результативны, а значит, следует задуматься над решением этих проблем с помощью инновационных методов.

Социальная работа напрямую связана с социальной политикой и, как никакая другая сфера деятельности, осуществляет ее планы, проекты, направленные на усовершенствование деятельности социальных служб, занимается социально-психологическим оздоровлением общества, реабилитацией, ресоциализацией и абилитацией нуждающихся в этом лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию [16].

Государственная политика способствует развитию социальной работы как части инновационной национальной системы, когда она направлена на поиски новых путей решения остро стоящих или вновь возникших особо опасных для общества деструкций в семье, отдельных граждан, лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию. Однако не только социальная политика определяет развитие инновационных процессов, в реальности это взаимозависимый процесс, когда сложившаяся в обществе ситуация требует ее безотлагательного решения, а социальная политика диктует его необходимость, в правовой форме предлагает эффективные пути решения.

Называя цели инновационной национальной системы – повышение благосостояния граждан, оказание помощи наиболее незащищенным слоям населения, социальная политика тем самым определяет стратегию государства, ставит перед собой задачи, а специалисты социальной работы находят инструменты

для их успешного решения. Очень часто в качестве таких инструментов оказываются инновационные идеи, проекты, программы, способные по-новому увидеть проблему и совсем иначе подойти к предоставлению гражданам полных социальных гарантий, с учетом их особенностей и степени защищенности. Социальная политика, опираясь на существенную общественную поддержку, включает в программу социальной стабилизации все ветви и органы государственной власти, аккумулирует, фокусирует и отражает ситуацию в стране и обществе, выражая потребности и цели инновационного социального развития.

Важнейшей задачей образования является подготовка специалистов, способных разрабатывать и внедрять инновационные технологии в социальную работу. Для этого следует идентифицировать профессиональные качества, которые требуются от таких специалистов, разобраться, какова их роль в развитии социальной работы, каковы особенности их отбора, обучения, трудоустройства. К таким качествам, несомненно, следует отнести: высокий уровень теоретических знаний и практических умений в социальной работе; креативность; умение слаженно работать в коллективе; способность вовремя перестраиваться, принимать конструктивные решения; неординарный тип мышления; умение видеть ситуацию нестандартно; способность генерировать и отбирать наиболее перспективные идеи; чувство меры, умение адекватно оценивать ситуацию риска; подходить к решению любой проблемы творчески; умение анализировать, правильно оценивать, исследовать ситуацию.

Социальная работа постоянно находится в стадии совершенствования и развития, поскольку отражает не только проблемы и чаяния определенных слоев общества, но, решая самые острые жизненные проблемы наиболее незащищенных слоев населения, влияет на общий уровень жизни гражданского общества, потому инновационная деятельность в сфере социальных услуг должна строиться на эвристической основе, всегда опережать запросы общества, предвидеть развитие

негативных явлений и быть способной вовремя предотвращать их [37]. Инновации распространяются на все сферы деятельности социальной работы, но с точки зрения перспективности особое внимание следует обратить на следующие аспекты:

- занятость населения, сферу доходов, качество жизни;
 - защиту материнства и детства;
 - здоровьесберегающие программы;
 - культуuroобразующие системы и досуг;
 - физкультуру и спорт, формирование здорового образа жизни;
 - социальную защиту граждан;
 - соблюдение гражданских прав и свобод;
 - работу с разными группами клиентов, среди которых инвалиды, дети-инвалиды, дети-сироты, дети, оставшиеся без попечительства родителей, беспризорные дети, дети и подростки с девиантным поведением, деструктивные семьи, люди без определенного места жительства, осужденные и лица, освобожденные из мест лишения свободы, беженцы и вынужденные переселенцы и др.;
 - расширение спектра социальных услуг по удовлетворению социальных потребностей разных групп населения (социальный сервис);
 - увеличение субъектов инновационной деятельности, вовлечение их в процесс решения социальных проблем широких слоев населения (социальное партнерство);
 - информатизацию социальной сферы как основы современного научно-технического прогресса;
 - внедрение в практику социальных учреждений, служб инновационных стратегий развития, связанных с разработкой новых, более качественных, товаров и услуг для населения и т.д.
- Достижением результата в создании инновационной национальной системы является инновационная деятельность в социальной работе, определяющаяся не только качеством предоставляемых услуг, но и объемом, количеством,

номенклатурой, имеющимися ресурсами государственных органов, конкретной организации или социального работника.

Тенденцию к развитию имеют такие виды социальных услуг, как социальная реабилитация и ресоциализация, которая может осуществляться как в специальном учреждении, так и в специально созданных условиях в учреждении другого типа. К таким формам социальных услуг относится инклюзивное образование, которое способно стать и формой реабилитации, и средством обучения одновременно [32]. В этом плане ученым предстоит решение серьезной методологической задачи: объединение образования и социальной реабилитации или ресоциализации в единый инновационный процесс, целью которого является не только возвращение человека в общество или его интеграция в нем, а и обретение новых субъектных качеств, существенно влияющих на его судьбу, способных исправить ее или направить в нужное русло. Такое определение инновационного процесса дает возможность одновременно решить целый ряд существенных задач, перевести социальную работу из русла материальной помощи в оказание услуг, связанных с развитием социальной субъектности, характеризующейся тем, что человек ощущает себя не объектом тяжелых жизненных обстоятельств, а хозяином своей собственной судьбы.

Создание творческих коллективов, способных разрабатывать и внедрять инновационные идеи – одна из первоочередных задач, стоящих перед управленцами, желающими внедрять социальные инновации, поскольку именно от коллектива, его способностей, сплоченности, креативности зависит результат воплощения инновационной идеи, ее дальнейшая жизнь и перспектива развития. Из этого следует, что обучение управленцев социальной работы, желающих и способных внедрять инновации, тоже одна из первостепенных задач, стоящих перед образовательной системой.

Создание инновационной национальной системы – задача, стоящая перед Луганской Народной Республикой, которая

получила начало в сложнейших социально-экономических и политических условиях, что отразилось на деятельности институтов ее регулирования, создании новых связей, вливании достаточных финансовых потоков на научные исследования.

Развитие инновационной национальной системы республики осложнено тем, что пережит значительный отток из региона ученых и преподавательского состава, высококвалифицированных кадров, все еще наблюдается неэффективное использование кадрового и материально-технического ресурса, функционирование имеющейся инновационной инфраструктуры.

Идея – это главный фундамент, на котором строится вся инновационная деятельность, поэтому наличие интересных креативных идей – залог успешного развития национальной инновационной инфраструктуры. Только кадровый ресурс, человеческий фактор способен успешно решить эту задачу. Поддержка государства, инвестирование инновационных идей, предприятий, которые их генерируют, создание условий для их развития – необходимое условие стандартизации национальной инновационной инфраструктуры.

В век информационных технологий, когда компьютеризация системы управления, предприятий, населения, особенно среди молодежи, достигла почти 100%, интерес представляет такая модель решения задач путем нововведений, как Краудсорсинг – задача ставится перед огромной Интернет-аудиторией, а решение приходит быстро и без особых затрат. Авторство этой идеи принадлежит Луису фон Аху, который в 2003 году впервые сформулировал понятие «человеческих вычислений», отдавая преимущество возможностей человеку. Впервые осуществлением этой идеи на практике может служить пример оформления Оксфордского Английского Словаря (Oxford English Dictionary), когда было сформулировано обращение с просьбой к общественности присылать свои варианты терминов. Операция длилась 70 лет, и за это время было прислано более 6 млн. писем. В последние годы понятие Краудсорсинга прочно вошло в обиход Интернет-пользователей,

открыты российские краудсорсинговые компании, платформы (Citycelebrity.ru), что предоставляет колоссальные возможности и дает реальные результаты в продвижении новых технологий, методов, технологий новых научных идей [33].

Привлечение внешних инвесторов к финансированию инновационных процессов, кредитование на выгодных условиях, финансирование инновационных программ и проектов на конкурсной основе за счет средств меценатов тоже способствует расширению социальных услуг, внедрению инноваций, развитию национальной инновационной политики.

Фактическое отсутствие нормативно-правовой базы по внедрению инновационных идей в социальное обслуживание населения не может способствовать их развитию, поэтому большое значение приобретает именно эта задача, обеспечивающая систему официальных взаимоотношений, защиту и законность.

Одним из наиболее распространенных методов внедрения инноваций в социальной работе является проектный метод, который позволяет регламентировать сроки эффективной реализации идеи, поставленных целей, заданных параметров.

Таким образом, инновации – это действенный механизм превращения неэффективных средств в социальной работе в эффективные. Этот процесс имеет определенный алгоритм действий, состоящий из таких этапов:

I этап – создание инновационной идеи, ее научное обоснование, определение критериев выигрыша от введения инноваций, разработка и исследования, подготовка инновационной инфраструктуры (комплексы с интегрированной структурой организации, специализированные формы, научно-исследовательские центры, различные поддерживающие структуры) и документации к внедрению.

II этап – внедрение инновации с целью получения максимально положительного результата.

III этап – создание инновационной модели, готовой к распространению.

Результативность внедрения инновации определяется комплексом полученных результатов, которые заключаются

- в социальной ценности для конкретной группы клиентов;
- финансовой выгоде в обеспечении прав и социального благополучия граждан;
- социальной ценности для общества и государства в целом.

Введение любых нововведений сопряжено с рисками. Участники инновационного процесса должны быть профессионально подготовлены к возможным рискам. Обычно из-за неготовности к рискам страдают, если

- нет опыта использования новых методов работы;
- недостаточный опыт минимизации рисков;
- коллектив не готов к инновационной деятельности;
- не просчитаны возможные риски, неудачи, срывы;
- не разработан алгоритм работы по предотвращению рисков;
- возникает непредвиденная ситуация в обществе, в организации, не зависящая от участников инновационного процесса.

Резильентность в процессе инновационного развития способна предотвращать или нивелировать риски, промежуточные неудачи, пробелы, касающиеся обучающихся, педагогов, руководителей высшего учебного заведения. Риски инновационной деятельности требуют прогнозирования и предупреждения, что влечет за собой потребность в подготовке кадров, обладающих рискологической компетентностью в инновационной деятельности [5].

Н. Н. Сабина отмечает, что управление рисками инновационной деятельности – это «комплекс практических мер, позволяющих снизить неопределенность результатов внедрения и реализации инновации с целью повышения полезности» [44, с.86]. Как считают О. Г. Тавстуха, Е. Г. Матвиевская, в целом системное управление рисками включает в себя: дентификацию и классификацию рисков, их анализ и количественную оценку, разработку стратегии и мониторинг инновационного процесса.

Результатом данной деятельности выступает принятие решения по управлению рисками [51].

Следовательно, для устойчивого инновационного развития требуется взаимосвязь социальной политики государства и всех структур и ведомств, занимающихся социальной работой, основанная на новых принципах, которые включают:

- ответственное отношение всех субъектов социальной политики;

- открытость, доступность и ясность социальной политики государства обществу;

- высокий уровень развития социальной работы с разными группами клиентов, оказавшимися в трудной жизненной ситуации.

Резильентность участников инновационного образовательного процесса является основным качеством, позволяющим конструктивно, своевременно и по-деловому избегать риски, минимизировать их, предпринимать заранее спланированные инновационные меры, профессионально и организованно осуществлять алгоритм действий по их внедрению.

2.2. Современные подходы к дидактико-педагогическому взаимодействию «студент-преподаватель» в подготовке социальных работников

Время во всех сферах человеческой деятельности значительно ускорилось – стремительно развивается промышленность, меняются приоритеты экономики, предъявляются новые требования к науке и образованию. Во многих случаях университеты удовлетворяют этим требованиям. Им необходимо перестроить свою работу. Взаимодействие участников учебного процесса как динамичная и всеобъемлющая образовательная система постоянно развивается. Это показывает эволюционирующий характер обучения,

который характеризует изменение образовательной парадигмы, внедрение новых учебных пособий и новых технологий. К основным функциям, которые традиционно приходится выполнять каждому преподавателю, относятся: преподавание, воспитание, учебно-систематическое, организационно-систематическое, исследовательское сопровождение и самообразование (высшее образование). Инновационную активность педагогов можно отнести к личностной категории, возникающую в результате творческих процессов и активности. Это направляет на акмеологическую сущность преподавания. Внедряя инновации в образовательную деятельность, педагоги обязательно участвуют в творческом процессе, что отражается на творческом подходе в оценивании результатов. Информационная образовательная среда определяет обновленные алгоритмы поведения педагогов в определении уровня подготовки обучающихся, развития когнитивных процессов – отбор учебных материалов к образовательным уровням группы – адаптация содержания образования и способов достижения педагогических целей – разработка различных видов индивидуальной траектории в зависимости от уровня образования студентов [17; 36].

На современном этапе социально-экономического развития общества главной задачей высшей школы является подготовка высококвалифицированных кадров. Проблема эффективности подготовки социальных работников заключается в том, что на данном этапе социально-экономического развития нашего государства для укрепления и развития его духовно-нравственного потенциала необходимы новые подходы к подготовке высококвалифицированных, творчески ориентированных специалистов.

Исследователи стремятся с помощью инновационных технологий реализовывать альтернативную – проблемно-коммуникативную модель обучения, т.к. поиск новых форм, методов и средств обучения, а также специфических приёмов их использования в учебном процессе – одна из основных проблем, стоящих перед теорией и методикой учебно-воспитательного

процесса. Анализ источников психолого-педагогической литературы показал, что в последние годы одним из таких средств обучения считается наглядность, образовательное значение заложенного потенциала в которой достаточно велико. При этом особое внимание уделяется проблеме реализации в учебно-познавательном процессе принципа междисциплинарности в ходе изучения различных понятий и категорий.

Следует отметить, что многочисленные психолого-педагогические исследования (К. А. Абульханова-Славская, В. В. Давыдов, Г. В. Дорофеев, Т. П. Зинченко, Ф. Н. Ильясов, Е. Н. Кабанова-Меллер, М. В. Кларин и др.) подтверждают тот факт, что активное применение наглядности в учебно-воспитательном процессе оказывает существенное влияние на количество и качество усвоения учебного материала. Изучение научно-методической литературы (М. И. Башмаков, Н. В. Бровка, Н. А. Резник, В. А. Далингер, Т. П. Зинченко, О. О. Князева, А. А. Столяр, А. Н. Чинин, М. А. Чошанов и др.), а также анализ результатов педагогического опыта подтверждает выше сказанное по отношению к процессу подготовки социальных работников.

Философские теории перехода общества к применению информационных технологий заложены Н. Амосовым, Д. Беллом, З. Бжезинским, Н. Винером, И. Масудой, Е. Тоффлером и получили дальнейшее развитие в исследованиях по проблемам информатизации общества (М. Кастелс, Д. Тапскотт, А. Урсул и др.)

В психолого-педагогической литературе понятие когнитивности (понимание, познание) трактуется по-разному. Так, в шестидесятые годы прошлого столетия возникла междисциплинарная область исследований, которая получила название когнитивные науки, занимающая особое место в когнитивной психологии, изучающей проблемы мышления и искусственного интеллекта. Уже в девяностые годы в ученых кругах и в средствах массовой информации все чаще начинают говорить о когнитивной революции в науке.

Различные способы представления информации, такие как гипертексты, таблицы, схемы диаграммы, графики в учебном процессе считаются когнитивными инструментами, способствующими разработке новых методов повышения качества усвоения новых знаний, правильному принятию решений, разработке новых методик постановки и структуризации социальных проблем. При этом делаются попытки разработать формы представления модели, учитывающие индивидуальные способности человека [7].

Однако в настоящее время четкого определения когнитивности не существует, скорее можно говорить о множестве представлений, охватывающих в соответствии со значениями термина такие, на первый взгляд, несхожие явления, как зрительное (оптическое) и интеллектуальное видение, зрительное восприятие и мышление, внешняя (видимая) и внутренняя (образная) форма [9].

По мнению отечественных и зарубежных исследователей (Б. Холмберг, Дж. Баат, К. Графф, Д. Матиссон), когнитивное обучение – это наиболее перспективная, гуманистическая, интеграционная форма образования, поскольку она включает лучшие его черты. Например, сейчас в мире накоплен значительный опыт реализации и активизации системы дистанционного обучения [11; 27; 40; 55]. Объективные потребности современного общества, развитие новейших информационных технологий, компьютерных телекоммуникаций и глобальной сети Интернет оказывают содействие решению одной из главных задач высшей школы – повышению качества образования.

Необходимо отметить, что одним из путей оптимизации дидактико-педагогического взаимодействия «студент-преподаватель» является выбор таких форм и методов обучения математическим дисциплинам, которые бы решали внутренние противоречия учебной деятельности и приближали бы будущих специалистов к реализации профессиональных навыков. Этот процесс прежде всего предполагает умение студентов четко формулировать проблемные вопросы и освещать проблемные

педагогические ситуации на основе самостоятельной обработки перечня первоначальных сроков и формально-логических обобщений; свободно и грамотно выдвигать собственные гипотезы и отстаивать свое мнение во время общения в связи «студент-преподаватель», задача преподавателя в этой ситуации состоит в актуализации индивидуального опыта студентов, в том числе и в области осуществления учебно-воспитательных функций.

В основе взаимодействия «преподаватель-студент» – стремление с обеих сторон к субъект-субъектному характеру взаимоотношений, в основе которых лежит уважение к личности каждого его участника. Привлекая самостоятельно отобранные и обработанные студентами первоисточники, преподаватели могут использовать на занятиях мультимедийные средства, а также активные методы обучения, а именно: «мозговой штурм», обучение в парах постоянного и переменного состава, деловую игру и др. При этом контроль преподавателя за когнитивной деятельностью студентов объединяется со взаимоконтролем и самооценкой всех участников учебного процесса, в том числе и оценкой со стороны студентов научно-педагогического потенциала действий преподавателя.

Высокая динамика организации жизни, пространства современного общества требует краудсорсинга, мобилизации человеческих ресурсов, использующих информационные технологии для решения социальных проблем людей, попавших в трудную жизненную ситуацию. В этом контексте – разработки новых цифровых информационно-коммуникационных технологий, которые позволяют создавать, ускорять исследования, передачу и обработку информации и коммуникационных технологий.

Предпосылкой скоординированного решения реальных проблем в высшем образовании является конструктивистский подход к изучению медиа, основанный на социальном конструктивизме.

Википедия определяет социальный конструкционизм как социологическую и психологическую теорию, изучающую процесс социально-психологического конструирования социальной реальности в человеческой деятельности.

Если принять во внимание интересы безопасности семей, самих обучающихся и педагогов, то проблема цифровизации образовательного пространства для создания непрерывного процесса обучения не будет решена. По мнению ученых, неконтролируемый рост технологической революции открывает новые способы мышления.

Виртуальные виды деятельности, которые могут обеспечить «естественные социальные ландшафты», открывающие неограниченные возможности для формирования всего, включая профессиональные навыки, основанные на открытии физиологических возможностей цифрового восприятия [63].

Независимо от того, является ли цифровое сознание на самом деле «недавно приобретенной технологией» («Homo Sapiens digital», «цифровой» (D. Tapscott, 2008) или уже поддерживается и развивается в области пространственной виртуализации, спрос по-прежнему невелик. Огромный пласт человеческих знаний основан не на конкретном опыте познания, а на теоретическом опыте. Например, большинство вещей и явлений, экзотических растений, животных, птиц, насекомых и других объектов – не всегда доступны в реальной жизни. Поэтому, когда мы представляем ребенку что-то новое, мы развиваем его воображение с помощью картин, фильмов или мультфильмов, показываем их в действии или в приложениях.

Виртуальность – это всего лишь опосредованное воображение. На самом деле, на этом основано все человеческое восприятие реальности. В то же время, то, что виртуализация способствует утрате привычных социальных навыков (по мнению Карра [21] и Шпитцера [56]), на наш взгляд, сильно преувеличено, поскольку эти пути к человеческому сознанию фрагментарны и, следовательно, быстрое (клиповое) развитие уже существующих умственных способностей перед лицом

возросшего потока информационной среды тоже. В этом процессе быстрая, эффективная и результативная умственная деятельность очень затруднена без использования интеллектуальных устройств и виртуальных технологий, которые выполняют множество повседневных задач, требующих особой концентрации, много времени и усилий.

А. А. Грекова приходит к выводу, что цифровизация «помогает замедлить рост нервной ткани и снизить нейропластичность мозга до тех пор, пока не будут выведены многие способности, связанные с памятью, ориентацией, концентрацией, углублением и пониманием» [15]. Поэтому с большой осторожностью надо однозначно говорить, плохо это или хорошо; можно предположить, что в этой ситуации все еще существует компенсационный механизм, поскольку общий интеллектуальный спад, снижение скорости или эффективности умственной работы или тесная связь с психическим расстройством личности доказаны не были.

Говоря о положительных тенденциях, замечено, что при цифровом восприятии задействована работа нейронных цепей в двух или более слоях, и поскольку мозг склонен воспринимать в основном негативно, цифровое восприятие может научить распознавать когнитивный потенциал. Это поможет определить новые практико-ориентированные векторы, которые будут соответствовать растущим требованиям к формированию навыков.

Цифровизация открывает огромные возможности перед инклюзивным образованием. Уже существует, к примеру, набор текста с помощью программы проверки орфографии с использованием сигналов мозга. Кроме того, наблюдаемые подходы, критерии, аспекты и выводы большинства исследований показывают, что наши нынешние возможности не позволяют расшифровать кривую работы мозга полностью и адекватным образом. Нервная система, которая включает в себя множество цепочек физиологических, химических, биологических и других реакций, не поддается расшифровке, поскольку не существует общего коммуникативного «языка».

Таким образом, цифровая коммуникация является наиболее приемлемой и понятной связью между человеком и машиной. Здесь важно не переусердствовать, спекулируя на создании интеллектуальных компьютеров, моделируя функции нейронных связей и ссылаясь на великие прорывы искусственного интеллекта, которые никоим образом не соответствуют истине в повседневной жизни [54].

Положительным примером такого общения может служить новейшая технология – нейронный интерфейс, соединяющий мозг и компьютер. Это настоящий прорыв в образовании и развитии детей с физическими заболеваниями, а также взрослых-инвалидов, которые утратили различные физические функции из-за травм и болезней.

В связи с этим процесс обучения социальных работников следует перестраивать уже сейчас, включая и создавая новые специальные цифровые программы работы с различными категориями социальных клиентов. Начиная с обращения в службу социальной помощи, каждый клиент буквально кликом мышки должен иметь возможность обратить внимание на себя и свои проблемы, посредством цифровых технологий получить экспертную оценку и высокопрофессиональную помощь.

Сегодня сделаны реальные шаги в сторону цифровизации методологии научных исследований, люди сами выходят на предлагаемые сайты, регистрируются и проходят всевозможные диагностические тестирования, опросы, принимают участие в обучающих, коррекционных, развивающих Интернет-коучингах, присылают самоотчеты о своих достижениях и успехах (World Values Survey, International Social Survey, European Social Survey и Eurobarometer).

«Открытая наука» (Open Notebook Science) – это эффективность новейших форм исследовательской работы, подробное, пошаговое описание научного открытия в Интернете, научные Интернет-коммуникации, размышления наиболее прогрессивных представителей ученого сообщества. Поскольку результаты исследований находятся в свободном доступе, могут использоваться и применяться на практике, сторонников

«открытой науки» становится все больше. К преимуществам «открытой науки» в образовании можно отнести:

- доступность достоверной научной информации;
- взаимодействие с исследователями;
- высокий уровень экспертной оценки научных проектов;
- повышение продуктивности научного труда;
- снижение плагиата;
- своевременное исправление ошибок;
- установление междисциплинарных международных научных контактов среди ученых с целью обмена опытом.

Однако при очевидных преимуществах открытости в науке можно предусмотреть и негативные тенденции этого явления:

- отсутствие законодательства, учитывающего открытые процессы научных исследований, оформление патентов;
- возможность фальсификации данных при описании научно-исследовательского процесса;
- использование научных блогов для пропаганды собственных успехов, теорий, нередко ошибочных научных выводов.

Для системы образования возможности «открытой науки» переоценить трудно, несомненно, они должны быть внедрены в практику подготовки социальных работников, психологов, педагогов и других специалистов. Создание собственных студенческих и аспирантских блогов будет способствовать развитию творчества и интеллекта, логики мышления и профессионализма, повысит оригинальность курсовых и дипломных работ студентов, магистерских диссертаций.

Таким образом, наблюдаем многогранность цифровизации, которая, безусловно, требует соответствующего осмысления и оснащения.

Информационная поддержка в социальной работе является наиболее актуальной задачей для социальных институтов и правительств по обеспечению их эффективности, доступности и результативности. Функциональные связи формирования структуры всей социальной сферы состоят из различных ведомств и министерств, интегрированных общим планом

работы отделами, прогнозированием результатов, смежными формами работы, бухгалтерским учетом и контролем.

Одним из важнейших звеньев этой работы является подготовка нового поколения профессионалов с новым цифровым мышлением. Это образование должно быть доверено университету, поскольку нынешнее поколение студентов, с целью улучшения информационной сферы социальной работы, достижения доступности, упрощения оформления документов, является плацдармом для экономии времени и объединения ресурсов, методов и результатов исследований.

Сегодня модернизация образовательного пространства высшего образования включает в себя весьма специфические курсы, ориентированные на цифровизацию. К сожалению, по объективным причинам образование является вторичным в цифровом обществе, в котором информационные технологии занимают важное место в профессиональной деятельности большинства компаний и институтов управления. Высшее образование должно с опережением нести ответственность за подготовку к профессиональной деятельности будущих специалистов.

В современных условиях для проведения массовых опросов и анкетирования из различных областей знаний, а также быстрого сбора и обработки данных компьютерного программного обеспечения уже недостаточно. Нужна единая коммуникационная система, которая будет поддерживать открытый, а также кодовый доступ ко всем университетам, библиотечным фондам, информационным ресурсам, интеллектуальной собственности, обмену информацией, использованию и обработке. Это и есть цифровизация. Программа позволяет расширить индивидуальные и коллективные формы обучения, использование интерактивных методов образовательной деятельности, участие в обучении людей с социально-функциональными отличиями, процедуры функциональной диагностики и создание систем непрерывного обучения, включая онлайн-видео-аудиосвязь, виртуальные модели основных типов, возможность организации курсов,

таких как интернет-коучинг, онлайн-конференции, консультации, стажировки и семинары, которые поддерживаются программой.

Одним из главных звеньев в этой работе является подготовка нового поколения профессионалов с новым цифровым мышлением. Кроме того, именно нынешнее поколение студентов может улучшить информационное поле социальной работы, которое является плацдармом для доступности, упрощения оформления документов, экономии времени, объединения ресурсов, методов и результатов исследований.

От педагогов это требует перестройки сознания, тотального повышения информационной грамотности, освоения новейших компьютерных технологий, свободного владения всеми необходимыми навыками проведения различных форм индивидуальных и групповых онлайн-занятий.

На сегодняшний день прослеживается серьезная динамика научных работ, рассматривающих различные сферы цифровизации образования.

Современные отечественные ученые А. А. Аксютин, Е. Л. Вартанова, А. А. Вицен, А. В. Вырковский, Е. А. Кашина, М. И. Максеенко, Ж. В. Мекшенева, С. С. Смирнов и др. изучают и разрабатывают информационные технологии в образовании, их направления, на основе научных данных прогнозируют цифровое будущее образовательного пространства.

Творческий коллектив ведущих российских ученых (В. И. Блинов, М. В. Дулинов, Е. Ю. Есенина, И. С. Сергеев) разработал проект дидактической концепции цифрового профессионального образования и обучения, который включает факторы возникновения и развития цифровых учебных программ, модели и тенденции развития, цифровое преподавание профессионального обучения, объекты и темы дидактических задач (ожидаемые результаты), средства, принципы, технологии, ограничения, риски, прогноз развития актуальных направлений научных исследований.

Возможности использования онлайн-технологий в системе педагогического образования неограничены. Практика обучения студентов Луганского государственного педагогического университета по направлению подготовки «Социальная работа» показывает, что по объективным причинам не все студенты имеют возможность овладеть профессиональными навыками. Причиной может быть состояние здоровья или неспособность нормально функционировать в обществе (люди с социально-функциональными отличиями). Разделение направления бакалавриата и магистратуры на педагогические профили и магистерские степени, отражающие более специфические сферы деятельности социальных работников, которое уже можно наблюдать, полностью оправдано, но его уже явно недостаточно. Опыт показывает, что не хватает узкоспециализированных сфер деятельности: специалистов по социальной работе в пенитенциарной системе, медицинских, промышленных учреждениях, сферах обслуживания и коммерческого сектора, социальных работников-реабилитологов, а это, в свою очередь, требует изменения классификатора профессии, что, конечно же, нуждается в дополнительном времени [34;48].

Одним из основных направлений работы с молодежью является пропаганда здорового образа жизни, в котором доминирующую роль играют физическая активность, различные упражнения и здоровые увлечения. Онлайн-программы в полной мере предоставляют эти формы знаний и деятельности.

Однако наука, как всегда, далеко опережает реалии университетов: компьютерное оборудование, программно-аппаратные средства безнадежно устарели, количество компьютеров не соответствует требованиям учебной программы, Интернет ненадежен и часто выходит из строя, а у большинства студентов и преподавателей слабая компьютерная техника, не отвечающая современным требованиям, и, следовательно, информационное пространство замедляет этот процесс.

В Стратегии цифровой трансформации отрасли науки и высшего образования Министерства науки и высшего образования говорится, что она «разработана в целях

достижения Министерством науки и высшего образования (далее – Минобрнауки России) уровня «цифровой зрелости» при реализации полномочий по развитию отрасли науки и образования в рамках выполнения Указа Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года» и выполнения поручения заместителя Председателя Правительства Российской Федерации от 4 февраля 2021 г. № ДЧ-П10-1369.

Так, Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года» в качестве одного из целевых показателей национальной цели «цифровая трансформация» указано достижение «цифровой зрелости» ключевых отраслей экономики и социальной сферы.

Настоящая стратегия определяет основные подходы достижения «цифровой зрелости» отрасли науки и высшего образования в России. Был проведен анализ стратегий цифровой трансформации (цифровизации) в сфере науки и высшего образования стран с наиболее развитыми образовательными системами, исследований российских и мировых практик внедрения цифровых решений в области развития цифровых образовательных сервисов, модернизации IT-инфраструктуры, управления кадровым потенциалом и повышения качества данных для принятия управленческих решений. Представлен целый ряд проектов, направленных на цифровую трансформацию отрасли, внедрение новых высокотехнологичных образовательных решений, модернизацию образовательных программ, которые:

– объединяют ключевые инициативы в сфере цифровизации и создание необходимых для реализации инициатив условий (развитие цифровых сервисов, модернизация инфраструктуры, управление кадровым потенциалом и данными);

– учитывают передовые мировые тенденции, а также российский опыт цифровой трансформации отрасли науки и высшего образования;

– формируют единую политику управления данными в сфере науки и высшего образования в соответствии с целевым видением, включая набор целевых архитектур (архитектура процессов, архитектура данных, системная архитектура, инфраструктура).

Настоящая стратегия обозначает ключевые траектории достижения «цифровой зрелости» отрасли науки и высшего образования как для образовательных организаций высшего образования, так и для компаний и уполномоченных органов исполнительной власти» [49].

До недавнего времени большая часть рынка виртуализации в России и во всем мире была занята программным обеспечением для виртуализации VMware и Microsoft, при этом VMware обладало значительными преимуществами перед программным обеспечением для виртуализации. В 2022 году VMware покинула российский рынок, хотя большинство крупных компаний и организаций в России используют платформу до сих пор. Но, благодаря программе импортозамещения, неожиданный релиз VMware принес радикальные положительные изменения в рынок. Спрос на отечественные платформы вырос в четыре раза. Это не только не осложняет программу цифровизации образования, но и делает ее более дешевой и доступной.

Программа микрообучения, проникающая во все сферы образовательной системы, становится серьезным прорывом в профессиональном образовании. Это позволяет студентам создавать онлайн-мини-программы с наиболее важной информацией, которая позволяет им досконально осваивать узкоспециализированные программы и курсы, не перенасыщая программу ненужными теориями.

Современные компьютерные технологии становятся привычной образовательной программой в профессиональном образовании. Игра зарекомендовала себя как самый

эффективный способ обучения в любом возрасте. Привлекательность игры современной молодежи может быть успешно использована в образовании, поскольку она основана на принципе состязательности участников, объединяя их в пары и группы.

Модель современной цифровизации образования пока не создана, но объединение ее отдельных сегментов в единую систему видится таким образом (Рис. 2.1):



Рисунок 2.1. Система современной системы цифровизации образования

Как показано на рисунке 2.1, меняется ведущая роль педагогов, но не в передаче знаний, а в управлении учебной программой, структурой и организацией образования с включением всех его сегментов.

Несмотря на все трудности, связанные с цифровизацией высшего образования в нашей стране и за рубежом, помимо печатных учебников особым спросом пользуются электронные учебники. Университет опубликовал множество электронных учебников, методов обучения и инструментальных средств. Кафедра социальной работы Луганского государственного

педагогического университета подготовила несколько электронных учебников по социальной работе. Напряженная военно-политическая ситуация на Донбассе создала особые онлайн-условия для обучения студентов-заочников, **проживающих в соседних регионах Российской Федерации и освобожденной территории Украины**. Профессорско-преподавательский состав университета использует электронные лекции, курсы, методические указания, варианты изготовления будущих электронных блокнотов. Оперативное общение с преподавателями делает эту форму обучения незаменимой.

Все это является бесценным банком интеллектуального труда ученых, поскольку информация, систематизированная библиотечными фондами, обычно хранится лишь частично и **сбивчиво**, часть из нее недоступна широкому кругу потребителей, **другие часто повторяются**, а иногда и просто навязываются определенные интернет-ресурсы.

Что касается проникновения цифры во все сферы человеческой деятельности, то, сколько бы ни было споров о недостатках и преимуществах этого процесса, у цифровизации образования очень большое будущее. В настоящее время мы видим, что классическое университетское образование представляет собой способ дополнить излишне громоздкие программы по академическим дисциплинам базовыми педагогическими подходами.

В области формирования специфических высокопрофессиональных навыков достаточно владения ими на начальном этапе профессиональной деятельности. Установление этого факта является признанным, поскольку далее перед профессионалами открываются практически неограниченные перспективы.

В этом ключе практика онлайн-обучения уже существует и постоянно развивается. В ходе реализации приоритетного проекта «Современная цифровая образовательная среда в Российской Федерации» с конца 2019 года семь ведущих российских вузов ведут подготовку людей предпенсионного

возраста, к программам привлечены международные эксперты Союза WorldSkills и опытные сотрудники университетов. Сеть международных и российских образовательных платформ расширяется, на сегодняшний день их насчитывается несколько десятков, среди них Национальная платформа «Открытое образование» и Coursera.

Существуют тысячи различных онлайн-курсов. Большой поток информации о предложении таких программ настолько велик, что затрудняет свободный доступ к ним и выбор подходящей платформы, поэтому было принято решение объединить платформы и отдельные онлайн-курсы в единый информационный ресурс по принципу «одного окна».

Для создания проекта «одно окно» Министерство образования и науки Российской Федерации провело конкурсный отбор, его исполнителем выступил Санкт-Петербургский национальный исследовательский университет информационных технологий, механики и оптики (Университет ИТМО).

Совершенно очевидно, что законодательная база Луганской Народной Республики также нуждается в переосмыслении, переработке и усовершенствовании в соответствии с новыми тенденциями и видением подходов к внедрению цифровизации во всех сферах национальной экономики и в системе образования в частности. Это откроет практически безграничные перспективы в построении модели обучения, характерной для университетов ЛНР (институт (факультет) – кафедра – поток – группа – студент), освоении новых профессий, направлений, специальностей.

Таким образом, научным педагогическим сообществом осуществлена серьезная работа по осмыслению различных аспектов развития и функционирования информационного взаимодействия в условиях высшего образования. В то же время, не хватает широких комплексных подходов, которые могли бы адекватно интерпретировать все многообразие существующего отечественного и международного опыта, который может послужить основой для цифровизации, модернизации и

трансформации образовательного пространства вузов Луганской Народной Республики.

2.3. Методический инструментарий формирования резильентности в подготовке социальных работников

Развитие общества обязательно сопровождается изменениями идеалов, идеологических принципов и представлений о них.

Каждый новый цикл – это показатель системы ценностей, которая включает в себя представления о морали, нравственности, уровне образования и экономического развития. Современные исторические времена показывают, что общество нуждается в новом ценностном потенциале. Высшее образование, как зеркало, отражающее процессы, происходящие в обществе, и показывающее перспективы его развития, более чем когда-либо требует упорядочения и систематизации гуманистической ориентации ценностей, основанных на универсальных и профессиональных структурах. Отсутствие акмеологических элементов в образовании нейтрализует его в смысле системной и методологической основы, направленной на развитие профессиональных личностных качеств и, в частности, резильентности.

Потенциал стрессоустойчивости, развития резильентности человека зависит в первую очередь от деятельности, значительная часть которой определяется его профессией, неотъемлемой частью выражения творческой направленности личности. В этом процессе ответственное место отводится повышению профессиональных навыков педагогов, что является источником эффективности обучения, воспитанности и навыков будущих специалистов по социальной работе.

Главной особенностью современного высшего образования можно считать значительное усиление практической направленности в обучении студентов.

Преподаватели университетов должны подготовить выпускников к тому, чтобы они ориентировались в новых социально-экономических и технических условиях, с которыми современные специалисты всегда будут сталкиваться в своей работе. Это должно стимулировать навыки и эффективность профессиональной деятельности в таких условиях, а также высокоинтеллектуальную ориентацию на характер педагога, а также социально-психологическую подготовку к распознаванию и определению стратегии личностного развития, осознанию процесса социализации, самоактивации, самореализации и креативность. Такой подход направлен на модернизацию всей системы образования, которая основана на субъективном восприятии социально-профессиональной деятельности.

Ученые уже много лет ищут новые формы и способы улучшения познавательной активности, когнитивных способностей и условий развития и постоянно дополняют научные открытия многочисленными теоретическими и практическими открытиями.

Изучение профессиональных компетенций преподавателей, их роли в системе общих психолого-педагогических и дидактических процессов высшего образования, изучение форм и методов, влияющих на развитие познавательной активности студентов, является наиболее актуальной из современных проблем высшего образования.

Мировой опыт образования социальных работников свидетельствует о том, что выпускники вузов должны не только обладать необходимыми знаниями, умениями и профессиональными компетенциями на достаточном уровне, но и обладать квалифицированным пониманием современных условий жизни общества, жизненных ситуаций и межличностного развития. Проблемы профессионального самосовершенствования педагогов неоднократно изучались как в психологической, так и в педагогической литературе (А. Дистервег, И. Песталоцци, К. Ушинский). Данная проблема нашла отражение в работах таких современных исследователей: В. Андреева, Л. Байбородовой, Э. Белозерцева,

Н. Кузьминой, Б. Куприянова, А. Марковой, А. Подобина, М. Рожкова, М. Савиной, В. Слостёнина, Л. Спирина, Н. Таланчука и др.

Передовой опыт педагогов, психологов, а также многочисленные исследования и публикации таких известных ученых, как Ю. Арутюнова, Н. Борисовой, А. Вербицкого, С. Табрусевича, Ю. Бабанского, А. Балаева, П. Олейника, А. Демина и др. подтверждают, что императивная педагогика должна быть заменена педагогикой сотрудничества и развития, в основе которой лежит самосознание студента, являющееся основой развития его индивидуальных качеств посредством формирования профессиональных компетенций.

Качество образования зависит не только от активации когнитивных процессов обучающихся, но, в первую очередь, от качества повышения профессионального мастерства преподавателя, определения цели образования. Особое место в реализации этой задачи принадлежит, прежде всего, совершенствованию самостоятельной организации работы студентов. Этот процесс занимает особое место в системе образования высшей школы, поскольку преподаватели не могут создать алгоритмы для решения всех задач, определяющих рабочий план действий студентов во время их учебы в университете. В этом процессе педагог эффективно унифицирует содержание преподавания, делает оптимальный выбор методов обучения, нацеливает обучающихся на высокое качество знаний, навыков и умений, а также помогает студентам развивать свои способности с помощью программы.

Подготовка социальных работников в высших учебных заведениях – это деятельность, отвечающая современным требованиям высшего образования, включая использование различных форм и методов обучения, которые, несомненно, способствуют профессионализации студентов.

Следует отметить, что оптимальный выбор преподавателем формы организации учебной деятельности студента зависит от содержания дисциплины, предмета и цели преподавания, принципов и методов, характера и примерной

структуры преподавания, формы организации студентов в учебном процессе (фронтальная, индивидуальная, групповая), средств обучения и, конечно же, как от уровня педагогического мастерства преподавателя, так и от уровня знаний студентов.

Отметим, что все элементы дидактической системы (формы организации учебной деятельности студентов) тесно взаимосвязаны между собой. К примеру, современная система высшего образования на протяжении нескольких столетий включает такие формы учебных занятий:

– лекция: несмотря на то, что ориентировочная учебная цель – изучение нового материала; формирование основных понятий; ориентировочная структура занятия – организационная часть; подготовка студентов к изучению нового материала (сообщение темы, цели, плана занятия, основных понятий из темы); предусматривается преподавание нового материала; обобщение и систематизация и воспроизводящее закрепление (тесты, элементы эвристической беседы); заключительная часть лекции; ориентировочная форма организации студентов на занятии – фронтальная; ориентировочные доминирующие принципы обучения – воспитывающее обучение, научность, связь теории с практикой; ориентировочные доминирующие методы обучения – лекция, объяснение, иллюстрация, демонстрация; средства обучения – схемы, плакаты, диафильмы; фильмы и др., с появлением мультимедийных средств обучения, имеет весьма дискуссионное представление о современном предназначении, а значит, методах проведения и средствах;

– семинарское занятие: ориентировочный вид занятия – доклад; ориентировочная учебная цель – углубление и закрепление знаний; ориентировочная структура занятия – организационная структура; подготовка студентов к занятию: вступительная беседа (по плану семинарского занятия); выступления студентов (дополнение и корректирование ответов, диспут); обобщение; аттестация и выводы; домашнее задание; ориентировочная форма организации студентов на занятии – личностно-фронтальная; ориентировочные доминирующие принципы обучения – воспитывающее обучение, связь теории с

практикой, учет индивидуальных особенностей; ориентировочные доминирующие методы обучения – диспут, семинар, обобщение; средства обучения – литература, диаграммы, плакаты и т.п.;

– лабораторное или практическое занятия: ориентировочная учебная цель – формирование профессиональных умений и навыков, углубление знаний; ориентировочная форма организации студентов на занятии – групповая в сочетании с индивидуальной; ориентировочные доминирующие принципы обучения – учет индивидуальных особенностей студентов, связь теории с практикой; ориентировочными доминирующими методами обучения являются упражнения, практическая работа с литературой; средства наглядности. На наш взгляд, для успешного включения в учебный процесс аудиовизуальных технических средств обучения преподавателю необходимо самостоятельно научиться изготавливать диапозитивы, видеоматериал, электронные учебные пособия, виртуальные лаборатории и т.п.

Таким образом, данная форма обучения, существующая уже более 1000 лет как форма организации образовательной деятельности студентов, имеет доминирующий принцип и метод обучения, который, в свою очередь, зависит от условий оптимального отбора. С развитием научно-информационного пространства следует иметь в виду, что лекции больше не являются основным источником образовательной информации и не должны основываться на консервативных оценках во время занятий, таких как изучение, структурирование и анализ самых разнообразных точек зрения, выраженных в научном мире.

Семинары, как форма организации учебной деятельности студентов, применяются после изучения теоретических материалов и проведения лабораторных, практических и аудиторных работ. Конечно, семинарское занятие имеет свои доминирующие принципы и методы обучения, зависящие от выбора оптимальных методов действия. Важно, что семинарское занятие – это не непрерывная работа над теоретическими материалами, а насыщенное проблемными задачами,

контекстной работой, решениями производственных ситуаций. Контроль за оценкой знаний и умений учащихся должен определять более высокие баллы за творческую работу, выполнение определенных профессиональных обязанностей.

Информационная революция значительно повысила требования к профессиональной компетентности выпускников вузов, которые пока формируются на традиционных методах преподавания, о которых идет речь. Более эффективны инновационные формы взаимодействия в образовательном процессе, которые способствуют формированию новых компетенций, необходимых в будущей профессиональной деятельности.

Дистанционное обучение, телекоммуникационные формы сетевого взаимодействия, кейс-технологии, интернет-сообщества студентов и преподавателей в последнее время приобрели особое значение [38]. Это позволяет оптимизировать время, выделяемое на обучение, при этом не только повышая эффективность приобретения знаний, но и активизируя процесс овладения практическими навыками, необходимыми для будущей профессии.

В эпидемиологической ситуации 2019-2020 гг. роль и значение дистанционного обучения как процесса индивидуально-личностного взаимодействия между студентами и преподавателями значительно возросла. Оказалось, что сомнения в интерактивности этой формы обучения себя не оправдали, более того, было доказано, что это исключительное инвариантное явление в образовании, которое дает возможность не зависеть от места и времени обучения, расширять учебный материал. Ранее использовавшееся в основном как необходимая форма обучения для людей с ограниченными возможностями, в условиях самоизоляции это обучение стало незаменимым, поскольку смогло удовлетворить потребности каждого, кто хочет учиться в университете, независимо от обстоятельств. Преимущество такой формы обучения для университетов очевидно, и теперь в этом нет никаких сомнений.

Перешедшее в пространство IT-технологий, оно наконец-то раскрыло новые условия и возможности использования

телекоммуникации, которые явно тормозились рамками традиционного образовательного процесса в вузе.

Метод проектов в таких условиях – это совершенно новая ступень и направление его развития. Информационные коммуникационные технологии позволяют использовать этот метод не формально, а в полной мере раскрыть его в игровой и деловой форме, творческой деятельности обучающихся, в индивидуальной и в групповой работе.

Будучи совместной, телекоммуникационная деятельность с помощью новых способов обучения усиливает когнитивную эффективность образовательного процесса, мотивирует его, наполняя понятным для обучающихся смыслом и содержанием.

Превращая самостоятельную работу студентов в увлекательный познавательный процесс, способ проектов предоставляет им новые возможности развития личностных качеств, самоконтроля, самодисциплины, саморазвития и самостоятельности, что, несомненно, стимулирует выполнение заданий, поиск новой информации, творческую активность. Кроме того, студентов привлекает то, что они сами планируют свою образовательную деятельность, самостоятельно распределяя учебное время, нагрузку, и видят вполне ожидаемый результат.

Особый интерес вызывает межвузовское сетевое общение между студентами и преподавателями по обмену научно-методическими идеями и наработками, творческими находками, опытом. В последнее время расширилась сеть межвузовских международных онлайн конференций, блогов, форумов, чатов, веб-сайтов, FTP, использование электронной почты, где принимает участие большое количество вузов из разных уголков земного шара. Преподаватели разных стран, никогда не встречаясь очно, знакомятся друг с другом и новыми научными проектами своих коллег. Вполне очевидно, что возвращение к старой традиционной форме обучения уже не воспринимается как необходимость, скорее, как шаг назад. Речь не идет о тоталитарном переходе на постоянную форму дистанционного обучения, но расширение границ его использования в

образовательном процессе, чередование с очной или заочной формой вполне оправданно. Введение таких форм обучения, как Интернет-уроки, учебная онлайн-конференция, виртуальная лаборатория, создание онлайн-проектов, мастер-классов, видеоконкурсов только обогащает его, делая более привлекательным как для студентов, так и для преподавателей [1].

Систематическое применение прогрессивных методов активизации познавательной деятельности дают возможность включать студентов в процесс творческого усвоения знаний, что способствует развитию их творческих способностей, и в этом процессе необходимо отдать должное проблемному обучению.

Методика проблемного обучения – это специально созданная система специфических приемов и методов, которые оказывают содействие самостоятельному добыванию знаний, их применению в принятии решений новых познавательных и практических задач, а не получению знаний в готовом виде, решению задачи по образцу (А. Матюшкин, М. Махмутов, А. Брушлинский, И. Лернер, И. Ильницкая и др.). Известно, что учебный материал усваивается лучше и глубже, если студента заинтересовать исследуемой темой и на протяжении всего занятия поддерживать этот познавательный интерес. Это главная идея проблемного обучения. Разработка его методики и широкое внедрение еще только осуществляется, поэтому проблемное обучение – относительно новое педагогическое явление.

Постановка проблемы является неотъемлемой чертой педагогического процесса. Однако проблемным может быть не всякое занятие. Все зависит от того, какой объем методов и организационных форм, присущий проблемному обучению, используется на занятии.

Постановка проблемной ситуации, создание условий для ее перехода в учебную проблему, конструирование проблемной задачи – это лишь начальный момент в проблемном обучении. Далее студенты под непосредственным руководством

преподавателя должны самостоятельно выполнить следующие творческо-умственные операции:

- выдвинуть возможные варианты решения познавательной проблемы;
- высказать гипотезы;
- теоретически или практически проверить гипотезы;
- сформулировать познавательный вывод.

Так, преподаватель, опираясь на преимущества проблемного обучения или отдельные методы и приемы этой системы, в конечном итоге сформирует у студентов четкое представление о логике исследовательского поиска, его этапах, о необходимости при решении любой проблемы стремиться к построению наибольшего количества гипотез.

По мнению многих ученых, главной линией проблемного обучения в вузе должна быть установка на раскованность мышления студентов, отказ от лишней стандартизации в подходах к решению разных задач. Естественно, эта раскованность ни в коей мере не должна сводиться к уровню возражения ради возражения или демагогического дискутирования. Она должна служить, прежде всего, пробуждению неисчерпаемого творческого потенциала личности, в основе деятельности которой лежит творчество.

Такой педагогический подход кардинально изменяет технологию обучения. Суть ее заключается в том, чтобы активизировать познавательную активность студента, оказывать содействие становлению самостоятельности в мышлении и деятельности, и поэтому преподаватель должен научить студента подходить к процессу обучения как к творческому процессу.

Следует отметить, что с точки зрения психологии, учебный процесс может быть рассмотрен как групповая психотерапия, так как на студентов эффективно влияет атмосфера группы, группового сотрудничества и поддержки, а именно: студент учится преодолевать психологические барьеры в общении, совершенствовать свой личностный потенциал: учится избавляться от тех качеств, которые препятствуют

эффективному выполнению профессиональных функций, например, замкнутости, несдержанности и др., а для этого в процессе подготовки и проведения учебного занятия каждый студент должен иметь возможность для самоутверждения и саморазвития, и именно преподаватель обязан помочь студенту стать тем, кем он может стать при его потенциальных возможностях (способностях), т.е. преподаватель должен выявить у студента его лучшие качества, которые могут раскрыться в динамике общения. При этом преподаватель всегда должен помнить, что успех в учебной деятельности вызывает у студентов веру в свои силы и возможности, желание овладевать новыми знаниями, чтобы найти что-то новое, профессионально важное и значимое для их будущей профессиональной деятельности.

Результативность проблемного обучения очевидна, поскольку оно выполняет специальные педагогические функции [8; 31]:

- проявление творческого подхода к усвоению знаний;
- творческий подход в применении полученных знаний, основанный на логико-аналитическом подходе;
- овладение научно-технологическими и исследовательски-аналитическими навыками решения проблемной ситуации;
- формирование внутренней мотивации, потребности в решении сложных социальных, педагогических и психологических задач.

Проблемное обучение имеет различные формы теоретической и практической деятельности студентов, влияя не только на результат усвоения знаний, но и на освоение практических навыков профессиональной деятельности. Поскольку проблемное обучение отличается глубиной, неординарностью, особой содержательностью поставленных перед студентом задач, оно требует осознанного эмоционально-волевого подхода к их решению, поэтому важнейшими результатами такой деятельности является:

– развитие специфических интеллектуальных способностей студентов;

– высокая нравственность и моральность, формирующая логико-аналитическое мировоззрение;

– критичность взглядов, диалектика мышления, формирующие прочные профессионально-научные убеждения;

– жизненный опыт обучающихся – ценнейший источник, на который опираются все профессиональные базовые знания, умения и навыки;

– самостоятельная работа в самых разных формах деятельности студентов как проводник в системе проблемного обучения, активизатор их деятельности;

– индивидуальный и личностный подходы не отрицают, а дополняют друг друга, являясь основой субъект-субъектного взаимодействия всех участников образовательного процесса;

– многообразие подходов в решении поставленных задач, что позволяет доказательность сразу нескольких выдвинутых гипотез;

– динамика в решении проблем достигается путем логико-аналитического сопоставления различных фактов, явлений в сопоставлении законов взаимодействия в существовании действительности;

– эмоциональное переживание во время решения проблемной задачи активизирует когнитивную деятельность человека, а, следовательно, помогает студентам эффективнее усваивать изучаемый материал.

В дискуссии включается психологический механизм, «золотое правило» усвоения информации: поток информации – ее анализ – эмоциональное восприятие – усвоение. Именно благодаря потоку разной, иногда противоположной по смыслу, информации, человек включается в ее анализ, а эмоциональное восприятие, отстаивание своего мнения заставляет мозг ее усваивать и запоминать надолго, если не навсегда [41].

Дискуссию, как образовательную форму командной работы студентов, не нужно превращать в псевдодискуссию, псевдоизучение задач, известных преподавателям. Обсуждение

должно быть проблематичным. Мировой образовательный опыт накопил множество способов организации обмена мнениями, свернутой формы дискуссии:

– круглый стол: беседы, в ходе которых происходит обмен мнениями между участвующими студентами и общественностью (другими студентами);

– заседания экспертных групп («панельная дискуссия»): совместные обсуждения вопросов, предложенных членами группы (4-5 студентов с заранее определенным председателем), и обсуждения докладов (очень короткие), в которых каждый выступающий выражает свою точку зрения;

– форумы: обсуждения, аналогичные заседаниям экспертных групп, где группа студентов взаимодействует с общественностью;

– формализованная дискуссия, основанная на выступлении участников – представителей двух противоборствующих команд, которые выступают против этого выступления. Вариантом таких дискуссий являются «британские дебаты», аналогичные процедуре обсуждения проблемных вопросов в британском парламенте;

– судебное заседание: дискуссия, имитирующая судебное заседание, в ходе которого роли всех участников четко распределены.

Среди форм образовательной дискуссии можно выделить аквариумную технологию – особый вариант организации группового взаимодействия [25]. Этот тип обсуждения используется при работе с материалами, содержание которых связано с противоречивыми подходами, конфликтами, разногласиями. Научить студентов сотрудничать очень важно уже потому, что это привлекает их к предметной деятельности. В этом и заключается сущность деятельностного подхода к обучению.

«Кейс» (англ. – случай) – это очень детализированные, контекстуальные, описательные доклады и сообщения о сущности проблемы. Кейс-метод может быть практикой

использования «кейсов» как средства обучения в областях права, социальной работы, медицины, образования.

Привлечение студентов к аттестации и оцениванию методом «портфолио» помогает им понять смысл обучения, развивает чувство собственной ответственности за этот процесс. Большую роль в применении метода портфолио в высшей школе уделяют преподавателю, который выполняет роль фасилитатора (помощника, проводника). Именно он помогает в развитии самооценки и самоанализа студентов, рефлексивному обсуждению продуктов их деятельности. От работы преподавателя, его умения позитивно относиться к ошибкам студентов, толерантно общаться зависит результат этого метода.

Метод портфолио в высшей школе можно проводить в виде портфолио-онлайн-конференций, на которых происходит аттестация этого вида студенческих работ. Фактически преподаватель вместе со своими студентами проводит совместный анализ и оценку умений и способностей студентов.

Появилась возможность изучать идеи, интересы, привычки, общие способности и отношение к учебным целям и, что самое главное, определять и устанавливать цели самоуправления и самосовершенствования.

Не вызывает сомнений, что такой подход к обучению в высшей школе направлен на подготовку нового поколения специалистов, владеющих таким набором компетенций, который позволит им конкурировать на современном рынке труда и на протяжении всей жизни постоянно повышать свой профессиональный уровень.

Таким образом, исследование форм и методов обучения, влияющих на развитие познавательной активности студентов, а также роли преподавателя в системе психологических, общепедагогических и дидактических процессов высшей школы показывает: обучение студентов преподаватель может осуществлять разными методами, средствами и организационными формами и при этом, в зависимости от применяемой дидактической технологии, может получить разный развивающий и воспитательный эффект. В связи с

ростом информационных ресурсов, требуется разумный пересмотр содержания некоторых форм обучения, включения в них мультимедийных средств и методов проблемного обучения.

2.4. Методы профилактики стресса и формирования стрессоустойчивости у будущих социальных работников

Как уже упоминалось в предыдущей главе, постоянное напряжение, особенно в условиях военных действий по освобождению Донбасса, требует особых личностных и профессиональных качеств, которые должны быть у компетентного сотрудника, среди них – стрессоустойчивость. Согласно Зильберману, в основе стрессоустойчивости «интегративные характеристики личности, характеризующиеся взаимодействием эмоционального, волевого, интеллектуального и мотивационного компонентов психической деятельности индивида, которое оптимизирует и успешно достигает целей деятельности в сложной эмоциональной среде» [19].

С. В. Субботин полагает, что среди составляющих стрессоустойчивости следует рассматривать эмоциональную стабильность, психологическую устойчивость к стрессу, социальную стрессоустойчивость, толерантность к фрустрации [50].

Согласно определению Г. Селье: «Стресс – это аромат и вкус жизни. Поскольку стресс связан с любой деятельностью, избежать его может лишь тот, кто ничего не делает. Но кому приятна жизнь без дерзаний, без успехов, без ошибок? Кроме того – мы уже говорили об этом – некоторые виды деятельности обладают целебной силой и помогают держать механизмы стресса «в хорошей форме». При этом ученый выявил три основные стадии развития стресса [62]:

– стадия тревоги, характеризующаяся мобилизацией адаптационных ресурсов организма, человек в этом случае находится в состоянии напряжения и настороженности;

– стадия сопротивления или сопротивляемости, при которой происходит сбалансированное усилие адаптивных ресурсов;

– стадия истощения, которая приводит к истощению энергии, снижению сопротивляемости организма, нарушению поведения человека, здоровья и эмоционального состояния.

Защитный механизм в преодолении стресса, т.е. стрессоустойчивость, по мнению многих ученых, имеет решающее значение. Есть природные формы стрессоустойчивости, которые являются частью такого качества личности, как резильентность (жизнестойкость), существуют и механизмы совладания и копинга-поведения. Копинг – это такая форма поведения, которая отражает готовность человека решать жизненные проблемы. Чтобы проявить такую способность, следует иметь сформированные копинг-стратегии, направленные на преодоление стресса. Выделяются основные копинг-стратегии, в частности «решение проблем», «поиск социальной поддержки», «избегание», а также базовые копинг-ресурсы, которые проявляются в самопонимании, локус-контроля, эмпатии, принадлежности и когнитивных ресурсах индивида [22].

Поскольку социальная работа – профессия молодая, находится в постоянном развитии, четких границ, определяющих функции специалистов по социальной работе, практически нет, осложняет деятельность отсутствие достаточного количества технологий решения профессиональных задач, неопределенность критериев оценки эффективности. В этих условиях особая роль принадлежит личности социального работника. Он представляет собой основной ресурс, от которого зависит, получит ли клиент необходимую помощь и поддержку. Кроме того, повышенное значение роли личности социального работника обусловлено сильными патерналистскими установками людей: клиенты ожидают помощи, полагаются на социального работника (который воспринимается ими как представитель государства) и от которого они зависят. Социальные работники, с одной

стороны, чувствуют себя наделенными полномочиями, держателями информации, ответственными за судьбы других, а с другой – испытывают всю глубину ответственности за свои действия, от которых зависят судьбы их клиентов.

Поскольку работа с людьми предъявляет к социальному работнику высокие требования, особой ответственности и эмоциональных нагрузок, она потенциально содержит в себе опасность тяжелых переживаний, связанных с рабочими ситуациями, и вероятностью возникновения профессионального стресса. Для наглядности аспекты стресса социального работника показаны на рисунке.



Рисунок 2.2. Аспекты стресса социального работника

Стрессоустойчивость социальных работников мало изучена. Поскольку их труд относится к тем видам деятельности, особенностью которых является постоянное столкновение со стрессом, эффективность такой деятельности определяется не только профессиональными знаниями, умениями и навыками, но и профессионально важными свойствами, в числе которых – стрессоустойчивость. С одной стороны, сотрудник социальной службы вовлечен в экстремальное пространство профессиональной деятельности и это требует от него проявления стрессоустойчивости, а с другой – развитию стрессоустойчивости в профессиональной деятельности уделяется недостаточное внимание [4].

Анализ научной литературы позволяет выделить две разновидности стрессовых состояний:

– физическое (физиологическое) – влияние стресса на функции организма, появление различных заболеваний, физическая слабость, низкая адаптивность, сопротивляемость организма к заболеваниям;

– психологическое (эмоциональное) – включение мотивационной сферы человека, погружение в негативные эмоции по отношению к источнику стресса, к окружающим людям.

Факторы, относящиеся к тем, которые вызывают стресс, делятся на:

– организационные (рабочий график; темп работы; отдаленность рабочего места от дома; количество клиентов);

– личные (уровень резильентности; работоспособность; устойчивость к нервным и физическим нагрузкам; терпение; самоуважение; здоровье);

– ролевые (согласованность действий в профессиональных ситуациях; согласованная коллективная работа в ситуации распределенной ответственности и пр.).

Так, Э. Ф. Зеер и Е. Е. Симанюк видят прямую связь между предотвращением и преодолением негативных последствий профессиональной деятельности с развитием личностных качеств, имеющих отношение к внутренним ресурсам, эффективным поведенческим стратегиям, а также стратегиям адаптации к ситуации [18].

В соответствии с позицией этих авторов, мы считаем, что именно формирование необходимых личностных качеств в дальнейшем поможет снизить проявления профессиональной деформации личности и предотвратить развитие этого явления у социальных работников в будущем.

Методами профилактической работы являются: психодиагностика, психологическое консультирование и образование, психокоррекционная работа. Эти методы тесно взаимосвязаны и направлены на достижение баланса между внешней помощью и раскрытием внутренней воли социального работника к изменению себя, развитию и преодолению проявлений стресса.

Как правило, в борьбе с негативными симптомами стресса используются следующие средства:

- стремление свести к минимуму стресс от внешних ситуаций на рабочем месте и в повседневной жизни;
- лечение существующих заболеваний, вызванных длительным стрессом;
- адекватная психологическая поддержка, позволяющая социальному работнику повысить свою устойчивость к стрессу.

Эта деятельность называется «управление стрессом» (stress management). С точки зрения содержания в ней выделяются два основных класса задач: профилактика стресса и его коррекция. Подходы к решению этих проблем дополняют друг друга, но каждый из них имеет свои особенности.

Профилактика стресса направлена в первую очередь на устранение потенциальных источников стресса как во внешней среде, так и в самом человеке. В связи с этим важно овладеть методами, которые позволяют вам правильно анализировать возникающие жизненные ситуации, адекватно и реалистично оценивать, а также расширять свой поведенческий репертуар.

Большое значение имеет формирование навыков психологической саморегуляции на основе адекватного использования различных психотехнических приемов (нервно-мышечная релаксация, идеомоторные навыки, тренировка мышления и самообучение).

При комплексном и, самое главное, грамотном применении можно повысить общий уровень работоспособности человека и эффективно восстановить ресурсы, потраченные в ситуациях повышенного стресса. Использование психопрофилактических методов за счет формирования новых и более совершенных копинг-стратегий значительно повышает общую устойчивость человека к стрессу. Психологическая коррекция стресса во многом связана с исправлением существующего дисбаланса. Она включает в себя специальные программы, направленные на разрешение кризисных ситуаций, «разрушение» негативных поведенческих стереотипов, восстановление искаженных личностных качеств и

другое. На практике это означает тщательное изучение индивидуальных и коллективных проблем, что невозможно без специальной подготовки и психотерапевтических консультаций. Для усиления корригирующего эффекта используются различные дополнительные средства (общеукрепляющие мероприятия, рефлексотерапия, суггестивные воздействия и т.д.), которые вписываются в единый комплекс восстановительных процедур. Многообразие конструктивных методов преодоления стресса можно отнести к трем группам:

- изменение ситуации, вызывающей стресс;
- изменение отношения специалиста по социальной работе к стрессовым факторам;
- изменение статуса социального работника.

Адаптационное поведение не всегда может быть продуктивным, эффективность зависит от контекста, в котором реализуется конкретная стратегия адаптации, и реакции на нее. Человек не придерживается каких-либо выбранных им стратегий адаптации, он предпочитает сочетать их друг с другом в зависимости от ситуации.

Согласно Р. Лазарусу [26], Э. Фриденбергу, Р. Левису [59], продуктивные копинг-стратегии включают в себя: «решение проблемы», «социальная поддержка», «принятие ответственности», «самоконтроль», «работа, достижения». К непродуктивным относятся копинг-стратегии: «несовладание», «беспокойство», «избегание», «эмоции», «уход в себя», «отвлечение», «игнорирование», «разрядка», «чудо», «самообвинение».

В развитии стрессоустойчивости выделяют следующие этапы. Первый шаг – это интерпретация и оценка ситуации. Интерпретируют и оценивают:

- требования ситуации, степень нагрузки, степень угрозы (благополучие, здоровье, авторитет и т.д.);
- способности организма и личности;
- соотношение требований ситуации и способностей человека.

Следующим шагом в развитии стрессоустойчивости является оценка (анализ) стрессовых изменений в организме. Часто «мишенью» стресса является отдельная система организма или сфера личности. Первоначальные стрессовые изменения могут быть вызваны расстройством или травмой какого-либо органа, повышенной нагрузкой на сферу личности (например, информационной перегрузкой), потерей или изменением личностно значимой связи, значимого социального качества. Затем происходит несколько реакций, возникают различные последствия.

Самый важный этап для формирования резильентности – это процесс адаптации. В нем может доминировать одно из трех направлений:

- противодействие;
- адаптация;
- снятие стрессовых воздействий.

Направленность адаптивной деятельности определяется, во-первых, характером стрессового воздействия, особенностями ситуации, а во-вторых, особенностями личности, резервами организма. Адаптация к стрессовой ситуации зависит не только от мотивов и целей, черт личности, психологического состояния, но и от типа действующего стрессового фактора, его силы, ситуации, в которой человек заперт. У человека есть возможность выбора реакции, деятельности и поведения, но степень свободы выбора ограничена особенностями стрессовой ситуации [13].

Таким образом, социальный работник нуждается в хороших навыках копинга, которые помогают преодолевать самые трудные жизненные ситуации и выдерживать самые трудные жизненные испытания. Он может развивать эти навыки самостоятельно и совершенствовать их с помощью различных упражнений. Все же следует заметить, что эта проблема исходит не только от него, но прежде всего от организации, в которой он работает. Весь коллектив должен постоянно заботиться о том, как своевременно и качественно подготовиться к стрессовому событию и смягчить его негативное воздействие как на

организм, так и на возможность ухудшения эффективности его работы.

На уровне социального учреждения, в котором работает специалист по социальной работе, ему должны быть переданы и им получены следующие знания:

- информация о возможности возникновения таких ситуаций;

- как предотвратить определенные риски для жизни, чтобы не возникла ожидаемая критическая ситуация, или как их смягчить;

- не стоит делать поспешных выводов, принимать решения в спешке, в состоянии нервозности или истерики до начала ожидаемых событий; пытаться делать поспешные выводы накануне самого мероприятия, основываясь на своих предположениях;

- сотрудник может решить большинство стрессовых ситуаций самостоятельно, не прибегая к помощи специалистов;

- важно иметь достаточно энергии и силы воли для решения сложных ситуаций – это одно из главных условий активной стрессоустойчивости. По возможности не следует впадать в панику, впадать в беспомощность, не сдаваться и не подчиниться событиям. Напротив, приложить усилия, чтобы активно вмешаться в стрессовую ситуацию;

- сотрудник должен понимать и принимать, что серьезные изменения, даже негативные, являются неотъемлемой частью жизни;

- сотрудник должен помнить, что со стрессовыми ситуациями быстрее и лучше справляются те, кто умеет использовать методы релаксации. Это самый надежный способ подготовиться к борьбе с ними;

- активный образ жизни помогает создать в организме защитный механизм от стресса, тем самым улучшая деятельность адаптивных организмов. Кроме того, создаются благоприятные условия для развития способности контролировать свое поведение, реакции и самоконтроль от стресса;

Чтобы смягчить негативные последствия стрессовой ситуации, необходимы надежные системы эмоционального сдерживания, которые помогут социальному работнику обрести уверенность и поддержать себя эмоционально и морально.

2.5. Содержание программы учебного курса «Резильентность в социальной работе»

Образовательный процесс в университете в первую очередь основывается на усвоении студентами учебного плана, который включает все необходимые для формирования профессиональной компетентности учебные дисциплины.

Программа «Резильентность в социальной работе» в учебном плане обучения студентов по направлению «Социальная работа» не предусмотрена, поэтому перед нами стояла задача – разработать программу, методические рекомендации к ее внедрению для преподавателей и студентов и включить в учебный план данную дисциплину.

Рабочая программа учебной дисциплины «Резильентность в социальной работе» является частью основной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа очной и заочной форм обучения.

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 февраля 2018 г. № 76.

Цель изучения дисциплины – овладение будущими социальными работниками технологиями формирования резильентности с целью профилактики и коррекции негативных последствий влияния различных факторов на сознание и поведение клиентов социальной работы; развитие стрессоустойчивости и адаптивности.

Задачи: сформировать представления о резильентности в социальной работе. Ознакомить студентов с базовыми подходами к пониманию поведения человека в трудных жизненных ситуациях, социально-психологической сущности резильентности как внутриличностного ресурса преодоления трудностей, современными исследованиями резильентности личности. Сформировать умение анализировать трудные ситуации и использовать диагностику резильентности личности на основе различных теорий и практических подходов, методик и техник. Ознакомить с подходами и технологиями развития резильентности в разные жизненные периоды у клиентов с разными трудными жизненными ситуациями.

Дисциплина реализуется кафедрой социальной работы.

Основывается на базе дисциплин: «Теория социальной работы», «Технологии социальной работы», «Правовое обеспечение социальной работы», «Психология социальной работы».

В свою очередь, является основой для изучения следующих дисциплин: «Социальная политика», «Социально-управленческие стратегии», «Социальная работа с разными группами клиентов», «Объектно-субъектные CASE-технологии в социальной работе», «Социальная работа по адаптации военнослужащих» и других.

Необходимыми условиями для освоения учебной дисциплины являются:

– знания об основных концепциях резильентности личности, подходы к диагностике резильентности, научные подходы к объяснению стратегий поведения человека в трудных жизненных ситуациях; современные исследования ресурсов преодоления, социальной компетентности и резильентности личности;

– умения анализировать трудные жизненные ситуации с позиций способов преодоления, планировать диагностическое обследование субъекта с целью выявления резильентности личности, подбирать, адаптировать и разрабатывать средства развития резильентности личности; создавать программы

развития резильентности личности, направленные на предупреждение рисков отклонений в социальном и личностном статусе; разрабатывать рекомендации по развитию резильентности личности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей;

– навыки анализа трудной жизненной ситуации своего жизненного пути, действий в нестандартных ситуациях с позиций конструктивности, ресурсов преодоления и резильентности собственной личности, с позиций социальной ответственности; навыками создания и реализации программ развития резильентности личности.

Студенты, завершившие изучение дисциплины «Резильентность в социальной работе», должны

– знать: основные концепции резильентности личности, подходы к диагностике резильентности, научные подходы к объяснению стратегий поведения человека в трудных жизненных ситуациях; современные исследования ресурсов преодоления проблем, социальной компетентности и резильентности личности;

– уметь: анализировать трудные жизненные ситуации с позиций способов их преодоления, планировать диагностическое обследование субъекта с целью выявления резильентности личности, подбирать, адаптировать и разрабатывать средства развития резильентности личности; создавать программы развития резильентности личности, направленные на предупреждение рисков отклонений в социальном и личностном статусе; разрабатывать рекомендации по развитию резильентности личности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей;

– владеть навыками: анализа трудной жизненной ситуации своего жизненного пути, действий в нестандартных ситуациях с позиций конструктивности, ресурсов преодоления и резильентности собственной личности, с позиций социальной ответственности; навыками создания и реализации программ развития резильентности личности.

Перечисленные результаты обучения являются основой для формирования ряда компетенций (в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 февраля 2018 г. № 76 и требованиями к результатам освоения ООП ВО):

универсальных:

УК-2 – способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

профессиональных:

ПК-1 – способен к проведению оценки обстоятельств, которые ухудшают или могут ухудшить условия жизнедеятельности граждан, определению индивидуальных потребностей граждан в предоставлении социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи

ПК-2 – способен к планированию деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи, а также профилактике обстоятельств, обуславливающих нуждаемость в социальном обслуживании.

Структуру и содержание учебной дисциплины мы показываем в Приложении 6.

Разделы дисциплины содержат такие темы:

Тема 1. Понятие резильентности в отечественной и зарубежной литературе

Изучение этой темы основывается на рассмотрении понятия «резильентность» с разных точек зрения. При рассмотрении понятия резильентности следует отметить, что исследователи обращают внимание на такие понятия, как «защитные факторы» [61], «способность к восстановлению» [52], «положительная адаптация» [58], «стрессоустойчивость» [43],

«жизнестойкость» [2], «жизнеспособность» [35], «достижение успеха» [57].

Как отмечают российские ученые О. А. Селиванова, Н. В. Быстрова, И. И. Дереча, Т. С. Мамонтова, О. В. Панфилова: «В отечественных изысканиях нет однозначного понимания феномена резильентности: одни ученые отождествляют его с понятием «жизнеспособность» и рассматривают как врожденное качество личности, другие рассматривают в контексте адаптации/дезадаптации, и как компетенцию или умение, и как способность достойно встречать и преодолевать неблагоприятные обстоятельства и вызовы» [46]. В результате анализа научной литературы авторы приходят к выводу: теоретический анализ определения резильентности показывает, что отечественные и зарубежные ученые одновременно рассматривают его как жизнеспособность и жизнестойкость. Так, с точки зрения С. Р. Мадди (S. Maddi), жизнестойкость – это система убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром [29, с. 261]. Предложенный С. Р. Мадди термин «resilience» Д. А. Леонтьев переводит как жизнестойкость и определяет его как черту, которая характеризует меру преодоления личностью заданных обстоятельств и, в конечном счете, меру преодоления личностью самой себя [28, с. 260].

С. Р. Мадди считает, что жизнестойкость человека проявляется через развитие и мотивацию. Однако жизнестойкость, в отличие от жизнеспособности, не позволяет оправиться от последствий стрессоров, выстоять перед стрессорами в соответствии с силой их воздействия. С. Р. Мадди акцентирует внимание на том, что путь к жизнеспособности – это жизнестойкость, которая увеличивает потенциал жизнеспособности в сложных обстоятельствах [60].

При изучении понятия резильентности следует обратить внимание на изучение его в зарубежной литературе в рамках когнитивного бихевиоризма, конструктивизма, экологического реализма. Копинг-стратегии поведения человека в формировании резильентности имеют основополагающее значение.

Изучая тему 2 «Ситуации в обществе, способствующие формированию резильентности аномии российского общества», по нашему мнению, следует рассмотреть понятие аномии, сделав акцент на аномии, связанной с утратой смыслов, аномии, сопровождающейся эгоцентризмом, изолированностью от значимых человеческих взаимоотношений. Целью изучения этой темы должно стать знакомство с особенностями установления новых норм в обществе.

Современное изучение аномии берет начало со структурного функционализма. Сущность этого подхода заключается в том, что разрушение взаимосвязи социальных элементов оказывает влияние на жизнь каждого члена общества. Основными представителями этого направления являются Э. Дюркгейм, Р. Мертон, Т. Парсонс, Р. Макайвер, в России – С. Г. Кара-Мурза и В. В. Кривошеев.

Изучение этой темы предусматривает знакомство с понятием энтропии, теорией энтропии, ситуациями социальной энтропии.

Проблема социальной энтропии является одной из наиболее актуальных проблем современного гуманитарного знания. Понятие энтропии было впервые введено немецким физиком Рудольфом Клаузиусом в 1865 году. Он определил энтропию как меру естественной тенденции тепловой энергии. С тех пор, как это понятие было введено в термодинамику, термин «энтропия» стал применяться к социальным явлениям.

Социальная энтропия – это мера отклонения социальной системы или ее подсистем от эталонного состояния, это отклонение проявляется снижением уровня организации, функциональной эффективности и темпов развития системы.

Концепция социальной энтропии отражает разрушение индивидуализированного человеческого существования, то есть мира культуры. Энтропия возрастает, когда различия в намерениях взаимодействующих индивидов становятся доминирующими. Это воспринимается индивидами как неуверенность в своем существовании.

В XIX веке на Западе была разработана теория социальной энтропии, которая сегодня является одной из наиболее влиятельных макросоциологических моделей социальной организации. В 60-70-е годы энтропийный подход широко использовался для анализа процессов социальной эволюции. Линия концепции социальной энтропии представлена в книге Кей Бейли «Теория социальной энтропии» и Эмпос «Невозможный порядок: энтропия и социальные процессы». По мнению авторов теории социальной энтропии, наиболее характерным состоянием общества является нестабильность, дисбаланс, который вызывается в ходе развития социальных систем постоянными колебаниями между организацией и распадом, тенденцией к смерти и выживанию [20].

Знакомство с личностной динамикой К. Юнга позволит убедиться, что у каждого человека есть тенденция к индивидуации или саморазвитию. Юнг считал, что психика имеет врожденное стремление к целостности. Эта идея подобна понятию самореализации Маслоу, но базируется на более сложной теории психики, чем концепция Маслоу: «Индивидуация означает становление единого, цельного существа, и так как „индивидуальность“ содержит в себе нашу сокровенную, совершенную и несравненную уникальность, индивидуация означает еще и ожидание нашей собственной самости. Мы, следовательно, могли бы интерпретировать индивидуацию как „путь к личности“ или „самореализацию“» (Jung, 1928).

Изучая эту тему, студенты должны убедиться, что аномиию и энтропию можно удержать на определенном уровне.

Тема 3. «Трудные жизненные ситуации как условие формирования резильентности в социальной работе».

Сначала, на наш взгляд, надо рассмотреть само понятие ситуации, а затем уже переходить к изучению понятия трудной жизненной ситуации (ТЖС) и ТЖС повседневности. Содержательные признаки ТЖС в социальной работе. Виды и типы ТЖС в социальной работе. Механизмы переключения клиентов социальной работы, попавших в ТЖС, из объекта

обстоятельств в субъекта деятельности. Адаптация социальных клиентов в ТЖС.

Термин «ситуация» очень часто используется в связи с жизненной ситуацией человека и различными социальными явлениями и ситуациями (например, «ситуация на рынке труда», «ситуация в системе образования» и т.д.). В основе семантического значения мира «ситуация» лежит понятие «situation», «положение вещей». Исходя из этого, можно сказать, что любая ситуация – это достаточно стабильное состояние, явление, сложившееся в определенном месте, в определенный промежуток времени, в сфере деятельности. Каждая ситуация обладает определенной внутренней целостностью, и неслучайно подчеркивается, что ситуация представляет собой «систему событий». То есть ситуация рассматривается как единое целое между элементами с определенными взаимосвязями [47].

Исходя из всех основных признаков трудной жизненной ситуации, можно уточнить принятое в настоящее время толкование этого термина. Этот термин установлен законодательно и широко используется в социальной работе. Учитывая современные реалии, трудные жизненные ситуации в сфере социальной работы следует понимать как определенные условия или жизненные ситуации по отношению к конкретному человеку, характеризующиеся относительным постоянством в структуре, содержании и направлении движения процессов, которые в совокупности негативно влияют на поведение и мировоззрение, в то время как последствия этих условий и ситуаций не могут быть преодолены сами по себе. Предлагаемая трактовка представляется универсальной и поэтому может быть применена в сфере социальной работы с разными категориями клиентов.

Тема 4 «Ситуации, направленные на необходимость формирования резильентности в социальной работе» рассматривает теоретические подходы к понятию проблемной ситуации, изучает типы и виды проблемных ситуаций, типы поведения в проблемных ситуациях. Основное внимание уделяется процессу решения проблем.

При изучении этой темы, на наш взгляд, заслуживает внимания знакомство студентов с кризисными ситуациями в социальной работе. Рассматривая понятие кризиса и кризисной ситуации, следует отметить, что кризис – это состояние постоянного личностного дисбаланса, которое является результатом сильных влияний или неожиданных событий, а также связанное с внезапными изменениями социального статуса индивида. Особенно ярко выражен военный кризис, так как возникают чувства опасности и страха, осознается необходимость быстрой реакции и необходимость действий.

Кризис – это форма выражения проблемы клиента, основанная на социально-психологической проблеме, психологический шок – это психоз, возникающий в ситуациях, которые внезапно становятся опасными для жизни и вызывают выраженные тревожные эффекты (попытка самоубийства – суицидальное поведение; побеги из дома; отказ от пищи и т. п.).

Человек, находящийся в состоянии кризиса может испытывать ригидность – трудность в изменении программы действий, запланированных субъектом, в зависимости от требований ситуации (вплоть до полной недееспособности).

Требуется кризисное вмешательство социального работника, которое направлено на то, чтобы помочь клиентам быстро решать проблемы, используя методы поддержки, стимулирования, убеждения и изменения внутренней картины ситуации. Понятие «копинг-поведение» (совладающее поведение) используется для характеристики поведения человека в различных жизненных ситуациях, включая кризисы. «Постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие усилия человека, направленные на то, чтобы справиться с определенными внешними и/или внутренними требованиями, налагают чрезмерные нагрузки, превышающие человеческие ресурсы» [30, с. 122]. Конечно, «совладающее поведение» – это форма преодоления кризисной ситуации.

«Копинг-поведение» – это индивидуальный способ преодоления кризисных ситуаций. Каждая кризисная ситуация важна для индивида. Если кризис разрешен конструктивно, у

человека появляется хорошая возможность для личностного роста, он приобретает важные для себя поведенческие стратегии и пополняет свои личные ресурсы. Согласно нескольким исследованиям, эффективность антикризисного управления сильно зависит не от того, насколько быстро оно преодолевается, а от глубины внутреннего исследования своего опыта, возможности использования проблемы для ее роста и развития и восприятия экзистенциального контекста кризиса [39, с. 280].

Кризисы, сопровождающие человека на протяжении всей его жизни, могут иметь разное происхождение. Это может быть естественный кризис для нормального развития личности. Так называемый возрастной кризис. Они характеризуются в основном физиологическими изменениями, обусловленными природой, морфофункциональными изменениями. Однако в период возрастного кризиса происходит качественная перестройка, отражающая психологические особенности личности, которые существенно влияют на систему социальных отношений [6].

Стратегии адаптации сосредоточены на трех основных областях:

- оценка ситуации (стратегия, основанная на оценке);
- практическое решение проблем (стратегии, ориентированные на решение проблем);
- эмоциональное состояние (стратегия, ориентированная на эмоции).

Следовательно, адаптивное поведение в сложных кризисных ситуациях определяется личностными характеристиками и конкретными обстоятельствами субъекта, которые являются решающими для выбора оптимальной стратегии в каждом конкретном случае. Современному обществу нужен такой тип личности, который способен противостоять давлению неблагоприятных факторов: социальных, экономических, политических.

Кризис может сопровождаться потерей чего-либо или кого-либо. Такие кризисы рассматриваются не только в контексте развития отдельной личности. При такого рода

кризисах также анализируются системные отношения. Например, семейные кризисы, производственные кризисы, экономические и политические кризисы и т.д.

Кризисное состояние также может быть связано с травмой. Причины психотравмирующих ситуаций могут быть вызваны природными условиями и человеческими факторами (несчастные случаи, терроризм, массовые беспорядки и т.д.).

Воплотив проблему адаптивного поведения в определении стратегий «совладания» с кризисами и трудными жизненными ситуациями, было продемонстрировано, что на данном этапе научного развития не существует классификации общепринятого типа «преодоления», свойственному резильентности.

Далее следует рассмотреть понятие конфликта, конфликтные ситуации, классификацию конфликтных ситуаций. Вероятность возникновения конфликтных ситуаций между субъектами социального взаимодействия возрастает при наличии следующих факторов: несовместимости характеров, темперамента, отсутствия критического отношения к себе, терпимости, доверия к другим. Следовательно, главной особенностью конфликта является наличие противоречий, разногласий по поводу интересов, потребностей и целей, которые нарушают нормальное взаимодействие людей и мешают достижению поставленных целей.

Принимая во внимание тот факт, что конфликт является элементом повседневной жизни людей и общества, исследователи предложили несколько классификаций конфликтов в зависимости от участников (субъектов), масштабов процесса, его формы и т.д. В зависимости от объекта конфликта различают следующие типы: внутриличностный, межличностный, между людьми и группами, между коллективами. Каждая представленная группа может иметь дополнительную сложную структуру благодаря более глубокому анализу.

К методам и технологиям социальной работы, способствующим решению конфликтных ситуаций в коллективе, относят [45]:

- внимательное выслушивание;
- стремление установить и поддерживать контакт с подчиненными при выдаче задания, получении обратной связи, обсуждении межличностных отношений (в том числе и эксцентричных);
- уважительное отношение, доброжелательность, терпимость, самоконтроль; отвлечение или переключение внимания в случае повышенной эмоциональности; уменьшение социальной дистанции;
- информирование о своем состоянии, вызванном сообщением собеседника, понимание его самочувствия;
- обращение к фактам, проверка реальностью;
- обращение за советом, обещание оказать помощь.

Наряду с традиционным и модернизированным подходом к предотвращению и разрешению конфликтов все настойчивее заявляют о себе новые технологии, например, медиация, направленная на урегулирование конфликтов. Медиаторство – одна из форм вмешательства третьей стороны с целью поиска соглашения участниками конфликтной ситуации [24].

К социальным технологиям управления конфликтным взаимодействием в организации относят:

- информационные;
- коммуникативные;
- социально-психологические;
- административные [3].

Изучение темы 5 «Стрессовые состояния и стрессоустойчивость человека как одна из составляющих резильентности» предполагает рассмотрение определения понятия «стресс».

В научной литературе существуют различные определения понятия стресса. Л. А. Китаев-Смыком [23, с. 23] приводится следующее:

– ярко отрицательно, негативно влияющее на организм человека, воздействие;

– сильная неблагоприятная для организма физиологическая или психологическая реакция на действие стрессора;

– физиологические, психологические, социально-психологические, рабочие и другие реакции, возникающие вследствие реакции организма на экстремальные требования внешней среды;

– комплекс адаптивных реакций организма, но только тех реакций, которые протекают сходным образом в разных адаптивных состояниях. Симптомы этих реакций схожи при всех типах воздействия. Они одинаковы для разных ситуаций и не являются необычными ни для одной из них.

Понятие стресса. Ежедневный стресс – это сугубо индивидуальное событие в жизни людей, но его специфика зависит от хронологического возраста человека и важности сферы жизни, в которой они происходят, а также от субъективного возраста человека. В разные периоды жизни природа испытываемого стресса и стратегии борьбы с ним различны, но переживание стресса и способность справляться с ним могут быть скорректированы с помощью возрастной самооценки, так что первое направление изучения повседневного и травматического стресса может быть связано с исследованием понимания роли хронологического и/или субъективного возраста человека, сталкивающегося с психологической проблемой влияния трудных жизненных ситуаций на человека. Это заключается в том, что люди воспринимают и понимают их по-разному, меняют свое отношение к ним в зависимости от многих факторов, включая социальный контекст, обстоятельства и характеристики социальной роли, которая мотивирует испытуемого. Все это позволяет выбрать второе направление в изучении стресса и его последствий. Эта ориентация устанавливается в рамках проблемы различий в понимании, опыте, отношении к

повседневной жизни, экстремальным жизненным событиям и глобальным рискам.

Далее следует продолжить изучение проблем повседневного и травматического стресса на различных уровнях социально-психологического анализа: индивидуальном, межличностно-групповом, межгрупповом, организационном, социальном и т.д.

В зависимости от направления исследования можно выявить индивидуальные факторы отношения к стрессу или групповые факторы разного масштаба. Индивидуальные – исследование индивидуальных и/или межличностных и/или культурно специфичных и других характеристик восприятия, понимания и переживания стрессовых факторов является третьим направлением исследований повседневного и травматического стресса и его последствий для человека.

Концепция Р. Лазаруса измерения стресса. Основные положения концепции процесса адаптации были разработаны Лазарусом в 1966 году. Он предложил когнитивную теорию стресса и адаптации. По мнению авторов, «первичные» и «вторичные» когнитивные оценки ситуаций необходимы для регулирования взаимодействия окружающей среды и личности. Индивид сначала классифицирует это как изменение или угрозу, а затем определяет, как преодолеть стресс, основываясь на степени воспринимаемой угрозы, природе стрессора и своих собственных психологических особенностях. По мнению авторов, в результате взаимодействия этих двух процессов формируется определенная форма адаптивного поведения. Важным фактором их формирования и персонализации является негативная или позитивная эмоциональная реакция на стресс и трансформация этой реакции в конкретную стратегию адаптации.

Открытиями Лазаруса стала концепция адаптации, которую он назвал «условием активизации желания решать проблемы, возникающие у индивида в ситуации (связанной с опасностью или большим успехом), способностью адаптироваться для поддержания физического, личного и

социального благополучия». Глагол «болеть», от которого происходит слово «to sore», переводится как «справляться», «совладать», реже «бороться», «биться в драке». Это интерпретируется как «действие, которое поможет адаптироваться к условиям окружающей среды и сделать что-то для поддержания физического, личного и социального благополучия».

Основываясь на определении адаптации, ученым были предложены три модели элементов адаптационных механизмов, состоящие из адаптационных стратегий, средств адаптации и адаптационных действий. Стратегии преодоления – это реальная реакция человека на угрозы.

Как бороться со стрессорами. Копинг-ресурсы – это относительно стабильные личностные характеристики, которые обеспечивают психологический контекст для преодоления стресса и способствуют разработке стратегий совладания. Индивидуальное поведение, регулируемое и формируемое с помощью адаптационных стратегий с учетом индивидуальных и экологических адаптационных ресурсов, определяется как адаптивное поведение. Основным компонентом этой модели является стратегия совладания, определяющая поведение и эмоциональную реакцию на стресс. Модель адаптационного механизма из этих трех элементов является предыдущей базовой моделью, и все последующие исследования в этой области следовали попыткам объяснить большую дифференциацию процесса адаптации и выбор индивидуальных стратегий адаптации.

«Горизонтальные» и «вертикальные» стресс-факторы. Н. Е. Водопьянова, анализируя причины стресса, отмечает, что психологи В. Зигерт и Л. Ланг к субъективным причинам и проявлениям организационного стресса относят следующие страхи у социальных работников [10]:

- страх не справиться с работой;
- страх ошибиться;
- страх быть проигнорированным другими;
- страх потерять работу;

– страх потерять кого-то.

Автор выделяет следующие причины организационного стресса [10]:

– нарушение ощущения комфорта и безопасности на работе;

– нехватка времени для выполнения запланированных задач;

– сложные и ранее неизвестные производственные задачи;

– чрезвычайные ситуации, стихийные бедствия, несчастные случаи;

– конфликты с руководителями, конфликты с подчиненными, потеря руководителем авторитета и контроля влияния на коллектив;

– длительная работа без перерывов, сверхурочная работа;

– необоснованное наказание, необоснованный обвинительный приговор или предвзятая критика, лишение компенсации.

Таким образом, можно выделить следующие характеристики стресса:

– стресс является комплексом неблагоприятных психических состояний, которые человек стремится устранить;

– стресс выражен в психологических, поведенческих, физиологических реакциях, возникающих в ответ на сильные раздражители;

– существует связь стресса с психологической структурой личности, интеллектуальной деятельностью индивидуальными особенностями

– восприятия человеком ситуации и регуляции поведения в ней;

– стрессовое состояние динамично, то есть изменяется во времени, возможны переходы в эустресс и дистресс;

– стрессовые состояния могут быть осознаваемыми и неосознанными.

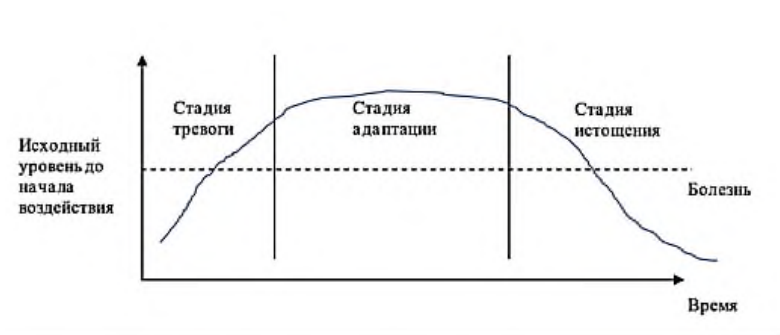


Рисунок 2.3. Стадии стресса по Г. Селье.

Г. Селье выделяет три стадии развития стресса (рис.2.3) [62]:

- стадия тревоги;
- стадия адаптации;
- стадия истощения [53].

Стрессоустойчивость. Стресс как условие формирования стрессоустойчивости. Формы и методы формирования стрессоустойчивости в социальной работе: индивидуальные и групповые способы профилактики стресса; информирование о последствиях стресса; проведение тренингов; методы улучшения психологического климата в семье и/или на производстве.

Изучение темы 6 «Адаптация к новым условиям или ситуациям как составляющая формирования резильентности в социальной работе» очень важно для понимания феномена резильентности, поскольку адаптация, по мнению многих ученых, является его составляющей.

Сначала нужно рассмотреть сущность адаптации. Адаптация, интеграция, достижение оптимального состояния, самореализация фиксируются как желаемый результат процесса адаптации в социальной работе, который определяется через понимание природы самого процесса адаптации, то есть его конечной цели.

А. А. Реан выделяет три стратегии адаптационного процесса: один – связан с активным влиянием на внешнюю

среду, ее освоение и приспособление к себе, другой – с изменением собственной личности, коррекцией собственных социальных установок, поведенческих стереотипов, третий – вероятностно-комбинированный, объединяющий два вышеназванных [42]. Далее следует изучить модели адаптации:

- конформная модель;
- инновационная модель;
- ритуализм;
- эскепизм;
- модель бунта.

Адаптивность – способность к адаптации. Для понимания качества адаптации социальными клиентами следует ввести понятие уровней адаптивности. Способность к адаптации зависит от внутренних (характерологические особенности личности) и внешних (создание социально-психологических, педагогических условий, индивидуальных и групповых методов формирования и развития адаптивности, проведение тренингов и других мероприятий).

Социальная адаптация, как и любая другая технология социальной работы, имеет определенный алгоритм, состоящий из следующих этапов:

- возникновение адаптационной потребности;
- осознание адаптационной потребности;
- диагностика адаптивности и индивидуальных особенностей клиента;
- осознание клиентом потребности в изменении качеств личности (коммуникативных, ценностно-ориентационных, познавательных, иных);
- разработка программы (плана) действий;
- реализация программы;
- корректирующие действия.

Тема 7 «Социальное сопровождение семей, находящихся в трудной жизненной ситуации, с целью адаптации» изучает социальное сопровождение семей, находящихся в трудной жизненной ситуации с целью:

– создания необходимых условий для адаптации лиц пожилого возраста и инвалидов к существующим условиям жизни и их реабилитации; координации работы по социально-бытовому обслуживанию клиента;

– диагностики трудной жизненной ситуации и профилактики возникновения, новых ТЖС у различных типов семей и детей, осуществления их социального патроната;

– создания необходимых условий для адаптации к существующим реалиям жизни, реабилитации, координации работы по преобразованию ТЖС у лиц из групп риска (лиц без определенного места жительства; мигрантов; безработных; молодежи; осужденных; детей, оказавшихся в ТЖС; лиц страдающих психическими заболеваниями и членов их семей; членами семей лиц, инфицированных ВИЧ; наркозависимыми и членами их семей; военнослужащими и членами их семей; безнадежно и тяжелобольными, др.).

Сопровождение – это комплексный метод, в основе которого лежит единство четырех функций:

– диагностики существа возникшей проблемы;

– информации о путях возможного решения проблемы;

– консультации на этапе принятия решения и выработки плана решения проблемы;

– помощи при реализации плана решения.

Социальная поддержка – в широком значении – система мер по оказанию помощи некоторым категориям граждан, временно оказавшимся в тяжелом экономическом положении (частично или полностью безработные, учащаяся молодежь и др.), путем предоставления им необходимой информации, финансовых средств, кредитов, обучения, права защиты и введения иных льгот; в узком значении – комплекс одноразовых или эпизодических специальных социальных мер, направленных на преодоление обстоятельств, которые ухудшают или могут ухудшить условия жизнедеятельности человека.

Цели социального сопровождения граждан – повышение качества жизни семьи, преодоление ее неблагополучия, предотвращение лишения родительских прав, профилактика

социального сиротства, отказов от ребенка, преодоление трудностей воспитания детей в семье, повышение психолого-педагогической компетентности родителей, социальное и психологическое оздоровление семьи, сохранение нравственного и физического здоровья несовершеннолетних, а также обеспечение необходимых психолого-педагогических и социально-педагогических условий полноценной жизнедеятельности родителей и ребенка.

Принципы организации социального сопровождения семей с детьми:

- комплексности;
- межведомственности;
- добровольности;
- адресности и равных возможностей;
- вариативности;
- конфиденциальности;
- непрерывности;
- рекомендательного характера советов сопровождающего специалиста;
- эффективности.

Таким образом, рассмотрение понятия стресса включает:

- психологические и социальные компоненты стресса;
- профессиональный стресс. Эмоциональное выгорание;
- типы стрессоров;
- факторы, влияющие на переживание стресса;
- методы и технологии социальной работы по адаптации к стрессу.

Тема 8 «Основные факторы и механизмы формирования резильентности в социальной работе» изложена в параграфах этой монографии. Определимся, какие вопросы следует рассмотреть при ее изучении.

Группы факторов, способствующие формированию резильентности: социальная поддержка, обеспечивающая признание человека как личности; способность находить цель и смысл жизни; коммуникабельность; самопознание и адекватная

самооценка; самоуважение и принятие самого себя; оптимизм и чувство юмора.

Основные механизмы развития резильентности, уровни «резильентной» личности: функциональный уровень; операциональный уровень и мотивационно-личностный уровень.

Таким образом, резильентность является основным метакомпетентностным качеством будущих социальных работников, поэтому в рабочей программе «Резильентность в социальной работе» мы постарались отразить все важнейшие аспекты изучения этого феномена, необходимые в деятельности социального работника с разными группами клиентов.

Литература к главе 2

1. Абдулина, О. А. Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего педагогического образования / О. А. Абдулина // Для педагогов, спец. высших учебных заведений. – М. : Просвещение, 2001. – 141 с.

2. Александрова, Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии / Л. А. Александрова // Сибирская психология сегодня : Сборник научных трудов. Вып. 2. Кемерово, 2004. – С. 82–90.

3. Анализ современных методик управления конфликтами в организациях / З. С. Гребельник, С. В. Черномырдин, А. В. Сидорова, А. И. Демьянова, А. Д. Прохоров, В. Н. Сидоренко // Гуманитарный научный журнал. – 2022. – №3. – С. 31–33.

4. Арутюнян, А. А. Стрессоустойчивость как профессиональная компетенция работника социальной службы / А. А. Арутюнян // Молодой ученый. – 2016. – № 15.1 (119.1). – С. 56–60.

5. Асхадуллина, Н. Н. Сущность и структура рискологической компетенции будущих учителей [Электронный ресурс] / Н. Н. Асхадуллина // Вестник ЧГПУ им. И. Я. Яковлева.

– 2016. – №1 (89). – Режим доступа. – URL: <https://cyberieninka.m/artide/n/suschnost-i-struktura-riskologicheskoy-kompetentsii-buduschih-uchiteley>. – Дата обращения: 05.11.2023.

6. Барияк, И. А. Социально-психологические аспекты кризисных ситуаций / И. А. Барияк // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. – 2008. – С.123–125.

7. Бровка, Н. В. Интеграция теории и практики обучения математике как средство повышения качества подготовки студентов / Н. В. Бровка. – Минск : БГУ, 2009. – 243 с.

8. Васюк, А.Г. Новая образовательная система в высшей школе / А.Г. Васюк // Научно-методический журнал. – 2020. – № 1(3). – С.53–70.

9. Вербицкий, А.А. Активное обучение в высшей школе: контекстный подход / А.А. Вербицкий. – М. : Высш. шк., 1991. – 207 с.

10. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – М.; СПб. : 2012. – С. 443–461.

11. Вознесенская, Е. В. Дистанционное обучение – история развития и современные тенденции в образовательном пространстве [Электронный ресурс] / Е.В. Вознесенская. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/distantsionnoe-obuchenie-istoriya-razvitiya-i-sovremennye-tendentsii-v-obrazovatelnom-prostranstve/viewer>. – Дата обращения: 11.10.2023

12. Гаврин, А. С. Прогнозирование и моделирование в социальном управлении / А. С. Гаврин. – Тюмень : ТюмГНГУ, 2020. – 109 с.

13. Газиева, М. З. Современные подходы к проблеме исследования стресса и стрессоустойчивости / М. З. Газиева // Мир науки, культуры, образования. – 2018. – №3(70). – С.348–350.

14. Ганс С. Стресс без Дистресса / С. Ганс. – М. : Прогресс, 1982.

15. Грекова, А. А. Особенности мышления «цифрового поколения» [Электронный ресурс] / А. А. Грекова. – Режим доступа: <https://openscience.top/articles/psikhologiya/osobnostimyshleniya-predstaviteley-cifrovogo-pokoleniya>. – Дата обращения: 11.11.2023

16. Гусаков, В. Г. Человеческий капитал – главный фактор повышения конкурентоспособности : интервью с Председателем Президиума НАН Беларуси академиком Владимиром Гусаковым / В. Г. Гусаков // Наука и инновации. – 2018. – № 1. – С. 4–9.

17. Жуков, Н. В. Становление отношений «преподаватель — студент» как фактор формирования конкурентоспособности вуза в эпоху цифровизации / Н. В. Жуков // Молодой ученый. – 2019. – № 48 (286). – С. 365–368.

18. Зеер, Э. Ф. Психология профессиональных деструкций : учеб. пособие для вузов / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк. – М. : Академический Проект ; Екатеринбург : Деловая книга, 2005. – 240 с.

19. Зильберман, П. Б. Эмоциональная устойчивость оператора : автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. психол. наук : 21.960 / Зильберман Петр Борисович ; АПН СССР. Науч.-исслед. ин-т общей и пед. психологии. – М. : 1970. – 15 с.

20. Каплунов В. Что такое социальная энтропия [Электронный ресурс] / В. Каплунов. – Режим доступа: <http://www.lebed.com/2005/art4145.htm>. – Дата обращения: 26.11.2023.

21. Карр, Н. Пустышка. Что интернет делает с нашими мозгами / Н. Карр; пер. с англ. П. Миронов. – СПб. : Бест Бизнес Букс, 2012. – 356 с.

22. Киреева, М. В. Стрессоустойчивость как компонент культуры человекоориентированных профессий / М. В. Киреева // Научные ведомости Белгородского государственного университета. – 2011. – № 8 (113), Т.11. – С. 1–6.

23. Китаев-Смык, Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса / Л. А. Китаев-Смык. – М. : Академический Проект. – 2009. – 943 с.

24. Кремнева, Т. Л. Опыт разрешения конфликтов посредством медиации в организациях социального обслуживания / Т.Л. Кремнева // Международный научно-исследовательский журнал. – 2022. – №12(126). – С. 1–5.

25. Кузьмина, Н. В. Акмеологические основы формирования профессиональной компетентности преподавателя / Н. В. Кузьмина, Л. Е. Паутова, Е. Н. Жаринова // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. – 2020. – Т. 9, вып. 1. – С. 4–12.

26. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Лазарус Р. ; под ред. Л. Леви // Эмоциональный стресс. – СПб. : Медицина, 2010. – 204 с.

27. Лебеденко, Е. А. Цели и задачи электронного обучения и дистанционных образовательных технологий [Электронный ресурс] / Е. А. Лебеденко. – Режим доступа: <https://donnuet.edukation-pdf>. – Дата обращения: 15.10.2023

28. Леонтьев, Д. А. Многоуровневая модель взаимодействия с неблагоприятными обстоятельствами: от защиты к применению / Д. А. Леонтьев // Психология стресса : материалы III Международной научно-практической конференции. – Т.1. Кострома : КГУ им. Н А. Некрасова, 2013. – С. 258–261.

29. Мадди, С. Теории личности: сравнительный анализ / С. Мадди. – СПб. : Речь, 2002. – 539 с.

30. Маленова, А. Ю. Особенности и личностные детерминанты копинг поведения в ситуациях оценивания (на примере ситуации экзамена / А. Ю. Маленова. – Краснодар, 2007.

31. Мальцева, Т. Е. Инновационная национальная система образования как индикатор развития социальной сферы / Т. Е. Мальцева // Научно-методический журнал. – 2020. – №1(3). – С.98–112.

32. Мальцева, Т. Е. Роль адаптации будущих специалистов с СФО в условиях высшего инклюзивного образования / Т. Е. Мальцева // Материалы научно-практической конференции, посвященной 80-летию со дня рождения

В. Д. Альперовича : сборник научных статей / под ред. Е. П. Агапова. – Москва ; Берлин : ДиректМедиа, 2018. – 270 с. – С. 138–155.

33. Мальцева, Т. Е. Синергетическая сущность социальной работы / Т. Е. Мальцева // Материалы Международной научно-практической конференции «Социальная работа: теоретические поиски и практические пути обеспечения эффективности» 12-13 апреля 2018 года Статьи и тезисы / гл. ред. П. П. Скляр; отв. ред. Т. Е. Мальцева. – Луганский национальный университет им. Владимира Даля. – 2018. – С. 40–46.

34. Мальцева, Т. Е. Генерализация медиа конструктивистского подхода к обучению в современных условиях / Т. Е. Мальцева, А. Г. Васюк, П. П. Скляр // Социальная работа : современные проблемы и технологии. – 2020. – №2(2). – С.151–164.

35. Махнач, А. В. Личностные и поведенческие характеристики подростков как фактор их жизнеспособности и социальной адаптации / А. В. Махнач, А. И. Лактионова // Психологический журнал. – 2013. Т. 34. – № 5. – С. 69–84.

36. Махова, О. А. Статистика как инструмент цифровизации / О. А. Махова, М. В. Карманов, С. М. Аракелян // В сборнике : Вестник кафедры статистики Российского экономического университета имени Г. В. Плеханова. Статистические исследования социально-экономического развития России и перспективы устойчивого роста: материалы и доклады. Под общ. ред. Н. А. Садовниковой. – Москва, – 2018. – С. 174–178.

37. Мусина-Мазнова, Г. Х. Инновационные методы практики социальной работы : учебное пособие для магистров / Г. Х. Мусина-Мазнова, И. А. Потапова, О. М. Коробкова. – М. : Дашков и К, 2014. – 320 с.

38. Мухамадеев, И. Г. Современные организационные формы обучения в вузе / И. Г. Мухамадеев // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. – 2018. – С. 37–40.

39. Осипова, А. А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях / А. А. Осипова. – Ростов н/Д., 2006.

40. Петькова, Ю. Р. История развития дистанционного образования. Положительные и отрицательные стороны МООС / Ю. Р. Петькова // Успехи современного естествознания. – 2015. – № 3. – С. 199–204.

41. Психологическое обеспечение высшего инклюзивного образования как инновационная форма социальной работы: монография / С. А. Малахова, Т. Е. Мальцева, П. П. Складар, А. Г. Васюк. – Луганск : ЛНУ им. В. Даля, 2019. – 343 с.

42. Реан, А. А. Психология адаптации личности [Текст] / А. А. Реан. – СПб. : Прайм-Еврознак, 2008. – 479 с.

43. Рыльская, Е. А. Научные подходы к исследованию жизнеспособности человека в зарубежной психологии / Е. А. Рыльская // Теория и практика общественного развития. – 2014. – № 8. – С. 57–58.

44. Сабина, Н. Н. Риски в инновационной деятельности педагога и их профилактика / Н. Н. Сабина // Мир науки, культуры, образования. – 2011. – №6 (31). – С. 85–89.

45. Самсонова, М. А. Социальные технологии эффективного конфликтного взаимодействия в организации [Электронный ресурс] / М. А. Самсонова // Вестник Саратовского государственного технического университета. – 2008. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnye-tehnologii-effektivnogo-konfliktного-vzaimodeystviya-v-organizatsii/viewer>. – Дата обращения: 26.11.2023

46. Селиванова, О. А. Изучение феномена резильентности: проблемы и перспективы [Электронный ресурс] / О. А. Селиванова, Н. В. Быстрова, И. И. Дереча, Т. С. Мамонтова, О. В. Панфилова // Мир науки. Педагогика и психология. – М. : ООО «Издательство Мир науки». – 2020. – №3, – Режим доступа: <https://mir-nauki.com/PDF/04PSMN320.pdf>. – Дата обращения: 15.10.2023

47. Ситуация [Электронный ресурс] // Большой энциклопедический словарь. – Режим доступа: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/enc3p/272618>. – Дата обращения: 25.11.2023

48. Смирнов, В. В. Информационное общество как механизм формирования «нового человека» (социально-психологический аспект) / В. В. Смирнов // Молодая наука XXI века: проблемы, поиски, решения: сб. ст. Междунар. науч.-практ. конф. – СПб. : Изд-во «КультИнформПресс», 2018.

49. Стратегия цифровой трансформации отрасли науки и высшего образования Министерства науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]. – – Режим доступа: <https://legalacts.ru/doc/strategija-tsifrovoi-transformatsii-otrasli-nauki-i-vysshego-obrazovaniya-utv>. – Дата обращения: 15.11.2023

50. Субботин, С. В. Устойчивость к психическому стрессу как характеристики метаиндивидуальности учителя / С. В. Субботин. – Пермь, 1992. – 159 с.

51. Тавстуха, О. Г. Минимизация рисков инновационной деятельности в образовании [Электронный ресурс] / О. Г. Тавстуха, Е. Г. Матвиевская // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019 – №6. – Режим доступа: <https://mir-nauki.com/PDF/49PDMN619.pdf>. – Дата обращения: 15.11.2023

52. Федунина, Н. Ю. Понятие устойчивости к травме и посттравматического роста / Н. Ю. Федунина // Московский психотерапевтический журнал. – 2006. – № 4. – С. 69–80.

53. Филиппова, А. А. Понятие стресса и стрессоустойчивости личности / А. А. Филиппова, П. М. Карпенкова. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2020. – № 43 (333). – С. 88–92.

54. Швырков, В. Б. Нейрофизиологическое изучение системных механизмов поведения / В. Б. Швырков. – М. : Медицина. – 1978. – 326 с.

55. Шевцова, Г. А. Реализация образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в вузах / Г. А. Шевцова // Делопроизводство. – 2021. – №1. – С. 82–88.

56. Шпитцер, М. Антимозг: цифровые технологии и мозг / М. Шпитцер. – АСТ, 2014. – 288 с.

57. Шубникова, Е. Г. Развитие превентивной педагогики в России и за рубежом / Е. Г. Шубникова // Психология и социальная педагогика: современное состояние и перспективы развития: сб. ст. по материалам VIII Всероссийской научно-практической конференции. – Чебоксары, 2019. – С. 110–118.

58. Bonanno, G. A. Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely adverse events? / G. A. Bonanno // *American Psychologist*. – 2004. – Vol. 59. – P. 20-28.

59. Frydenberg, E. Adolescent Coping Scale: Manual / E. Frydenberg, R. Lewis // ACER Press. Melbourne, 1993. – P. 15–20.

60. Maddi, S. R. On hardiness and other pathways to resilience / S. R. Maddi // *American Psychologist*. – 2005. – Vol.60. – № 3. – P. 261–262.

61. Rutter, M. Resilience in the face of adversity / M. Rutter // *British Journal of Psychiatry*. – 1985. – Vol. 147. – P. 598–611.

62. Selye, H. Stress without distress / H. Selye. – Montreal, 1977. – 58 p.

63. Tapscott, D. Grown Up Digital: How the Net Generation is Changing Your World / D. Tapscott. – McGraw-Hil, 2008. – 384 p.

ГЛАВА 3.

ФОРМИРОВАНИЕ РЕЗИЛЬЕНТНОСТИ В ПОДГОТОВКЕ СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ

3.1. Обоснование выбора методик, отбора участников констатирующего эксперимента и его результаты

Проблемы современного общества обострены до предела. В результате специальной военной операции по освобождению Донбасса, структурного обновления, развития, социальных и экономических изменений общество находится в состоянии постоянного стресса. В какой-то степени его стабилизация зависит от профессионалов, которые могут успешно противостоять негативным признакам, появляющимся при возникновении угрозы, преодолевать жизненные трудности и мотивировать себя и других к развитию и самосовершенствованию. Среди них социальные работники – люди мирной профессии. Именно они укрепляют тылы, работают с людьми, имеющими посттравматический синдром, оказавшимися в трудных жизненных ситуациях и предоставляют социальные, психологические услуги, социальное обеспечение, льготы, надбавки и гуманитарную помощь населению. Это требует огромных психофизиологических усилий, включающих умение сопротивляться негативным явлениям и адаптироваться в любой жизненной ситуации. Это активизирует у них и у их клиентов процесс формирования резильентности.

Итак, формирование резильентности у социального работника происходит тогда, когда это же качество личности начинает формироваться или проявляться у его клиента. Это главное условие и фактор, позволяющий сформировать резильентность у обеих сторон.

Среди элементов, позволяющих сформировать резильентность, мы часто находим те, которые составляют

успех человека и которые уже были открыты психологами и использовались великими педагогами, такими как Дон Боско (Don Bosco), Жан-Батист де Ла Саль (Jean Baptiste de La Salle), Песталоцци (Pestalozzi), Монтессори (Montessori) и др. Однако было бы полезно узнать, были ли эти интуитивные открытия подтверждены результатами исследований, а если говорить о резильентности, то «протестированы» ли в очень трудных условиях. В контексте резильентности эти элементы часто называются факторами защиты или факторами резильентности [32].

Анализ научной литературы показывает, что подготовка социальных работников в университетах должна быть направлена на формирование резильентности как метаакадемического личностного качества социальных работников. Все же отметим, что среди отечественных и зарубежных ученых нет четкого консенсуса относительно правомерности такого явления [2; 13; 21].

Мы склоняемся к мнению о том, что формирование резильентности в вузах необходимо. Есть исследования, экспериментально доказавшие правомерность этого вопроса. На наш взгляд, особый интерес представляет исследование испанских ученых, в ходе которого изучалось влияние взаимосвязанных факторов на формирование резильентности: социальная работа с клиентами, попавшими в трудную жизненную ситуацию, успех в этой деятельности и уровень удовлетворенности работой. Вывод, который был сделан исследователями, описывает их состояние следующим образом: социальные работники учатся на собственном опыте и трудностях и, основываясь на этих знаниях, реагируют на новые вызовы и ситуации [32]. Следовательно, чувство удовлетворенности своей работой как достижение успеха в преодолении трудностей связано с формированием у социальных работников резильентности как личностного интегрированного качества, которое влияет на формирование профессионализма (Luthans & Youssef, 2004; Саланова, 2009).

Изучив это исследование, коллектив кафедры социальной работы ЛГПУ провел свою экспериментальную работу по формированию резильентности в ходе подготовки социальных работников.

Резильентность была определена как универсальная способность, которая позволяет человеку, группе или сообществу избежать, минимизировать или преодолеть разрушительные последствия самых разных невзгод. Это также относится к «динамичному процессу, охватывающему позитивные процессы адаптации на фоне значительных невзгод» [31; 33].

Это двойственный процесс. С одной стороны, резильентность касается способности и навыка отдельного человека, семьи или сообщества справляться с личными, социальными или связанными с работой невзгодами, с которыми они сталкиваются.

С другой стороны, знания того, как преодолевать такие невзгоды, делает их сильнее. Это двойной эффект резильентности, который не ограничен способностью сопротивляться, поскольку также включает в себя способность к перестройке сознания.

По словам Е. Х. Гротберга, резильентность развивается через источники поддержки, которые человек приобретает в течение своей жизни. Эти источники могут быть сгруппированы как факторы резильентности и обозначаются как «Я могу» (личностная компетентность, понимаемая как межличностные факторы, помогающие людям в решении проблем), «Я есть» (принятие себя и жизни, качество, относящееся к внутренним ресурсам, которые развиваются годами, что помогает людям справляться с невзгодами) и «У меня есть» (восприятие и полученная социальная поддержка) [30].

Эта новаторская тройственная модель рассматривает резильентность как динамичный процесс и предполагает, что резильентность является продуктом взаимодействия жизнестойких факторов. Эта идея полностью отвечает цели нашего исследования – выяснить, способствует ли социальная

работа развитию резильентности, понимаемой как динамичный и интерактивный процесс, среди студентов – будущих социальных работников и студентов, будущая профессиональная деятельность которых не связана с социальной работой. Гипотетически мы предположили, что будущие социальные работники будут развивать свою резильентность в ходе их обучения в университете. В ходе прохождения практики с приобретением опыта резильентность активно развивается, эффективность этого процесса зависит от того, удовлетворен ли будущий специалист своей деятельностью.

В исследовании приняли участие 120 человек: две экспериментальные группы (ЭГ) студентов, принимающие участие в экспериментальной работе и две контрольные группы (КГ) – не участвующие в ней. Поскольку социальная работа включает деятельность по трем предметным направлениям: психология, педагогика и социология, включать студентов, обучающихся по этим специальностям мы сочли нецелесообразным. Поэтому каждая из этих групп представляла собой следующий контингент:

- ЭГ1 – группа студентов из 29 человек, обучающихся по специальности «Социальная работа» – 1-4 курс (возраст от 17,5 до 24 лет), принимали участие в экспериментальной работе (ЭР);

- ЭГ2 – группа студентов из 31 человек, не обучающихся по специальности «Социальная работа», студенты ЛГУ им. В. Даля (возраст от 17,5 до 22,5 лет), обучающиеся по техническим специальностям;

- КГ1 – группа студентов из 28 человек, обучающихся по специальности «Социальная работа» – 1-4 курс (возраст от 17,5 до 24 лет), не принимали участие в экспериментальной работе;

- КГ2 – группа студентов из 32 человек, не обучающихся по специальности «Социальная работа», студенты ЛГУ им. В. Даля (возраст от 17,5 до 23,5 лет), обучающиеся по техническим специальностям.

Лонгитюдное исследование проводилось в 2022 году, а затем повторно 2023 году по составленной нами анкете,

состоящей из 44 вопросов. За основу оценивания взяли несколько долговременных критериев. Мы исходили из того, что кратковременные критерии не отвечают цели нашего исследования – процессу формирования резильентности, для этого требуется время и повторение трудных жизненных событий или периодов.

Поскольку резильентность – это длительный процесс позитивного развития по восходящей, со своими взлетами и падениями, отметим, что выбор этих критериев не носит абсолютный характер. Вопросы анкеты были сгруппированы таким образом:

- определенная самостоятельность и способность жить в обществе, что подразумевает способность находить позитивные и реалистичные решения проблем, просить о помощи в случае необходимости;

- позитивная, но также реалистичная самооценка;

- способность «смотреть вперед», разрабатывать и реализовывать простые или сложные, в зависимости от своих возможностей, проекты;

- способность строить отношения, по возможности длительные (семья, друзья...);

- способность к самопожертвованию ради других или ради дела, по возможности тоже в течение длительного времени (работа, волонтерство, реалистичный альтруизм...);

- способность применять в жизни позитивные знания и навыки, полученные ранее.

Такая направленность вопросов позволила выделить и сформулировать такие критерии: личностная компетентность, коммуникативность и социальная зрелость. Эти критерии касаются различных аспектов выстраивания или перестраивания своей жизни. Они подразумевают наличие минимальной психологической устойчивости. Каждый из этих критериев резильентности должен рассматриваться в личном человеческом и культурном контексте, на определенном этапе жизни, в конкретной ситуации.

Выбор этих критериев в первую очередь зависит от этических соображений и жизненного опыта, но в какой-то мере они также связаны с социальными нормами. Эти критерии уже позволяют предположить, что резильентность не достигается любой ценой, ни для себя, ни для других людей [27].

Лонгитюдный анализ был повторен для каждой зависимой переменной (коммуникативность и социальная зрелость). Независимой внутрисубъектной переменной всегда было время (t_1 и t_2) измерения и курс обучения (первое исследование – 1, 2, 3 курс, второе – 2, 3, 4 курс).

Анализ результатов показывает, что уровень личностной компетентности повысил каждый студент, изучающий и не изучающий социальную работу. Выяснилось, что чем старше курс, тем выше уровень личностной компетентности студентов. Однако, если сравнивать результаты ЭГ1, которая принимала участие в программе экспериментальной работы, и КГ1, не участвующей в экспериментальной программе, становится ясно, что целенаправленное формирование резильентности повышает эффективность учебной деятельности в этом направлении.

В программу были включены следующие мероприятия:

– программа учебного спецкурса «Формирование резильентности в подготовке социальных работников» (Приложение 1);

– тренинг по развитию коммуникативных качеств студентов (Приложение 2);

– внеаудиторные воспитательные мероприятия по развитию социальной зрелости, участие в студенческом самоуправлении.

Анализ научной литературы позволяет сделать вывод о том, что резильентность как метадисциплинарное личностное качество будущих социальных работников включает как сформировавшийся уровень личностной компетентности, включающей обученность и воспитанность, так и основные параметры развития личности. Это соответствует начальному пониманию термина «культура», принятом еще в Древней Греции. Причем личностная компетентность не может

рассматриваться вне контекста той культуры, в которой человек вырос, живет. Поэтому естественно предполагать, что высокий уровень резильентности характеризуется более выраженными стремлениями к саморазвитию, самоанализу и саморегуляции, конструктивному общению и деятельности, более полной степенью их осуществления в повседневной жизни, чем студенты, не связанные деятельностью по оказанию помощи другим людям; будущие специалисты с высоким уровнем резильентности могут характеризоваться более высоким уровнем социального и эмоционального интеллекта, чем студенты с низким и средним уровнями резильентности. Для выявления уровня заинтересованности проблемой формирования резильентности, а также отдельных ее компонентов, использована методика исследования владением знаниями, правилами, представлениями, нормативами в сфере общения, поведения, профессиональной деятельности. Теоретическими посылами к организации экспериментального констатирующего этапа исследования служили труды и подходы отечественных ученых: В. Н. Дружинина, Т. А. Назарова, Д. Я. Райгородского и др., ценностью которых являются как широта так и адаптированность их методик [5; 19].

В своем исследовании мы исходили из представления о следующей структуре понятия «личностная компетентность». В данном исследовании мы обратились к изучению «азов» личностной компетентности: профессиональной грамотности и коммуникативной компетентности. Нами также была поставлена задача: изучить в общей системе ценностных ориентаций место тех ценностей, которые связаны с направленностью на других людей и себя самого.

Для решения поставленных в исследовании задач использовались методы сбора эмпирических данных:

– анкетирование;

– методика исследования социального интеллекта Дж. Гилфорда и М. Салливена (адаптация Е. С. Михайловой-Алешиной) [15];

– методика оценки эмоционального интеллекта Н. Холла в адаптации Е. П. Ильина (опросник EQ) (Е. П. Ильин. Эмоции и чувства Питер, 2011);

– методика Н. Холла предложена для выявления способности понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях и управлять эмоциональной сферой на основе принятия решений. Она состоит из 30 утверждений и содержит 5 шкал: 1) эмоциональная осведомленность; 2) управление эмоциями (скорее это эмоциональная отходчивость, эмоциональная неригидность); 3) самомотивация [26].

Основываясь на определениях культуры, принятых современной отечественной культурологией (См. раздел 1) и данных научных работ [8; 18], мы рассматриваем понятие «коммуникативная культура» как системное и многокомпонентное.

Например, изучался один из компонентов коммуникативной культуры – компетентность в общении или коммуникативность.

В условиях современного динамичного развития общества конкурентоспособность личности на рынке труда определяется не только опытом работы или теоретическими познаниями в своей предметной области, но и умением правильно «подать себя» на всех этапах работы в компании, способностью ориентироваться в различных ситуациях общения, устанавливать и поддерживать необходимые контакты с коллегами и деловыми партнерами. Все перечисленное обуславливает актуальность исследования коммуникативной компетентности личности как существенного фактора, определяющего способность к публичному выступлению, дискуссии, ведению переговоров, совещанию, презентации, разрешению производственных конфликтов и т.д. Поэтому в процессе подготовки специалиста в любой профессиональной области (технической или гуманитарной) возникает необходимость формирования коммуникативной компетентности как важного личностного фактора будущего профессионального успеха.

Мы исходили из определения коммуникативной компетентности, данного Т. Гордоном: «Это умение выйти из любой ситуации, не потеряв ни грамма внутренней свободы, и в то же время, не дав ее потерять партнеру по общению». Именно этот аспект коммуникативной компетентности мы изучали с помощью теста П. Якубовски. Тест состоит из 60 ситуаций, и на основе их оказывается 10 групп коммуникативных умений. Все ответы разделялись на 3 типа: «зависимое поведение», «уверенное компетентное поведение» и «агрессивное поведение».

Социальная зрелость – это социально-психологическая свобода, умение держать себя в рамках социальных и культурных норм. Человеческие нормы связаны с нормальностью социального поведения, функциями ролей, социальными ожиданиями и т.д. В то же время усвоение норм связано с наследованием социальной культуры: предрассудков, проявляющихся в сознании, подсознании и поведении, стереотипов психологии человека. Второй способ заключается в выявлении норм поведения с помощью методики «Исследование общих эмпатических тенденций».

Ценностно-смысловой компонент личностной компетентности представляет собой совокупность личностно значимых и личностно ценных стремлений, идеалов, убеждений, взглядов, позиций, отношений, верований в области психики человека, его деятельности, взаимоотношений с окружающими и т.д. Ценность норматива, в отличие от нормы, предполагает выбор. Для этого мы взяли модифицированный вариант методики Е. Фанталовой.

В исследовании приняли участие студенты 2, 3 и 4 курсов Луганского государственного педагогического университета института истории, международных отношений и социально-политических наук (кафедра «Социальной работы» – гуманитарное направление подготовки) и студенты 1, 2, 3 и 4 Луганского государственного университета им. В. Даля института технологий и инженерной механики (кафедра «Материаловедение» – техническое направление подготовки).

Выборку составили 60 человек – 29 (7 юношей и 22 девушки) и 31 (26 юношей и 5 девушек) соответственно по кафедрам. Возраст испытуемых составил от 18 до 27 лет (средний – 19,77 лет). Констатирующий этап исследования проводился в сентябре-октябре 2022 года, 2022-2023 учебный год был временем формирующего его этапа, а март-апрель 2023 года – время изучения результатов формирующего эксперимента в экспериментальной и контрольной группах. Анкетирование и тестирование проводилось во время, отведенное на проведение кураторских часов, без внешнего воздействия.

Процедура исследования начиналась с опроса испытуемых, и респондентам лично выдавались анкеты для индивидуального заполнения. Результаты количественной обработки были занесены в базу данных и обработаны с использованием математических и статистических методов. Затем мы качественно интерпретировали полученные результаты и сформулировали выводы.

Для математического представления данных, полученных по результатам диагностики испытуемого, использовались показатели средних арифметических значений. Располагая этими данными, мы смогли дать более подробное описание темы различных степеней гармонии в психологической культуре.

Социальная зрелость означает владение знаниями, правилами, представлениями, нормативами в сфере общения, поведения, психической деятельности. Для диагностики социальной зрелости использовался специально разработанный тест «Понятие». Тест составлен на основе представлений о том, какой уровень осведомленности, представлений, знаний (жизненных и научных) должен быть у студентов в зависимости от дальнейшей профессиональной деятельности, как составляющая его базовой социальной зрелости. В целом, дали правильные ответы 55,4% студентов.

Представим распределение результатов, полученных по отдельным субтестам. Качественный анализ исходного уровня личностной компетентности студентов показал, что только 15%

студентов технических специальностей и 37% студентов, обучающихся социальной работе, имеют опыт, связанный с компонентами сопротивления: личностной компетентностью, коммуникативностью и социальной зрелостью (образование, коучинг, консультирование). На самом деле они не различают эти понятия. В то же время студенты проявляют достаточно выраженный интерес к области социально-психологических наук, который удовлетворяется лишь частично (23%) или в незначительной степени (18%).

Около 85% студентов отметили различные проблемы, связанные с общением, взаимоотношениями, отношением к себе, восприятием других и самого себя и т.д.

Для измерения уровня коммуникативных навыков испытуемых была предложена и применена методика диагностики оценки самоконтроля в общении М. Снайдера.

Согласно анализу результатов диагностики, большинство испытуемых – 28,3% (33,3% и 23,3% соответственно) имеют высокий уровень, 40% (53,3% и 23,3% соответственно) имеют средний уровень, а 31,7% (13,3% и 53,3% соответственно) имеют низкий уровень. В то же время большинство испытуемых (38,3%) отличаются высоким уровнем гармоничности в реализации стремлений, 28,3% – средним и 33,4% – низким. Предлагаемый показатель позволяет определить способность к общению (взаимодействию) или степень гармоничности коммуникативности. 30% испытуемых были отнесены к высокому уровню гармонии, 31,7% – к среднему уровню и 38,3% – к низкому уровню гармоничности взаимоотношений с окружающими.

Социальный интеллект выступает системообразующим фактором социальной зрелости. При этом очевидно, что структурные и содержательные компоненты социального интеллекта будущих специалистов с различной степенью гармоничности, составляющих социальной зрелости, различны.

С помощью методики оценки эмоционального интеллекта Н. Холла в адаптации Е. Ильина была определена возможность

будущих специалистов эффективно действовать в эмоциональном контексте.

Максимальные показатели шкал методики, включая показатель интегративного уровня социальной зрелости, принадлежат группе будущих специалистов с высоким уровнем социального интеллекта. При этом значения интегративного уровня социальной зрелости в группах испытуемых с высоким и средне развитым социальным интеллектом составляют $66,52 \pm 3,30$ и $48,95 \pm 4,06$ соответственно, что соответствует среднему диапазону значений (от 40 до 69) по нормам методики.

Внутри группы будущих специалистов с высоким уровнем социальной зрелости наибольшие значения наблюдаются по шкалам «управление своими эмоциями» ($15,61 \pm 1,41$), «самотивация» ($15,13 \pm 1,36$) и «эмпатия» ($14,39 \pm 1,61$), наименьшие – по шкалам «эмоциональное восприятие» ($11,13 \pm 1,68$) и «распознавание эмоций других людей» ($10,27 \pm 1,62$). Это свидетельствует о том, что членам данной группы, прежде всего, свойственно желание добиться чего-либо, основанное на внутренних убеждениях человека, но при этом у них отмечается сдержанное поведение. Это говорит о взаимосвязи всех трех компонентов резильентности: личностной компетентности, социальной зрелости и коммуникативности (гармонии в отношениях).

В группе будущих специалистов со средним уровнем социальной зрелости наиболее выражены такие изучаемые показатели, как «самотивация» ($11,00 \pm 1,17$), «эмпатия» ($10,53 \pm 1,09$) и «эмоциональное восприятие» ($10,26 \pm 2,00$), характеризующиеся стремлением в первую очередь произвольно контролировать собственные эмоции и понимать чувства и переживаний других людей.

В группе испытуемых с низкой социальной зрелостью показатель уровня интеграции эмоционального интеллекта ($36,53 = 1,34$) имеет значение ниже среднего по сравнению с нормами методики. В этой группе наиболее важными показателями социальной зрелости являются «эмоциональная регуляция» ($7,94 \pm 1,00$), «эмпатия» ($7,94 \pm 0,99$) и «эмоциональное

восприятие» ($7,94 \pm 0,73$). Испытуемым из этой группы труднее справляться с негативными эмоциями, дольше испытывать проблемы, дольше цепляться за негативные переживания и иметь менее развитые навыки управления эмоциями.

Сравнение полученных данных с помощью U-критерия Манна-Уитни выявило достоверные различия в показателях испытуемых с высоким и низким уровнями развития психологической культуры по всем шкалам методики: «эмоциональная регуляция» ($U_{\text{эмп}}=6$; $p \leq 0,01$), «управление своими эмоциями» ($U_{\text{эмп}}=0$; $p \leq 0,01$), «самотивация» ($U_{\text{эмп}}=0$; $p \leq 0,01$), «эмпатия» ($U_{\text{эмп}}=0$; $p \leq 0,01$), «распознавание эмоций других людей» ($U_{\text{эмп}}=3$; $p \leq 0,01$). Интегративный уровень эмоционального интеллекта в группе испытуемых с высокой социальной зрелостью также значительно выше, чем в группе испытуемых с низкой социальной зрелостью, что свидетельствует о том, что уровень эмоционального интеллекта будущих специалистов с высокоразвитой социальной зрелостью значительно выше.

Общий показатель степени эмоциональной эмпатии определяется суммой всех реакций и колеблется от 0 до 33 баллов. При анализе данных количество показателей и сходств в диапазоне от 28 до 33 баллов оценивается при высоком уровне эмоциональной эмпатии, в диапазоне от 21 до 27 баллов, в среднем в диапазоне от 14 до 20 баллов, низком.

Коммуникативная компетентность является одной из составляющих психологической компетентности человека.

Мы исходили из определения коммуникативной компетентности, данного Т. Гордоном: «Это умение выйти из любой ситуации, не потеряв ни грамма внутренней свободы и в то же время, не дав ее потерять партнеру по общению». Именно этот ее аспект мы изучали с помощью теста П. Якубовски.

Тест состоит из 60 ситуаций, и на их основе оказывается 10 групп коммуникативных умений (они перечислены в таблице 3.1). Все ответы разделялись на 3 типа: «зависимое поведение», «уверенное социально-компетентное поведение» и «агрессивное поведение». Охарактеризуем их сформированность у студентов

социальной работы и студентов других (технических) специальностей. Результаты обследования представлены в таблице 3.1.

Таблица 3.1
Результат исследования коммуникативной компетентности студентов

№	Наименование направлений	Процент правильных ответов
1	Профиль «социальная работа»	64,55
2	Другой профиль	51,00
5	Вся выборка	57,75

Рассмотрим сформированность отдельных коммуникативных умений приведенных в таблице 3.2.

Таблица 3.2
Сформированность коммуникативных компетенций студентов

Перечень коммуникативных умений		Процент правильных ответов		
		СР	ТП	общее
1	Умение подавать и принимать знаки внимания	83,3	63,3	73,3
2	Реагирование на справедливую критику	66,7	50,00	58,4
3	Реагирование на несправедливую критику	43,3	43,3	43,3
4	Реагирование на провокационное поведение	53,3	50,0	51,15
5	Умение обратиться с просьбой	73,3	63,3	68,3
6	Умение сказать «НЕТ»	73,3	46,7	60,0
7	Умение оказать поддержку и сочувствие другому	60,0	50,0	55,0
8	Умение принять поддержку и сочувствие другого	53,3	50,0	51,15
9	Умение налаживания контактов с другим	70,0	50,0	60,0
10	Реагирование на попытку контакта	70,0	43,3	56,7
Средние показатели		64,55	51,0	57,75

Как видно из таблицы 3.2. умением оказывать и принимать знаки внимания владеет большинство студентов (73,3). Будущие

социальные работники показывают подавляюще превосходящий процент уверенно правильных ответов в этой ситуации. Очевидно, что в их окружении, когда их хвалят и уважают, стереотипной реакцией является спокойное «спасибо».

Студенты знают, как реагировать на честную критику. Две ситуации, включенные в блок (вопрос 4.13), показали преимущество уверенного правильного ответа – 58,4% студентов, поэтому мы можем сказать, что критическая ситуация, которую они считают справедливой, не рассматривается ими как проблема.

Реакция на справедливую критику. В данном случае мы можем говорить об отсутствии навыков общения в подобных ситуациях (вопросы 3 и 9). Ни на один из вопросов правильный ответ не превалирует над неправильным. Наиболее распространенная реакция – агрессия. В то же время агрессивное поведение является доминирующим ответом на вопрос 3. При ответе на вопрос 9 в большей степени преобладает зависимая реакция.

Отсутствует преобладание уверенного поведения и в том случае, когда речь идет о группе ситуаций, названных «задевает» (вопрос 5, 14, 15, 23, 24). Наиболее выраженной реакцией в юношеской среде в ситуациях отмеченного типа является зависимое поведение. В трех случаях (вопросы 5, 23, 24) преобладают агрессивные реакции. И только при ответе на 14 вопрос можно констатировать уверенный тип реагирования.

Еще одна ситуация, которая демонстрирует коммуникативную компетентность, – «умение просить». Компетентные правильные ответы были получены на вопрос 6 (68,3% студентов), хотя ответы на вопросы 16 в большей степени характеризуются зависимым поведением (53,3%) – при 50% уверенных реакций.

В группе ситуаций «умение ответить отказом» вновь преобладает уверенный тип реагирования. Так, для вопроса 10 – это 53,3%, для вопроса 25 – 63,3%. Однако при ответах на вопросы 17 преобладающей реакцией является зависимая, неуверенная.

Умение самому оказать сочувствие, поддержку другим. Преобладающей реакцией в этом случае является уверенно компетентное поведение, хотя отмечается преобладание агрессивных ответов на вопрос 7: «Вы знаете, что кто-то чувствует себя расстроенным. Обычно в таких случаях Вы ...» – 45% (уверенное поведение – 32%). На вопрос 20: «Вы видите человека, споткнувшегося и падающего. В таких ситуациях Вы ...» преобладают зависимые реакции – 43% (правильные реакции встречаются при этом в 40% ответов школьников). При ответах на вопросы 22 преобладает уверенное поведение (53,3%).

Умение самому принимать сочувствие и поддержку других. В среднем этот навык находится на более низком уровне у будущих социальных работников. В обоих вопросах доминирующим типом поведения является ложный зависимый ответ. Все же компетентных ответов значительно больше среди специалистов в области социальных наук, чем среди других.

Вступление в контакт. В данном случае можно сказать, что соответствующие навыки у обучающихся не сформированы. Основным типом реакции является зависимое поведение. В ответах на вопрос 18 преобладают компетентные ответы – 60%. Однако во втором вопросе этого блока (вопрос 26) преобладает опасное зависимое поведение (53,3% ответов).

Реакция на попытки других людей (коллег) связаться с испытуемыми. От этого типа взаимодействия зависит сдерживающее поведение. Это, в свою очередь, указывает на то, что соответствующие навыки у студентов другой, не социальной направленности, менее развиты. В вопросе 19 преобладание уверенных компетентных ответов составило 53,3%. При ответе на вопрос 27 преобладает явно неопределенный зависимый ответ – 56,6%.

Таким образом, коммуникативные навыки студентов – будущих социальных работников – превосходили другие специальности. Способность реагировать на несправедливую критику, чувствовать, как она влияет, реагировать на провокационное поведение менее выражена у будущих

социальных работников и у других студентов. Высокие результаты студентов, изучающих социальную работу, можно объяснить тем, что на производственной практике им уже пришлось испытать оценивающее отношение к их поведению в профессиональном общении.

Модифицированная версия методики Панталовой была использована для изучения ценностной ориентации личности будущих специалистов. Процедура диагностики направленности отдельных значений основана на методе парного сравнения (частный случай многомерного шкалирования). Испытуемые были представлены парами для сравнения 17 сфер жизни, и они должны были выразить ценностные установки в каждой области. Полученные результаты представлены в таблице 3.3.

Таблица 3.3

Ранговые места жизненных сфер («по значимости»)

№	Список жизненных сфер	Социальная работа	Технический профиль	общая
1	Здоровье	83,3	66,7	65,0
2	Общение	66,7	50,00	58,35
3	Высокий социальный статус	66,7	73,3	70,0
4	Создание семьи	83,3	83,3	83,3
5	Активность для достижения позитивных изменений в обществе	73,3	56,7	65,0
6	Познание нового в мире, природе, человеке	73,3	66,7	70,0
7	Помощь и милосердие другим людям	73,3	56,7	65,0
8	Высокое материальное благосостояние	53,3	56,7	55,0
9	Получение высокого образования	60,0	56,7	58,35
10	Вера в Бога	66,7	43,3	55,0
11	Приятное времяпрепровождение, отдых	50,0	56,7	53,35
12	Полная самореализация	83,3	66,7	73,7
13	Поиск и наслаждение прекрасным	66,7	50,0	63,35

Продолжение Таблица 3.3

14	Любовь	83,3	83,3	83,3
15	Признание и уважение людей	66,7	66,7	66,7
16	Интересная работа	66,7	50,0	58,7
17	Свобода как независимость в поступках и действиях	83,3	66,7	75,0

Согласно таблице 3.3. можно проследить специфику ценностных ориентаций у студентов разных профилей.

В целом по студентам социального профиля наиболее значимыми областями является «здоровье», «создание семьи», «полная самореализация», «свобода как независимость в поступках и действиях» и «любовь». Незначимыми ценностями являются «вера в Бога», «общественная активность», «высокий социальный статус и управление людьми». Низкий ранг имеет и ценность «приятное времяпрепровождение, отдых».

У студентов других профилей значимыми областями являются «любовь», «создание семьи», «высокий социальный статус», «признание и уважение людей». Менее значимыми являются «активность для достижения позитивных изменений в обществе», «вера в Бога», «поиск и наслаждение прекрасным».

Итак, можно отметить, что существует специфика ценностных ориентаций в зависимости от профиля образования. Социальные работники высоко оценивают сферу «здоровье», тогда как у студентов других специальностей (музыканты) высоко оценивается признание и уважение людей. Общими для всех студентов значимыми ценностями являются «любовь» и «семья».

Вообще, у всех студентов наиболее значимыми оказались следующие ценности: «любовь», «создание семьи» и «здоровье». А такие ценности, как «вера в Бога», «высокий социальный статус» и «общественная активность», оказались непопулярными в студенческой среде.

В целом сформированность резильентности у будущих специалистов в высшей школе сформирована на среднем уровне. У студентов, обучающихся по специальности «Социальная

работа» он выше, чем у других. У студентов отмечается частичная общность ценностных ориентаций, что, очевидно, свойственно юношескому возрасту в целом.

3.2. Методологическая основа программы формирования резильентности у будущих социальных работников в высшей школе

Исходя из вышесказанного, актуальной проблемой на сегодняшний день является поиск методов и средств повышения психологической культуры будущих специалистов как субъектов образовательного процесса.

Образовательная среда вуза предоставляет большое количество возможностей для развития психологической культуры студентов как внутри учебного процесса, так и вне его.

Методологическая основа реализации задач и ее формирования заложена в философских, психологических и педагогических концепциях Л. Выготского (теория культурно-исторического развития человека), С. Рубинштейна (принцип единства сознания и деятельности), А. Леонтьева (положение о развитии через деятельность), Б. Ломова (принцип системности), А. Асмолова (идеи «изменяющегося человека в изменяющемся мире», жизни в мире неопределённости), Л. Деминой, Н. Лужбиной (общепсихологический контекст психологической культуры), А. Панфиловой (интерактивные технологии в образовании), Г. Балла, К. Роджерса (основы гуманистического подхода в психологии и образовании), Р. Мэя (идеи «духовной напряжённости» и «мужества творить»), Э. де Боно (методы развития нестандартного мышления).

Работы научного сообщества студентов Луганского государственного педагогического университета, которые показывают доказанные результаты по формированию резильентности, опираются на методы для развития ее компонентов: интерактивного – тренинг командообразования,

игры-симуляции, ролевые игры, игровое проектирование, метод инсценировки, мастер-класс [11]; креативного – тренинг креативности [4], мозговой штурм, творческая мастерская, эвристические техники интенсивного генерирования идей и принятия решений [6], креативные методы [3]; когнитивного – лекция, деловая игра, интеллект-карта, кейс-метод [25]; ценностно-смыслового – тренинг, традиционный анализ конкретных ситуаций, групповая дискуссия [23], техники работы с ценностями [29]; рефлексивного – метод рефлексии, групповая дискуссия, видеотренинг [16], философский тренинг [9].

Социальная работа помогает выстроить жизненный путь и процесс самореализации, гармонизирует характер студентов и жизнь, а также способствует стремлению найти оптимальный уровень принятия самого себя, людей и мира в целом. В ходе обучения у студентов есть возможность познакомиться друг с другом. Активизация культурных и коммуникативных устремлений участников, изучение и развитие их личностной компетентности и характера; учит их познавать себя и творчески развиваться; формирует отношение к самопознанию; формирует навыки психологической регуляции в общении; активизирует стремление гармонизировать свою жизнь в процессе самообразования по личностной компетентности.

Все эти задачи в совокупности следует считать комплексными, поскольку только глобальное воздействие на характер учащегося может привести к постоянным изменениям или интегрированным личностным качествам, в нашем случае к формированию резильентности. Тренинговая программа по формированию резильентности у студентов по направлению обучения «Социальная работа» рассчитана на 12 занятий общей продолжительностью 24 часа. В тренинге используются интерактивные методы преподавания: обсуждение прочитанного, игра, дискуссия, медитация, имитация и моделирование ситуаций, методы проекции и рисования, методы самоподготовки, деловые игры, элементы хатха-йоги, дыхательные упражнения.

Во время мастер-классов, проводимых приглашенными экспертами, будущие социальные работники приобретают практические навыки и умения, в частности, применяют методы межличностного влияния, методы психологической защиты от манипуляций, техники самовыражения и саморегуляции, техники командообразования, техники предотвращения и разрешения межличностных конфликтов, техники слушания и понимание других, методы коррекции (арт-терапия, ассимиляционная терапия, иппотерапия) и т.д. Это, безусловно, способствует формированию практических составляющих резильентности будущего социального работника. Встречи студентов с православными служителями для развития смысловой составляющей ценностей личностной компетентности и социальной зрелости определяемой тем, какое место в системе высоких нравственных ценностей человека, которые кажутся нам очень важными, занимают другие.

Целью развития проекта является внедрение развивающих образовательных программ в учебный план университета, возможно, в рамках преподавания таких направлений, как «Психология личностного развития», «Введение в профессию», «Теория социальной работы», «Технологии социальной работы», «Работа с разными группами клиентов» и др.

В дополнение к проверенным методам, работа по формированию коммуникативной культуры [74], поскольку это компонент, составляющий резильентность студента.

В основе волонтерского движения лежит аксиологическая концепция уважения и безусловного принятия личности. Структура волонтерской деятельности представляет собой две взаимосвязанных стороны – практическую и духовную. Практическая деятельность студентов направлена на оказание помощи, коррекцию поведения, проведение различных мероприятий для разных категорий людей. Основу духовной деятельности составляют культурные ценности. Именно они формируют отношения студентов к явлениям окружающего мира, способствуют эффективному самоопределению и самореализации, планирование будущей профессиональной

деятельности, т.е. происходит развитие личностной компетентности, социальной зрелости и коммуникативности студентов – будущих социальных работников. Можно заключить, что участие в волонтерском движении является важным показателем усвоения студентом элементов личностной компетентности, социальных норм и ценностей, на основе которых формируются профессионально важные качества личности, а также такое интегративное личностное качество, как резильентность.

Методами и формами реализации, используемыми в работе волонтерского движения, являются: организация и проведение внеурочных мероприятий – занятий по формированию коммуникативных навыков, групповых и индивидуальных занятий народным и декоративно-прикладным творчеством, социально-психологических тренингов, проведение тематических, деловых, имитационных и дидактических игр и занятий. Одним из приоритетных направлений является непрерывное, комплексное социально-психологическое сопровождение детей, оказавшихся в конфликте с законом на стадиях досудебного, судебного и постсудебного процесса. Реализуется социально-психологическая работа с несовершеннолетними правонарушителями и их семьями на основе инновационных ювенальных технологий: кейс-менеджмент; методика непрерывного индивидуального сопровождения несовершеннолетних, совершивших асоциальные проступки, правонарушения и преступления; тренинговая работа с подростками и родителями с арттерапевтическим эффектом (тренинг развития личностных качеств, тренинг гармонизации детско-родительских отношений, тренинг коммуникативной компетенции).

В психолого-педагогической литературе описаны различные способы формирования компонентов интегрированного личностного качества студентов вуза – резильентности. Интересным и эффективным средством являются мультимедиа технологии, под которыми мы понимаем

совокупность технологий позволяющих с использованием технических и программных средств мультимедиа продуцировать, обрабатывать, хранить, передавать информацию, представленную в различных форматах с использованием интерактивного программного обеспечения.

Синема-технология представляет собой один из видов мультимедиа технологий [24], рассматривает cinema-технологии как педагогические технологии, направленные на создание нового образа в сознании студентов и других участников образовательного процесса посредством произведений кинематографа. По мнению автора, cinema-технологии – это способ объединения участников образовательного процесса для совместной деятельности, в ходе которой осуществляется поиск общих социальных смыслов, предупреждение возможных ошибок человеческой деятельности, прогнозирование вариантов действий в той или иной ситуации, поиск себя в сюжетах, представленных из жизни. Cinema-технология, как неотъемлемое средство воспитания, нацелена на создание общности, совместности, развития творчества в жизни студентов, взаимодействия и сотрудничества между ними и преподавателями, в процессе которого происходит становление личностной компетентности каждого. Как средство формирования резильентности синема-технология представляет собой определенную систему психолого-педагогических действий, направленных на развитие культуры восприятия кино; повышение уровня развития эстетического вкуса, любознательности, коммуникативных и организаторских способностей; укрепление сотрудничества, в процессе которого происходит становление новых способов социального взаимодействия. Благодаря синема-технологии можно создать источник живого и непринуждённого обмена жизненным опытом представителей разных поколений; примерить на себя линию поведения героев и антигероев того или иного сюжета.

Интересной формой работы является создание синема-группы, в которой студенты имеют возможность организовать просмотры фильмов, обсуждение проблем, представленных в

фильмах. Перед студентами – будущими социальными работниками открывается возможность учиться замечать детали, составлять характерный портрет, создавать художественные образы, символы, обобщать важное и в текстах, и в интервью.

Анализируя позиции разных авторов (фотокросс), можно сделать вывод о том, что воплощая новый образ в сознании человека, обозначенные выше технологии, представляют возможность развивать важнейшие компоненты резильентности будущих социальных работников, а именно:

- понимать ценность и уникальность каждого человека;
- желание и способность понять основные характеристики себя и других людей, чтобы определить объективный смысл поведения и настроения;
- умение понимать окружающих вас людей, уважать интересы, склонности, привычки людей, обращать внимание на их чувства и переживания;
- способность адекватно реагировать на возможные противоречия в отношениях;
- способность контролировать себя в различных ситуациях может быть ограничена в выражении эмоций и переживаний;
- потребность и способность сохранять достоинство личности и чувства к достоинству других;
- способность сопереживать;
- способность творчески подходить к решению сложных социальных задач и т.д.

Данные технологии позволяют интегрировать учебную, внеучебную и научную деятельность студентов.

Креативный подход к организации образовательного процесса не только развивает первоначальный творческий потенциал каждого студента на всех уровнях обучения, но и предоставляет возможность сформировать потребность в большем самопознании, творческом развитии личности и объективной самооценке. Вопросы высшего профессионального образования вызывают креативные групповые, парные и индивидуальные формы работы. Использование импровизированных театральных приемов поможет избавиться

от страха неудачи. С лету, без специального обучения, каждый студент не может стать актером и принять незавершенное эфемерное творение в неочищенной форме, с ошибками, импровизированными событиями, забавными ситуациями, но в этом процессе он получит бесценный жизненный опыт общения и решения собственных проблем.

Все неудачи участников импровизированной сцены оправданы заранее экспромтом:

- никто не готовился к игре;
- никто не знал, какая у него роль;
- никто из актёров не является актёром, поэтому его поведение свободно, он лишь очерчивает действие персонажа и от него не требуется актёрское мастерство.

Методика организации театра-экспромта предельно проста. Составляется текст для «голоса за кадром», обычно сказочный, психологический, детективный так, чтобы на сцене развертывались занимательные события. Потом фиксируются все персонажи представления, они обозначаются на карточках. Эти карточки распределяются среди пришедших на спектакль участников, и они тут же приглашаются за кулисы. Голос за кадром сообщает, какие действия совершают герои, актеры появляются из-за кулис и исполняют все, о чем сообщает «голос за кадром». В пьесе должно быть много действий, сменяющихся одно другим, чтобы поворот событий был неожиданным и, в итоге, веселым и чуть смешным. Сюжет не должен быть известен ни участникам, ни зрителям. Ведущий спектакля («голос за кадром») по окончании представления должен сделать все возможное, чтобы у каждого участника вызвать чувство удовлетворения своей актерской работой, а у всех зрителей – желание выйти на сцену [24]. Итоговый этап – подведение итогов реализации методики, диагностика произошедших изменений в показателях креативности как компонента личностной компетентности, коммуникативности и социальной зрелости у студентов.

Один из методов развития резильентности – кинотренинг. Это разновидность тренингового занятия, в процессе которого

происходит просмотр фильма или отдельных его видеосюжетов с последующим обсуждением. Кинофильм способствует не только переживанию каких-либо эмоциональных реакций, но и развитию социальной зрелости зрителя за счет того, что участники получают возможность анализировать свою жизненную ситуацию через посредника, в роли которого выступает киноперсонаж. А. Трусь предлагает использовать две технологии реализации данного метода. Первая из них – технология «стоп-кадр», в ходе которой тренер останавливает просмотр фильма в определенном месте для совместного анализа материала «в большом кругу». Вторая технология включает в себя 3 этапа:

1. Подготовительный. На этом этапе тренер сообщает правила и процедуру предстоящей деятельности, объявляет регламент работы и организует рабочее пространство.

2. Реализация. Данный этап заключается в просмотре соответствующего видеосюжета.

3. Обсуждение фильма или его сюжетов, и получение «сухих остатков». Обсуждение видеосюжета может происходить сначала в малых группах, потом – в «большом кругу». После дискуссии тренер «перебрасывает мостик» из просмотренной и проанализированной ситуации в реальную практику участников тренинга [24].

Другой способ развить резильентность – это метафорические карточки-ассоциации, что представляет собой набор изображений в формате игральных карт. На картах изображены люди, пейзажи, животные, предметы и жизненные ситуации. Почему при изучении тем, связанных с человеком, изображение помещается в тот или иной контекст, в результате чего получают различные значения и возможные смысловые нагрузки [1]. Метафорические карты оказывают различное воздействие:

- создают атмосферу доверия и безопасности;
- развивают самосознание и общение с другими;
- помогают найти выход из сложной ситуации;

- способствуют быстрому личностному росту и активизируют творческие способности;
- помогают эффективно преодолевать стрессовые состояния.

Основой формирования резильентности является создание образовательной среды, ориентированной на сотрудничество преподавателей и будущих специалистов, результатами чего должны стать межкультурные компетенции, общекультурные компетенции, информационные компетенции, профессиональные компетенции, коммуникативные компетенции, в совокупности влияющие на формирование личностной компетентности, коммуникативной компетентности и социальной зрелости, что составляет резильентность. Чтобы научиться использовать инновационные технологии в процессе профессиональной деятельности в будущем, надо приобщаться к творческому решению наиболее сложных профессиональных задач уже во время обучения в вузе. Это способствует формированию навыков самостоятельного повышения квалификации, поддержанию интереса к новому и передовому на протяжении всей жизни, умению адаптироваться к переменам.

Образовательная среда, формирующая резильентность – это интерактивная модель методического разнообразия. Интерактивная образовательная среда должна быть направлена на воспитание учащихся в духе мира, терпимости и творческой активности. Образовательная среда должна опираться на определенные условия, параметры взаимодействия, формирование личностных качеств и характеристик [7]. Формирование резильентности возможно путем сосредоточения содержания образовательной среды на подготовке и умении смыслового, поведенческого контроля и мотивационной оценки будущих социальных работников в образовательной и профессиональной деятельности.

3.3. Результаты экспериментальной программы по формированию резильентности у будущих социальных работников

Формирование резильентности как личностного междисциплинарного качества студента имеет собственный социально-психологический механизм. Как было сказано выше, повышая уровень эмпатии, развивая навыки коммуникативной компетентности, уверенного поведения, повышая уровень доверительности и искренности мы имеем возможность конструктивно влиять на резильентность личности студента.

Нами предложен и в виде факультативных занятий осуществлен ряд практических упражнений на развитие умения считывать и подавать обратную связь, понимать невербальные сигналы собеседника, развитие искренности, работу с самооценкой.

С учетом поставленных в исследовании задач были использованы: теоретический материал и упражнения, адаптированные нами для тренинга коммуникативной компетентности. Целью данной программы было формирование теоретических знаний студентов об эмпатии и рефлексии, установлении обратной связи, невербальных сигналах и практических навыках, умение устанавливать и считывать обратную связь, принимать чувства другого, развивать искренность и понимание – как компонентов резильентности.

Структура занятия включала теоретическую и практическую часть. По ходу занятия проводились наблюдения за поведением студентов, обмен впечатлениями, подведение промежуточных итогов. Формирующий эксперимент проводился со студентами – социальными работниками. В качестве контрольной группы выступали студенты, не принимающие участия в формирующем эксперименте, а также студенты технических специальностей и материаловеды, у которых формирование резильентности проходило в

естественных условиях образовательной профессиональной подготовки.

Мы исходили из того, что резильентность – качество, которое имеет психологическую основу. Энн Мастен вместе с коллегами определили три вида психологической резильентности, показанных на рисунке 3.1



Рисунок 3.1. Психологическая резильентность по Э. Мастен.

Повторное измерение резильентности мы проводили испытуемым по методике «Краткая шкала резильентности (BRS)».

Краткая шкала социальной резильентности предназначена для оценки способности вернуться к нормальной жизни или восстановиться после стресса или травмирующих событий. Шкала была разработана для оценки единого конструкта социальной резильентности, который включает в себя как положительно, так и отрицательно сформулированные баллы [34].

Диапазон возможных значений по шкале сопротивления составляет от 1 (низкое сопротивление) до 5 (высокое

сопротивление). Например, вопрос №1 имеет нарастающее сопротивление:

– я довольно быстро прихожу в себя после трудных происшествий;

– совсем нет;

– чаще нет;

– сложно сказать;

– обычно да;

– почти всегда;

Что же касается вопроса №2, то здесь только на первый взгляд сопротивление проявляется в нарастающем порядке:

– мне бывает очень трудно переживать стресс и невзгоды;

– совсем нет;

– чаще нет;

– сложно сказать;

– обычно да;

– почти всегда.

Анализ результатов проведенной диагностики свидетельствует о том, что увеличение уровня социальной резильентности испытуемых незначительно произошло у студентов социальной работы (33,3% – 40 %) – имеют высокий, (53,3% – 56,7 %) – средний, (13,3 % – 3,3 %) – низкий уровень социальной резильентности, что существенно влияет на уровень резильентности как метакомпетенции. У будущих специалистов других специальностей существенных изменений не произошло.

Результаты исследования резильентности студентов отражены в таблице 3.4.

Таблица 3.4

Результат исследования резильентности студентов и фиксации осознания проблем в ней

Фаза	правильных ответов	отметили проблемы	удовлетворенность информацией
до формирующего эксперимента	57,75 (64,55–51,00)	80% (83,3–77,3)	Достаточно – 59% Частично – 23% Незначительно – 18%
после формирующего эксперимента	59,29 (67,33–51,00)	80% (86,7–73,3)	Достаточно – 32% Частично – 48% Незначительно – 20%

Как видно из таблицы 3.4, в целом у студентов выросло число правильных ответов. Вместе с тем позитивная динамика социальной зрелости студентов наблюдается у студентов социальной работы, принявших участие в формирующем эксперименте. В контрольной группе студентов других специальностей динамика имеет неустойчивые результаты. Обращает на себя внимание тот факт, что при объективном росте социальной зрелости у студентов социальной работы увеличилось ощущение наличия нерешенных для себя вопросов, связанных с ней, а у студентов других специальностей – снизилось. Это может говорить об углублении понимания роли резильентности и необходимости овладения ею у будущих социальных работников.

Об изменениях коммуникативных умений по результатам формирующего эксперимента можно судить по результатам, приведенным в таблице 3.5.

Таблица 3.5

Сформированность отдельных коммуникативных умений студентов до и после формирующего эксперимента

Перечень коммуникативных умений		Социальная работа		Другие специальности	
		до	после	до	после
1	Умение подавать и принимать знаки внимания	83,3	84,9	63,3	60,0

Продолжение Таблица 3.5

2	Реагирование на справедливую критику	66,7	70,0	50,0	50,0
3	Реагирование на несправедливую критику	43,35	0,0	43,3	46,6
4	Реагирование на провокационное поведение	53,3	60,0	50,0	46,6
5	Умение обратиться с просьбой	73,3	73,3	63,3	63,3
6	Умение сказать «НЕТ»	73,3	66,7	46,7	50,0
7	Умение оказать поддержку и сочувствие другому	60,0	66,7	50,0	46,7
8	Умение принять поддержку и сочувствие другому	53,3	56,7	50,0	50,0
9	Умение налаживания контактов с другим	73,3	84,9	50,0	50,0
10	Реагирование на попытку контакта	70,0	73,3	43,3	46,7
Средние показатели		64,69	63,63	51,0	51,0

Следует отметить, что на средние показатели оказывает влияние показатель «Реагирование на несправедливую критику», имеющий обратное значение. Как видно из таблицы 3.5, остальные показатели выросли, но значительнее они у студентов социальной работы, которые были участниками экспериментальной группы. Позитивные результаты получены по показателям:

- реагирование на несправедливую критику;
- реагирование на провокационное поведение;
- умение оказать поддержку и сочувствие другому;
- реагирование на справедливую критику.

Снижение по показателю «Умение сказать «НЕТ»» – можно также характеризовать как положительное, ибо в комментариях к этому ответу респонденты отмечают, что перед тем как ответить нет – нужно продумать возможности компромисса.

Изменения в группе студентов, не принимающих участия в формирующем эксперименте, в численном приросте позитивные ответы в абсолютных числах не превышают одного студента.

Общий итоговый показатель степени выраженности эмоциональной эмпатии определяется суммой всех ответов и располагается в диапазоне от 0 до 33 баллов. При анализе данных количество совпадений с ключом в пределах 28–33 баллов оценивается как высокий уровень эмоциональной эмпатии, в пределах 21–27 баллов – как средний, в пределах 14–20 баллов – как низкий.

Результаты исследования ценностных ориентаций личности студента, представленные после формирующего эксперимента, показаны в таблице 3.6.

Таблица 3.6

Ранговые места жизненных сфер («по значимости»)

№	Список жизненных сфер	Социальная работа		Материаловедение	
		до	после	до	после
1	Здоровье	82,3	80,0	65,0	78,1
2	Общение	67,4	70,3	50,0	78,2
3	Высокий социальный статус	44,9	57,0	23,0	34,9
4	Создание семьи	43,8	47,3	27,6	44,3
5	Активность для достижения позитивных изменений в обществе	74,5	87,9	57,5	66,9
6	Познание нового в мире, природе, человеке	71,7	80,2	46,0	57,00
7	Помощь и милосердие другим людям	50,2	68,9	32,5	45,1
8	Высокий материальное благосостояние	54,1	58,2	19,5	34,0
9	Получение высшего образования	58,7	67,0	33,5	44,3
10	Вера в Бога	69,5	70,3	33,0	36,8
11	Приятное времяпрепровождение, отдых	61,5	67,8	40,0	45,7

Продолжение Таблица 3.6

12	полная самореализация	82,3	90,1	65,0	78,2
13	Поиск и наслаждение прекрасным	67,4	70,0	50,0	57,3
14	Любовь	44,9	56,4	23,0	34,2
15	Признание и уважение людей	43,8	66,1	27,6	56,6
16	интересная работа	74,5	56,9	57,5	66,5
17	Свобода как независимость в поступках и действиях	82,3	92,8	65,0	87,9

Проведенное нами исследование свидетельствует о том, что в условиях, когда формированию резильентности не уделяется должного внимания, ее стихийно сложившийся уровень связан с общей культурой, возможностями повышения которой у студентов высших учебных заведений профиля социальной работы больше, чем у других. Этим можно объяснить низкие результаты по резильентности студентов, значительная часть которых – студенты других специальностей.

Полученные результаты позволяют по-новому взглянуть на проблемы личностного и профессионального становления обучающихся.

Можно предположить, что различия обусловлены изменением особенностей коммуникативной компетентности личности в ходе обучения, так как высокая включенность личности в образовательную профессиональную среду, насыщенную коммуникацией «человек-машина», постепенно деформирует имеющиеся навыки и знания общения с людьми, практически их не развивает. Безусловно, полученные результаты требуют дальнейшего уточнения, но можно говорить о том, что студенты нуждаются в профилактике или даже коррекции формирования резильентности (по программам предложенного тренинга или других форм соответствующей работы). Такая работа необходима со всеми студентами высших учебных заведений, о чем свидетельствуют положительные результаты формирующего эксперимента данной работы.

Однако особое внимание надо уделить процессу формирования резильентности у будущих социальных работников, поскольку это качество является для них профессионально необходимым.

Литература к главе 3

1. Аксютинa, З. А. Метафорические ассоциативные карты: работа с метафорой / З. А. Аксютинa // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. – 2023. – №208. – С.189–199.

2. Александрова, Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии / Л. А. Александрова // Сибирская психология сегодня: сборник научных трудов. Вып. 2. – Кемерово : Кузбассвузиздат. 2004. – С. 82–90.

3. Барышева, Т. А. Психологическая структура и развитие креативности у взрослых / Т. А. Барышева. – СПб, РГПУ им. А. И. Герцена. – 2015. – 201с.

4. Глазков, А. В. Тренинг как метод развития коммуникативной компетентности сотрудников образовательной организации / А. В. Глазков, В. А. Глазков // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2017. – Том 6. – № 1А. – С. 90–99.

5. Дружинин, В. Н. Экспериментальная психология / В. Н. Дружинин. – 2-е изд., доп. – СПб. : Питер, 2002 – 320 с.

6. Ерофеев, В. К. Сценарное моделирование как технология принятия групповых решений / В. К. Ерофеев, Н. Е. Карягин, Е. Г. Ноздрина. – Астрахань : Изд-во Астраханского гос. пед. ун-та, 2013. – 146 с.

7. Кашлев, С. С. Технология интерактивного обучения : учебно-методическое пособие / С. С. Кашлев. – Москва : ИНФРА-М, 2021. – 239 с.

8. Колмогорова, Л. А. Формирование коммуникативной компетентности личности : учеб. – метод. пособ. / Л. А. Колмогорова. – Барнаул : Алт ГПУ, 2015. – 205 с.

9. Лоу, С. Философский тренинг / С. Лоу, А. Л. Никифоров. – М. : АСТ; Хранитель, – 2007. – 352 с.

10. Мальцева, Т. Е. Развитие инновационно-смысловой и функциональной роли социального работника в системе социальной защиты населения (сообщение на заседании круглого стола) / Т. Е. Мальцева // Материалы Международной конференции: «Стратегии развития системы социальной защиты населения: вопросы теории и практики», посвященного 100-летию со дня основания Далевакого университета, 20-летия подготовки специалистов по специальности «Социальная работа» и 15-летия кафедры социальной работы и организации работы с молодежью», 18 апреля 2019 года, г. Луганск; А.Г.Васюк. Развитие инновационно-функциональной роли вуза // Вестник ЛГПУ или «Образование Луганщины: теория и практика» – № 2(21), 2021. – С. 18–22.

11. Маркова, Т. Л. Феномен «профессиональная деятельность»: концептуальный анализ [Электронный ресурс] // Мир науки. Социология, филология, культурология. – 2016. – № 3. – Режим доступа: <https://sfk-mn.ru/PDF/04SFK316.pdf> – Дата обращения: 15.11.2023

12. Махмутова, Е. Н. Социально-психологический тренинг как средство формирования коммуникативной компетентности студентов-менеджеров / Е. Н. Махмутова, М. М. Андреева, Т. А. Дмитренко // Интеграция образования. – 2018. – № 1 (90), – С. 91–99.

13. Махнач, А. В. Жизнеспособность человека как предмет изучения в психологической науке / А. В. Махнач // Психологический журнал. – 2017. – Т. 38. – №4. – С. 5–16.

14. Методы социальной психологии. / под ред. Кузьмина Е.С., Семенова В.Е. – М. : ИНФРА-М. 2015. – 264с.

15. Михайлова, Е. С. Методика исследования социального интеллекта : Адаптация теста Дж. Гилфорда и М. Салливена: Руководство по использованию / Е. С. Михайлова. – СПб., ГП "ИМАТОН", 1996 – 56 стр.

16. Мотивация и рефлексия личности : теория и практика: сборник научных трудов / под ред. Е. Н. Ткач. – Хабаровск : Изд-во Тихоокеан. гос. ун-та, 2018. – 224 с.

17. Назарова, Т. А. Роль коммуникативной компетентности в учебно-профессиональной деятельности студентов – будущих социальных работников / Т. А. Назарова // Молодой ученый. – 2016. – №21. – С. 832–835.

18. Проблемы формирования профессионализма специалистов социальной работы : межвузовский сборник научных трудов / под редакцией Л. Э. Панкратовой, Л. С. Копыловой. – Екатеринбург, ФГАОУ ВПО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т»; 2012. – 309 с.

19. Райгородский, Д. Я. Энциклопедия психодиагностики. Психодиагностика персонала / Д. Я. Райгородский. – Самара : Бахрах-М, 2010. – 790 с.

20. Ремизова, К. А. Социально-психологические основы общения в социальной работе / К. А. Ремизова // Вестник университета. – 2018. – №4. – С. 159–162.

21. Рыльская, Е. А. Научные подходы к исследованию жизнеспособности человека в зарубежной психологии / Е. А. Рыльская // Теория и практика общественного развития. – 2014. – № 8. – С. 57–58.

22. Семёнов, И. Н. Рефлексия жизнедеятельности А. А. Бодалева и развития психологии общения и акмеологии выдающихся личностей / И. Н. Семёнов // Акмеология, 2015. – № 4(56) – С. 23–30.

23. Серый, А. В. Ценностно-смысловая сфера личности : учеб. пособие / А. В. Серый, М. С. Яницкий. – Кемерово : КемГУ, 2004. – 92 с.

24. Современное образование и воспитание: вызовы, возможности, перспективы». Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции «Родионовские чтения», 24 марта 2022 г. – Ч.III. – Казань : ИРО РТ; КСВУ, 2022. – 405 с.

25. Современные технологии обучения. Методическое пособие по использованию интерактивных методов в обучении /

под ред. Г. В. Борисовой., Т. Ю. Аветовой, Л. И. Косовой. – СПб. : Изд-во «Полиграф-С», 2002. – 79 с.

26. Социальная работа в современном мире : взаимодействие науки, образования и практики : материалы VII Международ. науч.-практ. конф. / под ред. О. А. Волковой, Е. И. Мозговой. – Белгород : ИД «Белгород» НИУ «БелГУ», 2015. – 460 с.

27. Стефан, В. Миссия БИСЕ. Резильентность на практике Касита – простой инструмент работы для решения сложной задачи / В. Стефан / Перевод : А. Герцик / Международное Католическое Бюро Ребенка. – Париж; Женева, 2018. – 85 с.

28. Черкашин, О. А. Сущность и структура резильентности социальной работы / О. А. Черкашин // ЧЕЛОВЕК.НАУКА.СОЦИУМ. Научно-методический журнал. – №1(13) – 2023. – Луганск : ЛГПУ. – С. 298 –315.

29. Югова, Е. А. Теоретико-методологические основания формирования смыслообразующих конструкторов здорового образа жизни студентов педагогического вуза / Е. А. Югова. – Екатеринбург, 2015. – 36 с.

30. Grodberg, E. H. Resilience for today: finding strength in adversity / E. H. Grodberg. – Westport, CT : Praeger (Ed.) – 2003.

31. Lutha, S. S. The design of resilience: an essential assessment and recommendations for future work / S. S. Lutha, D. Cicchetti, B. Becker // Child Development. – 71(3), 2000. – 543–562.

32. Maria De Las, O. P.-G. Hombrados-Mendieta. Development of resilience among students and social work professionals / O. P.-G. Maria De Las // Journal of Social Work. – June 2013. – №14(4). – P. 380–397.

33. Menezes de Lucena, V. A. Resiliencia y el modelo Burnout-Engagement en cuidadores formales de ancianos / V. A. Menezes de Lucena, B. Fernandez, L. Hernandez, F. Ramos, I. Contador // Psicothema, – 18(4), – P. 791–796.

34. Smith, B. W. The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back / B. W. Smith, J. Dalen, K. Wiggins, E. Tooley, P. Christopher, J. Bernard // International journal of behavioral medicine. – 15(3), – 2008. – 194–200.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ современного состояния научно-методической проработки проблемы формирования резильентности в отечественной и зарубежной науке показал, что резильентность – это необходимое качество личности как системной характеристики человека, позволяющей ему эффективно самоопределиться в социуме и самореализоваться в жизни, способствующей саморазвитию и успешной социальной адаптации, удовлетворенности собственной жизнью, комплекса специальных потребностей в познании себя (как личности будущего специалиста) и окружающих.

Содержание и функции резильентности находят отражение в эмоционально-волевых характеристиках личности, в особенностях произвольной саморегуляции, познавательных процессов, характеристиках сознания и самосознания будущих специалистов, а также в характеристиках таких сложных личностных образований, как личностная, коммуникативная, профессиональная, социальная компетентность. Разрешение многих социальных проблем возможно при изменении самого человека, его внутреннего мира.

Такое изменение требует от человека способности становиться и быть субъектом своей деятельности, направленной на самопреобразование, включает успех социально-профессиональной адаптации, развитие стрессоустойчивости, изменение сопротивляемости. Особенно такие изменения важны для будущих социальных работников, от которых потребуются исполнение большого круга обязанностей и действий, связанных с решением проблем в самых сложных жизненных ситуациях.

Как показывает опыт работы вузов, изучение запросов и интересов студентов, анализ существующих учебных планов, программ для высшей школы привели к осознанию того, что современное образование недостаточно касается этих проблем. Студенты практически не знают, сформирована ли у них

резильентность (ее составляющие), куда можно обратиться за помощью (несмотря на наличие у значительной части молодежи социальных, психологических и профессиональных проблем), с другой стороны, зачастую, не понимают ее будущей значимости. Они испытывают трудности при изучении вузовского «универсального» курса социальной работы, поскольку при всей его сложности освоения знаний и мотивации к его изучению, начинается он с «нулевого» уровня. Кроме того, зачастую не учитываются возрастные особенности тех, кто эту метакомпетенцию осваивает. Для того чтобы создавать полноценные условия для формирования резильентности, необходимо изучить этот феномен во всех составляющих, определить возрастные особенности и этапы ее становления. Оптимальные социально-психолого-педагогические условия формирования резильентности студента создаются в рамках компетентностного подхода организации его обучения, выделения задачи высшей школы – формирование метакомпетенций как способности формировать новые навыки и компетенции, а не только адекватно манипулировать полученными в результате образования знаниями, умениями и навыками.

Студенческий возраст рассматривается как явление, непосредственно связанное с высшей школой и возрастом (от 17 до 24 лет) тех, кто представляет основную массу студентов. Резильентность этой возрастной категории зависит не столько от возрастных особенностей, сколько от социально-профессионального определения, самостоятельности личности, выбора жизненного пути. В этом возрасте складываются мировоззрение, этические и эстетические взгляды на основе синтеза многих знаний, жизненного опыта, самостоятельных размышлений и действий, это важный период социализации человека. Студенческий возраст – сенситивный период для развития основных социогенных потенциалов человека как личности:

– формирование профессиональных, мировоззренческих и гражданских качеств будущего специалиста;

- развития профессиональных способностей и восхождение к вершинам творчества как предпосылка дальнейшего самостоятельного профессионального творчества;
- центральный период становления интеллекта и стабилизации черт характера;
- происходит преобразование мотивации и всей системы ценностных ориентаций;
- интенсивно формируются социальные ценности.

В студенческие годы молодой человек достигает не только зрелости соматической, половой и психофизиологической – он должен достичь зрелости также и как личность в опоре на личное знание, жизненный опыт, индивидуальную заинтересованность, индивидуально-творческую работу; развитие мотивации самоопределения, самопознания, саморазвития, самореализации и поддержка самостоятельности и независимости студентов в процессе обучения.

Именно поэтому для экспериментальной работы были выбраны студенты, обучающиеся на очном отделении. Благодаря методам сбора эмпирических данных выявлен выраженный у студентов интерес к области человековедения; 85% обучающихся отметили различные проблемы, связанные с общением, взаимоотношениями, самоотношением, познанием других и себя и т.д.; студенты показали преимущественно средний и низкий уровень личностной компетенции; средний диапазон значений развития коммуникативной компетентности. Общий показатель степени выраженности эмоциональной эмпатии составляет у большинства средний и низкий уровень; коммуникативная компетентность в ответах – 57,75%; лишь половина студентов знают, как нужно реагировать на критику и умеют вступить в профессиональный контакт, что свидетельствует о достаточном уровне их социальной зрелости.

Работа студенческого спортивного клуба и волонтерского отряда «Парус надежды» (как формирующее начало эксперимента) опиралась на методы развития компонентов резильентности: интерактивного – тренинг командообразования, игры-симуляции, ролевые игры, игровое проектирование, метод

инсценировки, мастер-класс и обогащенные предложенными мерами формирования компонентов резильентности демонстрируют доказанные результаты, показывают наличие достоверной позитивной динамики в развитии резильентности будущего специалиста у студентов социальной работы (ЭГ1) и достоверно не зафиксированные изменения у студентов социальной работы, не принимающих участия в формирующем эксперименте (КГ1), а также у студентов другого профиля обучения (ЭК2 и КГ2).

Следовательно, работа, проведенная нами, показывает необходимость внедрения в практику обучения социальных работников формы и методы формирования резильентности как личностного метакомпетентностного качества личности.

Список используемой литературы

1. Абдулина, О. А. Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего педагогического образования / О. А. Абдулина // Для педагогов спец. высших учебных заведений. – М. : Просвещение, 2001. – 141 с.
2. Аболин, Л. М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека / Л. М. Аболин. – Казань. : КазГУ 1987. – 262 с.
3. Аксютин, З. А. Метафорические ассоциативные карты: работа с метафорой / З. А. Аксютин // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. – 2023. – №208. – С.189–199.
4. Александрова, Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии / Л. А. Александрова // Сибирская психология сегодня: сборник научных трудов. – Выпуск 2. – Кемерово : Кузбассвузиздат. 2004. – С. 82–90.
5. Анализ современных методик управления конфликтами в организациях / З. С. Гребельник, С. В. Черномырдин, А. В. Сидорова, А. И. Демьянова, А. Д. Прохоров, В. Н. Сидоренко // Гуманитарный научный журнал. – 2022. – №3. – С. 31–33.
6. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания. (Серия: Мастера психологии). Изд. 3-е. / Б. Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2016. – 288 с.
7. Анцыферова, Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л. И. Анцыферова // Психол. журн. – 1994. – № 1. – С. 3–18.
8. Арутюнян, А. А. Стрессоустойчивость как профессиональная компетентность социального работника / А. А. Арутюнян. – Текст : прямой // Молодой ученый. – 2016. – № 15.1 (119.1). – С. 56–60.
9. Асмаковец, Е. С. Познавательная ситуация в решении проблемы психологической профилактики и коррекции

профессиональной деформации личности социального работника / Е. С. Асмаковец, С. П. Мельничкин // Социальная политика: современность и будущее: материалы междунар. научн.-практ. конф., СПб., 21 января 2010 г. Под общ. ред. В. Н. Скворцова. – СПб. : ЛГУ им. А. С. Пушкина, 2010. – С. 23–27.

10. Асмаковец, Е. С. Стрессоры специалистов в области социальной работы / Е. С. Асмаковец // [Теоретическая и экспериментальная психология](#). – 2013. – Т.6. – №3. – С.6–14.

11. Асхадуллина, Н. Н. Сущность и структура рискологической компетенции будущих учителей [Электронный ресурс] / Н. Н. Асхадуллина // Вестник ЧГПУ им. И. Я. Яковлева. – 2016. – №1 (89). – Режим доступа. – URL: <https://cyberieninka.m/artide/n/suschnost-i-struktura-riskologicheskoy-kompetentsii-buduschih-uchiteley>. – Дата обращения: 05.11.2023.

12. Барияк, И. А. Социально-психологические аспекты кризисных ситуаций / И. А. Барияк // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. – 2008. – С.123–125.

13. Бароненко, Е. А. Формирование педагогической резильентности будущих учителей в современных условиях / Е. А. Бароненко, Е. Б. Быстрой, Ю. А. Райсвих, Т. В. Штыкова, Л. А. Белова // Перспективы науки и образования. – 2021. – № 3 (51). – С. 140–154.

14. Барышева, Т. А. Психологическая структура и развитие креативности у взрослых / Т. А. Барышева. – СПб, РГПУ им. А. И. Герцена. – 2015. – 201с.

15. Бровка, Н. В. Интеграция теории и практики обучения математике как средство повышения качества подготовки студентов / Н. В. Бровка. – Минск : БГУ, 2009. – 243 с.

16. Бударина, Л. В. Теоретическое понимание феномена жизнестойкости. Основное отличие жизнестойкости от психологической резильентности и стрессоустойчивости [Электронный ресурс] / Л. В. Бударина // «Научное сообщество студентов. Междисциплинарные исследования» : Электронный сборник статей по материалам XLII студенческой

международной научно-практической конференции. – Новосибирск: Изд. АНС «СибАК». – 2018. – № 7(42). – С.320–324. – Режим доступа. – URL: [http://www.sibac.info/archive/science/7\(42\).pdf](http://www.sibac.info/archive/science/7(42).pdf). – Загл. с экрана. – Дата обращения: 20.04.2022.

17. Валиева, Ф. И. Индивидуально-личностные предпосылки резильентного поведения / Ф. И. Валиева // Вестник Северо-Осетинского государственного университета им. К. Л. Хетагурова. Общественные науки. – 2016. – № 4. – С. 97–100.

18. Валиева, Ф. И. Резилиантность: подходы, модели, концепции / Ф. И. Валиева // Вестник Санкт-Петербургского университета. – Сер. 12. – Вып.1. – С.78–86.

19. Варданян, Б. Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости / Б. Х. Варданян // Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. – М., 1983. – С. 542–543.

20. Варданян, Ю. В. Изучение психологии как источник развития субъекта профессионально-педагогической компетентности / Ю. В. Варданян // Педагогическое образование и наука. – 2008. – № 10. – С. 10–14.

21. Василенко, А. Ю. Личностные факторы профилактики эмоционального выгорания в процессе профессиональной самоактуализации / А. Ю. Василенко. – Хабаровск, 2008. – 28 с.

22. Васюк, А.Г. Новая образовательная система в высшей школе / А.Г. Васюк // Научно-методический журнал. – 2020. – № 1(3). – С.53–70.

23. Вербицкий, А.А. Активное обучение в высшей школе: контекстный подход / А.А. Вербицкий. – М. : Высш. шк., 1991. – 207 с.

24. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – М.; СПб. : 2012. – С. 443–461.

25. Вознесенская, Е. В. Дистанционное обучение – история развития и современные тенденции в образовательном пространстве [Электронный ресурс] / Е.В. Вознесенская. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/distantcionnoe->

[obuchenie-istoriya-razvitiya-i-sovremennye-tendentsii-v-obrazovatelnom-prostranstve/ viewer.](#) – Дата обращения: 11.10.2023

26. Волонтерская деятельность – Луганский государственный педагогический университет [Электронный ресурс]. – Режим доступа. – URL: <https://lgpu.org/volonterskaya-deyatelnost1.html?ysclid=lpctmp5h5c678389969>. – Дата обращения: 24.11.2023

27. Гаврин, А. С. Прогнозирование и моделирование в социальном управлении / А. С. Гаврин. – Тюмень : ТюмГНГУ, 2020. – 109 с.

28. Газиева, М. З. Современные подходы к проблеме исследования стресса и стрессоустойчивости / М. З. Газиева // Мир науки, культуры, образования. – 2018. – №3(70). – С.348–350.

29. Ганс С. Стресс без Дистресса / С. Ганс. – М. : Прогресс, 1982.

30. Глазков, А. В. Тренинг как метод развития коммуникативной компетентности сотрудников образовательной организации / А. В. Глазков, В. А. Глазков // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2017. – Том 6. – № 1А. – С. 90–99.

31. Грекова, А. А. Особенности мышления «цифрового поколения» [Электронный ресурс] / А. А. Грекова. – Режим доступа: <https://openscience.top/articles/psikhologiya/osobnostimyshleniya-predstaviteley-cifrovogo-pokoleniya>. – Дата обращения: 11.11.2023

32. Гурьянова, М. П. Теоретические основы модернизации сельской школы России / М. П. Гурьянова. – М., 2001. – 412 с.

33. Гусаков, В. Г. Человеческий капитал – главный фактор повышения конкурентоспособности : интервью с Председателем Президиума НАН Беларуси академиком Владимиром Гусаковым / В. Г. Гусаков // Наука и инновации. – 2018. – № 1. – С. 4–9.

34. Денисов, М. Ю. Зависимость опыта переживания психических состояний от личностных особенностей / М. Ю. Денисов. – СПб., 1992. – 161 с.

35. Джафарова, М. А. Конфликты в области практической социальной работы [Электронный ресурс]. – Режим доступа. – URL: <https://docviewer.yandex.ru/view/203416590/?>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 25.10.2023

36. Дикая, Л. Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельный подход) / Л. Г. Дикая. – М. : Ин-т психологии РАН, 2003. – 318 с.

37. Донцов, А. А. Технологии психосоциальной работы и психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях / Д. А. Донцов, О. А. Москвитина, И. Н. Орлова // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. – 2010. – Сер.12, вып.1. – С.192–197.

38. Дружинин, В. Н. Экспериментальная психология / В. Н. Дружинин. – 2-е изд., доп. – СПб. : Питер, 2002 – 320 с.

39. Елисеева, Н. В. Экстремальная подготовка в образовательных учреждениях / Н. В. Елисеева // Материалы XXXVI научно-технической конференции по итогам работы профессорско-преподавательского состава. – Ставрополь: Издательство СевКавГТУ, 2007. – С. 202–203.

40. Ерофеев, В. К. Сценарное моделирование как технология принятия групповых решений / В. К. Ерофеев, Н. Е. Карягин, Е. Г. Ноздрина. – Астрахань : Изд-во Астраханского гос. пед. ун-та, 2013. – 146 с.

41. Жуков, Н. В. Становление отношений «преподаватель — студент» как фактор формирования конкурентоспособности вуза в эпоху цифровизации / Н. В. Жуков // Молодой ученый. – 2019. – № 48 (286). – С. 365–368.

42. Забелина, Е. В. Понятие психологической резильентности: основные теории / Е. В. Забелина, Д. К. Кузнецова // Вестник Челябинского государственного университета. Серия: Психология и педагогика. – 2015. – № 1. – С. 10–13.

43. Закерничная, Н. В. Теоретическое осмысление понятия жизнестойкости в отечественных и зарубежных исследованиях / Н. В. Закерничная // Ученые записки Забайкальского государственного университета. Серия: Педагогические науки. – 2016. – Т. 11. – № 5. – С.62–68.

44. Зеер, Э. Ф. Психология профессиональных деструкций : учеб. пособие для вузов / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк. – М. : Академический Проект ; Екатеринбург : Деловая книга, 2005. – 240 с.

45. Зильберман, П. Б. Эмоциональная устойчивость оператора / П. Б. Зильберман, // Очерки психологии труда оператора. – М., 1974.

46. Иванова, К. А. Развитие резилиантности у подростков / К. А. Иванова, Ф. И. Валиева // Неделя науки в СПбПУ: материалы научного форума с международным участием. Лучшие доклады. – СПб : СПбПУ, 2016. – С. 302–305.

47. Каплунов В. Что такое социальная энтропия [Электронный ресурс] / В. Каплунов. – Режим доступа: <http://www.lebed.com/2005/art4145.htm>. – Дата обращения: 26.11.2023.

48. Карр, Н. Пустышка. Что интернет делает с нашими мозгами / Н. Карр; пер. с англ. П. Миронов. – СПб. : Бест Бизнес Букс, 2012. – 356 с.

49. Кашлев, С. С. Технология интерактивного обучения : учебно-методическое пособие / С. С. Кашлев. – Москва : ИНФРА-М, 2021. – 239 с.

50. Киреева, М. В. Стрессоустойчивость как компонент культуры человекоориентированных профессий / М. В. Киреева // Научные ведомости Белгородского государственного университета. – 2011. – № 8 (113), Т.11. – С. 1–6.

51. Китаев-Смык, Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса / Л. А. Китаев-Смык. – М. : Академический Проект. – 2009. – 943 с.

52. Книжникова, С. В. Структурно-функциональное описание жизнестойкости в аспекте суицидальной превенции / С. В. Книжникова // Материалы IV Всероссийской НПК «Феноменология и профилактика девиантного поведения». Краснодар, 28–29 октября 2010, – С. 67–70.

53. Колмогорова, Л. А. Формирование коммуникативной компетентности личности : учеб. – метод. пособ. / Л. А. Колмогорова. – Барнаул : Алт ГПУ, 2015. – 205 с.

54. Корезин, А. С. Резильентность социальных систем: сущность концепта и его применимость на разных уровнях / А. С. Корезин, С. Б. Мурашов // [Телескоп : журнал социологических и маркетинговых исследований](#). – 2021. – С.17–22.

55. Кремнева, Т. Л. Опыт разрешения конфликтов посредством медиации в организациях социального обслуживания / Т.Л. Кремнева // Международный научно-исследовательский журнал. – 2022. – №12(126). – С. 1–5.

56. Кузнецова, Г. Д. Формирование профессиональной деятельности и личности социального работника / Г. Д. Кузнецова. – М. : 1996. – 150.

57. Кузьмина, Н. В. Акмеологические основы формирования профессиональной компетентности преподавателя / Н. В. Кузьмина, Л. Е. Паутова, Е. Н. Жаринова // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. – 2020. – Т. 9, вып. 1. – С. 4–12.

58. Кузьмина, Ю. М. Профессиональная деформация специалистов социальной работы и методы ее предупреждения [Электронный ресурс] / Ю. М. Кузьмина // Вестник Казанского технологического университета. – 2010. – С. 116–124. – Режим доступа. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnaya-deformatsiya-spetsialistov-sotsialnoy-raboty-i-metody-ee-preduprezhdeniya/viewer>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 24.10.2023

59. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / под ред. Л. Леви. – Л. : Медицина, 1970. – С. 178–208.

60. Лактионова, А. И. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков / А. И. Лактионова. – М. : Институт психологии РАН, 2017. – 236 с.

61. Лебеденко, Е. А. Цели и задачи электронного обучения и дистанционных образовательных технологий [Электронный ресурс] / Е. А. Лебеденко. – Режим доступа: <https://donnuet.edukation-pdf>. – Дата обращения: 15.10.2023

62. Леонтьев, Д. А. Многоуровневая модель взаимодействия с неблагоприятными обстоятельствами: от защиты к применению / Д. А. Леонтьев // Психология стресса: материалы III Международной научно-практической конференции. – Кострома : КГУ им. Н.А. Некрасова, 2013. – С. 258–261.

63. Логинова, М. В. Психологическое содержание жизнестойкости личности студентов / М. В. Логинова. – М. – 238 с.

64. Лозгачева, О. В. Формирование стрессоустойчивости на этапе профессионализации / О. В. Лозгачева. – Екатеринбург, 2004. – 189 с.

65. Лоу, С. Философский тренинг / С. Лоу, А. Л. Никифоров. – М. : АСТ; Хранитель, – 2007. – 352 с.

66. Мадди, С. Смыслообразование в процессе принятия решений / С. Мадди // Психол. журн. – 2005. – Т. 26, – № 6. – С. 87–101.

67. Мадди, С. Теории личности: сравнительный анализ / С. Мадди. – СПб. : Речь, 2002. – 539 с.

68. Мажар, Н. Е. Особенности профессиональной адаптации будущих социальных работников [Электронный ресурс] / Н. Е. Мажар, Е. В. Нехорошева // [Вестник Брянского государственного университета](https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-professionalnoy-adaptatsii-buduschih-sotsialnyh-rabotnikov/viewer). – 2012. – Режим доступа. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-professionalnoy-adaptatsii-buduschih-sotsialnyh-rabotnikov/viewer>. – Дата обращения: 23.11.2023

69. Маленова, А. Ю. Особенности и личностные детерминанты копинг поведения в ситуациях оценивания (на примере ситуации экзамена) / А. Ю. Маленова. – Краснодар, 2007.

70. Маленова, А. Ю. Выбор формы проведения экзамена студентами как способ профилактики экзаменационного стресса / А. Ю. Маленова // Вестн. Омского ун-та. Сер. Психология. – 2005. – № 1. – С.30–42

71. Мальцева, Т. Е. Инновационная национальная система образования как индикатор развития социальной сферы /

Т. Е. Мальцева // Научно-методический журнал. – 2020. – №1(3). – С.98–112.

72. Мальцева, Т. Е. Развитие инновационно-смысловой и функциональной роли социального работника в системе социальной защиты населения (сообщение на заседании круглого стола) / Т. Е. Мальцева // Материалы Международной конференции: «Стратегии развития системы социальной защиты населения: вопросы теории и практики», посвященного 100-летию со дня основания Далевакского университета, 20-летия подготовки специалистов по специальности «Социальная работа» и 15-летия кафедры социальной работы и организации работы с молодежью», 18 апреля 2019 года, г. Луганск; А.Г.Васюк. Развитие инновационно-функциональной роли вуза // Вестник ЛГПУ или «Образование Луганщины: теория и практика» – № 2(21), 2021. – С. 18–22.

73. Мальцева, Т. Е. Роль адаптации будущих специалистов с СФО в условиях высшего инклюзивного образования / Т. Е. Мальцева // Материалы научно-практической конференции, посвященной 80-летию со дня рождения В. Д. Альперовича : сборник научных статей / под ред. Е. П. Агапова. – Москва ; Берлин : ДиректМедиа, 2018. – 270 с. – С. 138–155.

74. Мальцева, Т. Е. Синергетическая сущность социальной работы / Т. Е. Мальцева // Материалы Международной научно-практической конференции «Социальная работа: теоретические поиски и практические пути обеспечения эффективности» 12-13 апреля 2018 года Статьи и тезисы / гл. ред. П. П. Склад; отв. ред. Т. Е. Мальцева. – Луганский национальный университет им. Владимира Даля. – 2018. – С. 40–46.

75. Мальцева, Т. Е. Генерализация медиа конструктивистского подхода к обучению в современных условиях / Т. Е. Мальцева, А. Г. Васюк, П. П. Склад // Социальная работа : современные проблемы и технологии. – 2020. – №2(2). – С.151–164.

76. Маркова, Т. Л. Феномен «профессиональная деятельность»: концептуальный анализ [Электронный ресурс] //

Мир науки. Социология, филология, культурология. – 2016. – № 3. – Режим доступа: <https://sfk-mn.ru/PDF/04SFK316.pdf> – Дата обращения: 15.11.2023

77. Маркова, А. К. Психология профессионализма / А. К. Маркова. – М. : Междунар. гуманитар. Фонд «Знание», 1996. – 308 с.

78. Махмутова, Е. Н. Социально-психологический тренинг как средство формирования коммуникативной компетентности студентов-менеджеров / Е. Н. Махмутова, М. М. Андреева, Т. А. Дмитренко // Интеграция образования. – 2018. – № 1 (90), – С. 91–99.

79. Махнач, А. В. Жизнеспособность человека как предмет изучения в психологической науке / А. В. Махнач // Психологический журнал. – 2017. – Т. 38. – №4. – С. 5–16.

80. Махнач, А. В. Личностные и поведенческие характеристики подростков как фактор их жизнеспособности и социальной адаптации / А. В. Махнач, А. И. Лактионова // Психологический журнал. – 2013. Т. 34. – № 5. – С. 69–84.

81. Махнач, А. В. Жизнеспособность человека как предмет изучения в психологической науке / А. В. Махнач // Психологический журнал. – 2017. – Т. 38. – №4. – С. 5–16.

82. Махова, О. А. Статистика как инструмент цифровизации / О. А. Махова, М. В. Карманов, С. М. Аракелян // В сборнике : Вестник кафедры статистики Российского экономического университета имени Г. В. Плеханова. Статистические исследования социально-экономического развития России и перспективы устойчивого роста: материалы и доклады. Под общ. ред. Н. А. Садовниковой. – Москва, – 2018. – С. 174–178.

83. Медведев, В. И. Устойчивость физиологических и психофизиологических функций человека при действии экстремальных факторов / В. И. Медведев. – М., 1982. – 104 с.

84. Методы социальной психологии. / под ред. Кузьмина Е.С., Семенова В.Е. – М. : ИНФРА-М. 2015. – 264с.

85. Мильман, В. Э. Стресс и личностные факторы регуляции деятельности / В. Э. Мильман // Стресс и тревога в спорте. – М. : ФИС, 1983. – 24–46.

86. Митрохина, Т. И. Социально-психологические аспекты развития стрессоустойчивости социальных работников // Вестник магистратуры. – 2019. – № 2-1(89). – С.43–44.

87. Михайлова, Е. С. Методика исследования социального интеллекта : Адаптация теста Дж. Гилфорда и М. Салливена: Руководство по использованию / Е. С. Михайлова. – СПб., ГП "ИМАТОН", 1996 – 56 стр.

88. Мотивация и рефлексия личности : теория и практика: сборник научных трудов / под ред. Е. Н. Ткач. – Хабаровск : Изд-во Тихоокеан. гос. ун-та, 2018. – 224 с.

89. Мусина-Мазнова, Г. Х. Инновационные методы практики социальной работы : учебное пособие для магистров / Г. Х. Мусина-Мазнова, И. А. Потапова, О. М. Коробкова. – М. : Дашков и К, 2014. – 320 с.

90. Мухамадеев, И. Г. Современные организационные формы обучения в вузе / И. Г. Мухамадеев // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. – 2018. – С. 37–40.

91. Назарова, Т. А. Роль коммуникативной компетентности в учебно-профессиональной деятельности студентов – будущих социальных работников / Т. А. Назарова // Молодой ученый. – 2016. – №21. – С. 832–835.

92. Небылицын, В. Д. Психофизиологические исследования индивидуальных различий / В. Д. Небылицын. – М. : Наука, 1976. – 336 с.

93. Нехорошева, Е. В. Педагогическое сопровождение профессиональной адаптации будущих социальных работников [Электронный ресурс] / Е. В. Нехорошева // Сибирский педагогический журнал. – 2011. – С. 166–174. – Режим доступа.

– URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskoe-soprovozhdenie-professionalnoy-adaptatsii-buduschih-sotsialnyh-rabotnikov/viewer>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 23.11.2023

94. Никифоров, Г. С. Влияние индивидуально-психологических особенностей на успешность тренажерной подготовки пилотов / Г. С. Никифоров, Л. И. Филимоненко,

С. В. Никишева // Психол. обеспечение трудовой деятельности. – Л., 1987. – С. 69–73.

95. Орёл, В. Е. Структурно-функциональная организация и генезис психического выгорания / В. Е. Орёл. – Ярославль, 2005. – 449 с.

96. Осипова, А. А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях / А. А. Осипова. – Ростов н/Д., 2006.

97. Особенности профессиональной адаптации социальных экспертов [Электронный ресурс] // Молодой ученый. – 2016. – № 13 (117). – С. 880–883. – Режим доступа. – URL: <https://архивы/117/32348>. – Дата обращения: 23 ноября 2023 г.

98. Петькова, Ю. Р. История развития дистанционного образования. Положительные и отрицательные стороны МООС / Ю. Р. Петькова // Успехи современного естествознания. – 2015. – № 3. – С. 199–204.

99. Пивоварова, А. В. Технологии формирования резильентности в современной сельской школе / А. В. Пивоварова, Е. Е. Сартакова // Научно-педагогическое обозрение. – 2020. – №6(34). – С.31–40.

100. Понкин, И. Понятие резильентности системы к негативным факторам / И. Понкин // Государственная служба. – 2015. – №5. – С. 15–17.

101. Проблемы формирования профессионализма специалистов социальной работы : межвузовский сборник научных трудов / под редакцией Л. Э. Панкратовой, Л. С. Копыловой. – Екатеринбург, ФГАОУ ВПО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т»; 2012. – 309 с.

102. Профилактика профессиональных деформаций в системе социальной работы : учебное пособие для вузов / М. В. Воронцова [и др.] ; под редакцией М. В. Воронцовой. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2023. – 244 с.

103. Психологическое обеспечение высшего инклюзивного образования как инновационная форма социальной работы: монография / С. А. Малахова, Т. Е. Мальцева, П. П. Скляр, А. Г. Васюк. – Луганск : ЛНУ им. В.Даля, 2019. – 343 с.

104. Психология стресса и методы его профилактики: учебно-методическое пособие / В. Р. Бильданова, Г. К. Бисерова, Г. Р. Шагивалеева. – Елабуга : Изд-во ЕИ КФУ, 2015. – 142 с.
105. Райгородский, Д. Я. Энциклопедия психодиагностики. Психодиагностика персонала / Д. Я. Райгородский. – Самара : Бахрах-М, 2010. – 790 с.
106. Райхельгауз, Л. Б. Резильентность образовательных результатов как новый принцип современной дидактики [Текст] / Л. Б. Райхельгауз // Ярославский педагогический вестник. – 2019. – №4(109). – С.8–14.
107. Рассказова, Е. И. Динамика смысла в процессе совладания с тревогой / Е. И. Рассказова // Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла) : материалы междунар. конф. / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2005. – С. 175–189.
108. Реан, А. А. Психология адаптации личности [Текст] / А. А. Реан. – СПб. : Прайм-Еврознак, 2008. – 479 с.
109. Реан, А. А. Факторы стрессоустойчивости учителей / А. А. Реан, А. А. Баранов // Вопросы психологии. – 1997. – № 1. – С. 45–55.
110. Ремизова, К. А. Социально-психологические основы общения в социальной работе / К. А. Ремизова // Вестник университета. – 2018. – №4. – С. 159–162.
111. Рослякова, С. В. Особенности профессиональной адаптации специалистов социальной сферы / С. В. Рослякова, Л. Р. Тимергалина. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2016. – № 13 (117). – С. 880–883.
112. Рыльская Е. А. Научные подходы к исследованию жизнеспособности человека в зарубежной психологии [Текст] / Е. А. Рыльская // Теория и практика общественного развития. – 2014. – №8. – С. 57–58.
113. Сабина, Н. Н. Риски в инновационной деятельности педагога и их профилактика / Н. Н. Сабина // Мир науки, культуры, образования. – 2011. – №6 (31). – С. 85–89.
114. Самсонова, М. А. Социальные технологии эффективного конфликтного взаимодействия в организации

[Электронный ресурс] / М. А. Самсонова // Вестник Саратовского государственного технического университета. – 2008. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnyetehnologii-effektivnogo-konfliktnogo-vzaimodeystviya-organizatsii/viewer>. – Дата обращения: 26.11.2023

115. Селиванова, О. А. Изучение феномена резильентности: проблемы и перспективы [Электронный ресурс] / О. А. Селиванова, Н. В. Быстрова, И. И. Дереча, Т. С. Мамонтова, О. В. Панфилова // Мир науки. Педагогика и психология, 2020. – №3. – Режим доступа. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/04PSMN320.pdf>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 21.05.2022

116. Селье, Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М. : Прогресс, 1979. – 125 с.

117. Семёнов, И. Н. Рефлексия жизнедеятельности А. А. Бодалева и развития психологии общения и акмеологии выдающихся личностей / И. Н. Семёнов // Акмеология, 2015. – № 4(56) – С. 23–30.

118. Серeda, Т. В. Особенности характеристик общения в процессе адаптации к стресс-факторам учебного процесса / Т. В. Серeda. – М., 1987. – 195 с.

119. Серый, А. В. Ценностно-смысловая сфера личности : учеб. пособие / А. В. Серый, М. С. Яницкий. – Кемерово : КемГУ, 2004. – 92 с.

120. Синяев, М. В. Теория и практика общественного развития / М.В. Синяев, М. Е. Кокорева. – 2021. – № 11. – С. 73–77.

121. Ситуация [Электронный ресурс] // Большой энциклопедический словарь. – Режим доступа: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/enc3p/272618>. – Дата обращения: 25.11.2023

122. Смирнов, В. В. Информационное общество как механизм формирования «нового человека» (социально-психологический аспект) / В. В. Смирнов // Молодая наука XXI века: проблемы, поиски, решения: сб. ст. Междунар. науч.-практ. конф. – СПб. : Изд-во «КультИнформПресс», 2018.

123. Смородинская Н. В. Резильентность как стратегический императив в эпоху неопределенности / Н. В. Смородинская, В.Е. Малыгин // Экономические стратегии. – 2021. – №6(180). – С. 58–62.

124. Современное образование и воспитание: вызовы, возможности, перспективы». Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции «Родионовские чтения», 24 марта 2022 г. – Ч.III. – Казань : ИРО РТ; КСВУ, 2022. – 405 с.

125. Современные технологии обучения. Методическое пособие по использованию интерактивных методов в обучении / под ред. Г. В. Борисовой., Т. Ю. Аветовой, Л. И. Косовой. – СПб. : Изд-во «Полиграф-С», 2002. – 79 с.

126. Социальная работа в современном мире : взаимодействие науки, образования и практики : материалы VII Международ. науч.-практ. конф. / под ред. О. А. Волковой, Е. И. Мозговой. – Белгород : ИД «Белгород» НИУ «БелГУ», 2015. – 460 с.

127. Стефан, В. Миссия БИСЕ. Резильентность на практике Касита – простой инструмент работы для решения сложной задачи / В. Стефан / Перевод : А. Герцик / Международное Католическое Бюро Ребенка. – Париж; Женева, 2018. – 85 с.

128. Стецишин, Р. И. Направленность личности и жизнестойкость: психологическое исследование [Электронный ресурс] / Р. И. Стецишин // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2008. – Режим доступа. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/napravlenност-lichnosti-i-zhiznestoykost-psihologicheskoe-issledovanie/viewer>. – Дата обращения: 22.11.2023

129. Стратегия цифровой трансформации отрасли науки и высшего образования Министерства науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]. – – Режим доступа: <https://legalacts.ru/doc/strategija-tsfrovoi->

transformatsii-otrasli-nauki-i-vysshego-obrazovaniya-utv. – Дата обращения: 15.11.2023

130. Студенческая республика ЛГПУ. [Электронный ресурс] – Режим доступа. – URL: <https://vk.com/stud.republic.lgpu?ysclid=lpceje7y898582198>. – Дата обращения: 24.11.2023

131. Студенческий спортивный клуб Луганского педагогического университета [Электронный ресурс] – Режим доступа. – URL: <https://lgpu.org/students/sportivnyy-klub---3.html?ysclid=lpse15v12620441052>. – Дата обращения: 24.11.2023

132. Студенческое волонтерское движение ЛГПУ [Электронный ресурс] – Режим доступа. – URL: <https://vk.com/stud.republic.lgpu?ysclid=lpceje7y898582198>. – Дата обращения: 24.11.2023

133. Субботин, С. В. Устойчивость к психическому стрессу как характеристика учителя / С. В. Субботин. – Пермь, 1992. – 146 с.

134. Субботин, С. В. Устойчивость к психическому стрессу как характеристики метаиндивидуальности учителя : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Субботин Сергей Васильевич ; Пермский гос. пед. инст. – Пермь, 1992. – 152 с.

135. Тавстуха, О. Г. Минимизация рисков инновационной деятельности в образовании [Электронный ресурс] / О. Г. Тавстуха, Е. Г. Матвиевская // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019 – №6. – Режим доступа: <https://mir-nauki.com/PDF/49PDMN619.pdf>. – Дата обращения: 15.11.2023

136. Тышкова, М. Л. Исследование устойчивости личности детей / М. Л. Тышкова // Вопросы подростков в трудных ситуациях психологии, 1987. – № 1. – С. 27–33.

137. Ушаков, К. М. Новое слово «резильентность» / К. М. Ушаков // Директор школы. – 2016. – №7. – С. 23.

138. Федунина, Н. Ю. Понятие устойчивости к травме и посттравматического роста / Н. Ю. Федунина // Московский терапевтический журнал. – 2006. – №4. – С. 69–80.

139. Федунина, Н. Ю. Понятие устойчивости к травме и посттравматического роста / Н. Ю. Федунина // Московский психотерапевтический журнал. – 2006. – № 4. – С. 69–80.

140. Филипова, И. А. Проблемы изменения определённых сторонами условий трудового договора по причинам, связанным с изменением организационных или технологических условий труда / И. А. Филипова, А. В. Харитонов // Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского. – 2016. – № 3. – С. 192–195.

141. Филипова, А. А. Понятие стресса и стрессоустойчивости личности / А. А. Филипова, П. М. Карпенкова. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2020. – № 43 (333). – С. 88–92.

142. Фирсов, М. В. Технология социальной работы : учебное пособие / М. В. Фирсов. – 2-е изд. – М. : Академический Проект, 2020. – 428 с.

143. Хоменко, И. А. К вопросу о формировании резилентности у детей в условиях общеобразовательной практики / И. А. Хоменко // Вестник Герценовского университета. – 2011. – №9. – С. 30–35.

144. Хуторской, А. В. Компетентность как дидактическое понятие: содержание, структура и модели конструирования / А. В. Хуторской, Л. Н. Хуторская // Проектирование и организация самостоятельной работы студентов в контексте компетентностного подхода: межвузовский сб. науч. тр.; под ред. А. А. Орлова. – Тула : Изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л. Н. Толстого, 2008. – Вып. 1. – С. 117–137.

145. Центр молодежных инициатив «Студенческая республика ЛГПУ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа. – URL: <https://lgpu.org/center-molodog.html?ysclid=lpsez8n6p17633515>. – Дата обращения: 24.11.2023

146. Черкашин, О. А. Сущность и структура резилентности социальной работы / О. А. Черкашин // ЧЕЛОВЕК. НАУКА. СОЦИУМ. Научно-методический журнал. – №1(13) – 2023. – Луганск : ЛГПУ. – С. 298–315.

147. Черникова, И. В. Профессиональный стресс в деятельности специалиста по социальной работе / И. В. Черникова // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2010. – № 11-1. – С. 194–199.
148. Швырков, В. Б. Нейрофизиологическое изучение системных механизмов поведения / В. Б. Швырков. – М. : Медицина. – 1978. – 326 с.
149. Шевцова, Г. А. Реализация образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в вузах / Г. А. Шевцова // Делопроизводство. – 2021. – №1. – С. 82–88.
150. Шпитцер, М. Антимозг: цифровые технологии и мозг / М. Шпитцер. – АСТ, 2014. – 288 с.
151. Шубникова, Е. Г. Развитие превентивной педагогики в России и за рубежом / Е. Г. Шубникова // Психология и социальная педагогика: современное состояние и перспективы развития: сборник научных статей по материалам VIII Всероссийской научно-практической конференции. Чебоксары: Чувашский государственный университет им. И. Я. Яковлева, 2019. – С. 110–118.
152. Югова, Е. А. Теоретико-методологические основания формирования смыслообразующих конструктов здорового образа жизни студентов педагогического вуза / Е. А. Югова. – Екатеринбург, 2015. – 36 с.
153. Benedikter, R. Global systemic shift: A multidimensional approach to understand the present phase of globalization / R. Benedikter // New Global Studies. – 2013. – Vol. 7. – No 1. – P. 1–15.
154. Bonanno, G. A. Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely adverse events? / G. A. Bonanno // American Psychologist. – 2004. – Vol. 59. – P. 20-28.
155. Earle, N. 2008. Social work as a scarce and critical profession. [Online]. – Available. – URL: <https://www.labour.gov.za/downloads/documents/research->

documents/Social %20work_ Dol_Report.pdf. – Accessed: 19.10.2023

156. Frydenberg, E. Adolescent Coping Scale: Manual / E. Frydenberg, R. Lewis // ACER Press. Melbourne, 1993. – P. 15–20.

157. Chernikova, E. G. Management of professional adaptation of bachelors of social work [Online] / E. G. Chernikova // Scientific Vector of the Balkans 4(7) – Available. – URL: https://www.researchgate.net/publication/342884424_MANAGEMENT_OF_PROFESSIONAL_ADAPTATION_OF_BACHELORS_OF_SOCIAL_WORK

158. Grodberg, E. H. Resilience for today: finding strength in adversity / E. H. Grodberg. – Westport, CT : Praeger (Ed.) – 2003.

159. Hallegatte, S. Economic Resilience : Definition and Measurement. The World Bank – Climate Change Group – Office of the Chief Economist. Policy Research Working Paper 6852 / S. Hallegatte. – 2016. – 44 p.

160. Lazarus, R. S. Psychological stress and the coping process / R. S. Lazarus. – N.Y., 1966. – 466 p.

161. Lutha, S. S. The design of resilience: an essential assessment and recommendations for future work / S. S. Lutha, D. Cicchetti, B. Becker // Child Development. – 71(3), 2000. – 543–562.

162. Maddi, S. R. On hardiness and other pathways to resilience / S. R. Maddi // American Psychologist. – 2005. – Vol.60. – № 3. – P. 261–262.

163. Maria De Las, O. P.-G. Hombrados-Mendieta. Development of resilience among students and social work professionals / O. P.-G. Maria De Las // Journal of Social Work. – June 2013. – №14(4). – P. 380–397.

164. Menezes de Lucena, V. A. Resiliencia y el modelo Burnout-Engagement en cuidadores formales de ancianos / V. A. Menezes de Lucena, B. Fernandez, L. Hernandez, F. Ramos, I. Contador // Psicothema, – 18(4), – P. 791–796.

165. Rutter, M. Resilience in the face of adversity / M. Rutter // British Journal of Psychiatry. – 1985. – Vol. 147. – P. 598–611.

166. Selye, H. Stress without distress / H. Selye. – Montreal, 1977. – 58 p.
167. Smith, B. W. The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back / B. W. Smith, J. Dalen, K. Wiggins, E. Tooley, P. Christopher, J. Bernard // International journal of behavioral medicine. – 15(3), – 2008. – 194–200.
168. Taetske, C. Adrien Roux Herman Strydom (North-West University) Factors that affect social workers' job satisfaction, stress and burnout / C. Taetske // Social Work/Maatskaplike Werk. – November 2014. – 50(2).
169. Tapscott, D. Grown Up Digital: How the Net Generation is Changing Your World / D. Tapscott. – McGraw-Hil, 2008. – 384 p.
170. The study of youth resilience across cultures: Lessons from a pilot study of measurement development / M. Ungar // Research in Human Development. – 2008. – Vol. 5 (3). – P. 166–180.
171. Thoits, P. Social support as coping assistance / P. Thoits // J. of Consulting and Clinical Psychology. – 1986. – Vol. 54. – P. 416–423.
172. Van, W. Beroepstress en stresshantering by matenskaplike werkers wat betrokke is by intervensie met seksueel misbruikte kinders / W. Van. – Stellenbosch : Universiteit van Stellenbosch.
173. Whitaker, T. Assuring the sufficiency of a frontline workforce: a national study of licensed social workers: executive summary. / T. Whitaker, T. Weismiller, E. Clark. – Washington, D.C. : National Association of Social Workers. – 2006

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1.

Методика «Личностная компетентность»

Инструкция: Вам предлагается оценить силу своих стремлений (по пятибалльной шкале А) и степень полноты их осуществления в каждодневной жизни (по пятибалльной шкале Б). Всего нужно ответить на 18 пунктов. Свой ответ выбирайте по шкалам возможных ответов А и Б.

Шкала А (оценка силы культурно-этических стремлений):

1 – очень слабая; 2 – слабая; 3 – средняя; 4 – высокая; 5 – очень высокая.

Шкала Б (оценка степени осуществления стремлений к самостоятельности в поведении):

1 – очень слабая; 2 – слабая; 3 – средняя; 4 – высокая; 5 – очень высокая.

На опросном бланке укажите имя и фамилию, дату рождения, пол, род занятий, место учебы или работы, дату обследования. Затем напротив каждого пункта поставьте два крестика в тех клеточках, которые соответствуют силе вашего лично профессионального стремления и степени его осуществления. Например, пункт 1 – «Стремление четко осознавать и понимать себя...». Если по отношению к данному стремлению вы выбрали ответы «высокая» и «средняя», то напротив пункта 1 поставьте крестики под цифрой 4 в шкале А и под цифрой 3 в шкале Б. И так далее по всем пунктам методики. Не пропускайте ни одного пункта и ни одного ответа!

Продолжение Приложение 1
ОПРОСНЫЙ БЛАНК

Фамилия и имя _____

Дата обследования _____

Дата рождения _____ Пол _____

Курс _____

Место учебы или работы _____

психологическое стремление	Шкала А Сила стремления					Шкала Б Степень его реализации				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. Четко осознавать и понимать себя, свои желания, свой характер										
2. Внимательно слушать другого, не теряя нити его размышлений										
3. Гибко управлять своим настроением, желаниями и действиями										
4. Смело пробовать себя в новом деле, в новых ситуациях										
5. Разумно планировать свое время, работу с учетом условий и своих возможностей										
6. Регулярно заниматься самовоспитанием										
7. Находить психологические причины своего настроения, своих ошибок										
8. Сохранять спокойную речь и ясную голову в конфликтных ситуациях										
9. Культурно, приемлемо для других людей, выражать "отрицательные" стремления и эмоции (например, агрессию и т.п.)										

Продолжение Приложение 1

10. Создавать оригинальные идеи, необычные образы										
11. Точно выполнять обещания и деловые соглашения										
12. Поддерживать хорошее состояние, развитие душевных и физических сил										
13. Осознавать свое предназначение, жизненный путь										
14. Ясно и уверенно высказывать свои мысли										
15. Быстро реагировать на свое плохое состояние и находить способы его улучшения										
16. Практически осуществлять свои новые идеи, создавать новые приемы работы										
17. Доводить важное дело до конца, отдавать силы в основном главным целям										
18. Самостоятельно преодолевать вредные привычки и развивать положительные										

КЛЮЧ

№	Виды личностных стремлений	Вопросы №
I	К самопознанию, глубокому самоанализу	1, 7, 13
II	К конструктивному общению	2, 8, 14
III	К психической саморегуляции	3, 9, 15
IV	К творчеству	4, 10, 16
V	К конструктивному ведению дел	5, 11, 17
VI	К гармонизирующему саморазвитию	6, 12, 18
I-VI	Профессиональная культура в целом	1-18

Продолжение Приложение 1

Изучаются сила и степень осуществления в поведении шести видов личностных стремлений, составляющих личностную компетентность человека. Приоритетными являются показатели степени осуществления личностного стремления, личностной компетентности в целом (по шкале Б).

Обработка результатов

1. Определяем показатели выраженности вида личностного стремления – Ср IA (Ср IIА, Ср IIIА) и обобщенный показатель выраженность стремлений личностной компетентности в целом. Сначала по шкале А подсчитываем среднее арифметическое ответов, соответствующих вопросам по стремлению вида I – Ср IA (см. Ключ), затем среднее вида II – Ср IIА, среднее вида III – Ср IIIА, и так далее. После этого вычисляем среднее арифметическое ответов по шкале А на все вопросы 1-18, определяя таким образом среднюю выраженность у испытуемого всех стремлений в целом (среднюю силу стремления к личностной компетентности) – Ср лкА.

2. Аналогично по шкале Б вычисляем показатели степени осуществления вида личностного стремления – вида I, затем вида II, вида III и так далее (Ср IБ, Ср IIБ). Сначала подсчитываем среднее арифметическое ответов о соблюдении социальных норм поведения вида I, затем – вида II, и так далее. Затем вычисляем среднюю по показателю личностную компетентность в целом (Ср пкБ) – т.е. показателю итоговой степени реализации всех видов стремлений психологической культуры – суммируем по шкале Б ответы по всем вопросам и делим сумму на 18.

3. Определяем по таблице 1 уровни гармоничности выраженности каждого вида психологических стремлений (Г IA, Г IIА) и уровень гармоничности стремления к психологической культуре в целом (Г пкА).

Продолжение Приложение 1

4. Определяем по таблице 1 уровни гармоничности осуществления каждого вида психологических стремлений (Г ИБ, Г ШБ) и уровень гармоничности осуществления всех стремлений психологической культуры (ГпкБ).

5. Определяем по таблице 2 уровни гармоничности каждого вида личностной компетентности (Г пкI, Г пкII, Г пкIII) и обобщенный показатель – уровень гармоничности личностной компетентности в целом (Гпк) – путем соотнесения полученных уровней по шкалам А и Б между собой. Предпочтение отдается уровням гармоничности осуществления изучаемых стремлений – по шкале Б (по сравнению с уровнями гармоничности их силы определяемой по шкале А).

При ранжировании групповых данных – если у нескольких человек уровни Глк или уровни по отдельным видам личностной компетентности оказались одинаковыми – лучший ранг присваивается тому, у кого выше гармоничность осуществления личностных стремлений (по шкале Б).

Приложение 2

Методика оценки эмоционального интеллекта Н. Холла в адаптации Е. П. Ильина (опросник EQ)

Методика Н. Холла предложена для выявления способности понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях и управлять эмоциональной сферой на основе принятия решений. Она состоит из 30 утверждений и содержит 5 шкал:

- 1) эмоциональная осведомленность;
- 2) управление эмоциями (скорее это эмоциональная отходчивость, эмоциональная неригидность);
- 3) самомотивация (скорее это как раз произвольное управление своими эмоциями, исключая пункт 14),
- 4) эмпатия;
- 5) распознавание эмоций других людей (скорее – умение воздействовать на эмоциональное состояние других людей).

Инструкция по применению методики Н. Холла.

Ниже Вам будут предложены высказывания, которые так или иначе отражают различные стороны Вашей жизни. Пожалуйста, напишите цифру справа от каждого утверждения, исходя из оценки ваших ответов:

Полностью не согласен – (–3 балла);

В основном не согласен – (–2 балла);

Отчасти не согласен – (–1 балл);

Отчасти согласен – (+ 1 балл);

В основном согласен – (+2 балла);

Полностью согласен – (+ 3 балла).

Текст опросника Н. Холла

1. Для меня как отрицательные, так и положительные эмоции служат источником знания, как поступать в жизни.
2. Отрицательные эмоции помогают мне понять, что я должен изменить в моей жизни.
3. Я спокоен, когда испытываю давление со стороны.
4. Я способен наблюдать изменение своих чувств.

Продолжение Приложение 2

5. Когда необходимо, я могу быть спокойным и сосредоточенным, чтобы действовать в соответствии с запросами жизни.

6. Когда необходимо, я могу вызвать у себя широкий спектр положительных эмоций, такие как веселье, радость, внутренний подъем и юмор.

7. Я слежу за тем, как я себя чувствую.

8. После того как что-то расстроило меня, я могу легко совладать со своими чувствами.

9. Я способен выслушивать проблемы других людей.

10. Я не зацикливаюсь на отрицательных эмоциях.

11. Я чувствителен к эмоциональным потребностям других.

12. Я могу действовать успокаивающе на других людей.

13. Я могу заставить себя снова и снова встать перед лицом препятствия.

14. Я стараюсь подходить творчески к жизненным проблемам.

15. Я адекватно реагирую на настроения, побуждения и желания других людей.

16. Я могу легко входить в состояние спокойствия, готовности и сосредоточенности.

17. Когда позволяет время, я обращаюсь к своим негативным чувствам и разбираюсь, в чем проблема.

18. Я способен быстро успокоиться после неожиданного огорчения.

19. Знание моих истинных чувств важно для поддержания «хорошей формы».

20. Я хорошо понимаю эмоции других людей, даже если они не выражены открыто.

21. Я хорошо могу распознавать эмоции по выражению лица.

22. Я могу легко отбросить негативные чувства, когда необходимо действовать.

23. Я хорошо улавливаю знаки в общении, которые указывают на то, в чем другие нуждаются.

Продолжение Приложение 2

24. Люди считают меня хорошим знатоком переживаний других людей.

25. Люди, осознающие свои истинные чувства, лучше управляют своей жизнью.

26. Я способен улучшить настроение других людей.

27. Со мной можно посоветоваться по вопросам отношений между людьми.

28. Я хорошо настраиваюсь на эмоции других людей.

29. Я помогаю другим использовать их побуждения для достижения личных целей.

30. Я могу легко отключиться от переживания неприятностей.

Ключ к методике Н. Холла

Шкала «Эмоциональная осведомленность» – пункты 1, 2, 4, 17, 19, 25.

Шкала «Управление эмоциями» – пункты 3, 7, 8, 10, 18, 30.

Шкала «Самотивация» – пункты 5, 6, 13, 14, 16, 22.

Шкала «Эмпатия» – пункты 9, 11, 20, 21, 23, 28.

Шкала «Распознавание эмоций других людей» – пункты 12, 15, 24, 26, 27, 29.

Подсчет результатов

По каждой шкале высчитывается сумма баллов с учетом знака ответа (+ или –). Чем больше плюсовая сумма баллов, тем больше выражено данное эмоциональное проявление.

Приложение 3

Методика Фанталовой и ее применение для выявления «проблемных областей жизни»

Для того, чтобы определить, какие области сейчас больше всего нуждаются в проработке, можно использовать методику Е. Б. Фанталовой «Уровень соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах (УСЦД)». В ее основе лежат 12 ценностей:

- активная, деятельная жизнь;
- здоровье (физическое и психическое);
- интересная работа;
- красота природы и искусства (переживание прекрасного);
- любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком);
- материально обеспеченная жизнь (материальные блага, отсутствие материальных затруднений);
- наличие верных и хороших друзей;
- уверенность в себе (отсутствие внутренних противоречий);
- познание нового в мире, природе, человеке (расширение кругозора);
- свобода (независимость в поступках и действиях);
- счастливая семейная жизнь;
- творчество (возможность творческой деятельности).

К методике прилагается инструкция:

Перед Вами список из двенадцати понятий, каждое из которых означает одну из общечеловеческих ценностей:

1. Активная, деятельная жизнь;
2. Здоровье (физическое и психическое здоровье);
3. Интересная работа;
4. Красота природы и искусства;
5. Любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком);
6. Материально-обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений);

Продолжение Приложение 3

7. Наличие хороших и верных друзей;
8. Уверенность в себе (свобода от внутренних противоречий, сомнений);
9. Познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, а также интеллектуальное развитие);
10. Свобода как независимость в поступках и действиях;
11. Счастливая семейная жизнь;
12. Творчество (возможность творческой деятельности).

Вам предстоит сравнить все эти понятия-ценности попарно между собой на специальном бланке. Следует провести два сравнения (по двум разным критериям).

Далее смотри бланк:

На бланке две матрицы. В них записаны пары цифр, каждой цифре соответствует ценность, которая стоит под этим номером в списке. Заполнение начинайте с матрицы №1.

Сравнения в первой матрице производятся на основании того, что представленные в этом списке ценности имеют для Вас разную значимость, разную степень привлекательности. Вы смотрите каждую пару и выбираете из двух ценностей ту, которая кажется Вам более важной в этой паре. Её Вы обводите в кружок.

Пример: Вам дана пара 2 3. Под цифрой 2 обозначено здоровье, под цифрой 3 – интересная работа. Если Вы обвели 2, то это означает, что здоровье для Вас важнее, чем интересная работа.

Обводить можно только одну цифру из пары! Пропускать пары нельзя!

Отвечать старайтесь быстро, первым впечатлением. Закончив первую матрицу, переходите ко второй.

В ней сравнение производится на основании того, что некоторые из представленных ценностей являются для Вас более доступными, легче достижимыми в жизни по сравнению с остальными. Вы выбираете из пары ту ценность, которая легче достижима для Вас.

Продолжение Приложение 3

Пример: Пара 2 3. Если Вы обвели 3, то это означает, что интересная работа более доступна для Вас, чем наличие хорошего здоровья.

МАТРИЦА №1

Сравните понятия на основе большей значимости, большей привлекательности.

1 2	2 3	3 4	4 5	5 6	6 7	7 8	8 9	9 10	10 11	11 12
1 3	2 4	3 5	4 6	5 7	6 8	7 9	8 10	9 11	10 12	
1 4	2 5	3 6	4 7	5 8	6 9	7 10	8 11	9 12		
1 5	2 6	3 7	4 8	5 9	6 10	7 11	8 12			
1 6	2 7	3 8	4 9	5 10	6 11	7 12				
1 7	2 8	3 9	4 10	5 11	6 12					
1 8	2 9	3 10	4 11	5 12						
1 9	2 10	3 11	4 12							
1 10	2 11	3 12								
1 11	2 12									
1 12										

МАТРИЦА № 2

Теперь сравните понятия на основе более легкой достижимости, большей доступности.

1 2	2 3	3 4	4 5	5 6	6 7	7 8	8 9	9 10	10 11	11 12
1 3	2 4	3 5	4 6	5 7	6 8	7 9	8 10	9 11	10 12	
1 4	2 5	3 6	4 7	5 8	6 9	7 10	8 11	9 12		
1 5	2 6	3 7	4 8	5 9	6 10	7 11	8 12			
1 6	2 7	3 8	4 9	5 10	6 11	7 12				
1 7	2 8	3 9	4 10	5 11	6 12					
1 8	2 9	3 10	4 11	5 12						
1 9	2 10	3 11	4 12							
1 10	2 11	3 12								
1 11	2 12									
1 12										

Продолжение Приложение 3

После заполнения матриц подсчитываются баллы, набранные каждым понятием в матрице 1 (сколько раз понятие было выбрано в паре как более значимое), и баллы, набранные каждым понятием в матрице 2 (сколько раз это понятие было выбрано как более доступное).

Баллы Ц и Д	НаМеткозначий ценностей											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Ц (1)												
Д (2)												
(1) - (2)												

$$R = \sum |(1) - (2)| =$$

Указанием на наличие внутреннего конфликта в той или иной сфере будет являться значительный разрыв в ней между показателями «Ценность» и «Доступность» по какому-либо понятию (разница в 4 балла и выше) в случае, когда его ценность больше доступности.

Значительный (разница в 4 балла и выше) разрыв между показателями «Ценность» и «Доступность», когда доступность какого-то понятия больше его ценности, будет указывать на наличие «внутреннего вакуума», «ощущения внутреннего балласта», «избыточности присутствия».

Индекс расхождения «Ц – Д» (R) – это показатель рассогласования, дезинтеграции в мотивационно-личностной сфере, свидетельствующий о степени неудовлетворенности текущей жизненной ситуацией, блокады основных потребностей, внутреннего дискомфорта, внутренней конфликтности, а также об уровне самореализации, внутренней идентичности, интегрированности, гармонии.

При количестве понятий, равном 12, границы индекса расхождения ценности и доступности будут находиться в пределах от 0 до 72. Максимальное расхождение можно описать так: «Того, что для меня ценно, у меня нет, а то, что есть, мне не нужно».

Продолжение Приложение 3

Фанталовой были выделены нормы расхождения индексов для указанных понятий (у мужчин и женщин они отличаются).

По величине индекса «Ц – Д» можно выделить три уровня дезинтеграции в мотивационно-личностной сфере:

От 0 до НОРМЫ (33 у мужчин, 37 у женщин) – низкий уровень дезинтеграции в мотивационно-личностной сфере.

От НОРМЫ до 50 – средний уровень дезинтеграции в мотивационно-личностной сфере.

50 – 72 – высокий уровень дезинтеграции в мотивационно-личностной сфере.

В целом суммарный показатель «Ценность-Доступность» (R) будет свидетельствовать о глубине не всегда осознаваемого состояния вовлеченности личности в собственные внутренние конфликты, степени внутренней неудовлетворенности, блокады основных жизненных потребностей.

Приложение 4

Тест «Исследование уровня эмпатийных тенденций»

Предлагаемая методика успешно используется для исследования эмпатии (сопереживания), т.е. умения поставить себя на место другого человека и способности к произвольной эмоциональной отзывчивости на переживания других людей. Сопереживание – это принятие тех чувств, которые испытывает другой человек так, если бы они были нашими собственными. Эмпатия способствует сбалансированности межличностных отношений. Она делает поведение человека социально обусловленным. Развитая у человека эмпатия – ключевой фактор успеха в тех видах деятельности, которые требуют вживания в мир партнера по общению, и, прежде всего при обучении и воспитании.

Инструкция: Для выявления уровня эмпатийных тенденций необходимо, отвечая на каждое из 36 утверждений, приписывать ответам следующие числа: если Вы ответили «не знаю» – 0, «нет, никогда» – 1, «иногда» – 2, «часто» – 3, «почти всегда» – 4, и ответу «да, всегда» – 5. Отвечать нужно на все пункты.

Тест опросника:

1. Мне больше нравятся книги о путешествиях, чем книги из серии «Жизнь замечательных людей».

2. Взрослых детей раздражает забота родителей.

3. Мне нравится размышлять о причинах успехов и неудачах других людей.

4. Среди всех музыкальных передач предпочитаю передачи о современной музыке.

5. Чрезмерную раздражительность и несправедливые упреки больного надо терпеть, даже если они продолжаются годами.

6. Больному человеку можно помочь даже словом.

7. Посторонним людям не следует вмешиваться в конфликт между двумя лицами.

8. Старые люди, как правило, обидчивы без причин.

Продолжение Приложение 4

9. Когда в детстве слушал грустную историю, на мои глаза сами по себе наворачивались слезы.

10. Раздраженное состояние моих родителей влияет на мое настроение.

11. Я равнодушен к критике в мой адрес.

12. Мне больше нравится рассматривать портреты, чем картины с пейзажами.

13. Я всегда прощал все родителям, даже если они были не правы.

14. Если лошадь плохо тянет, ее нужно хлестать.

15. Когда я читаю о драматических событиях в жизни людей, то чувствую, словно это происходит со мной.

16. Родители относятся к своим детям справедливо.

17. Видя ссорящихся подростков или взрослых, я вмешиваюсь.

18. Я не обращаю внимания на плохое настроение моих родителей.

19. Я подолгу наблюдаю за поведением животных, откладывая другие дела.

20. Фильмы и книги могут вызвать слезы только у несерьезных людей.

21. Мне нравится наблюдать за выражением лиц и поведением незнакомых людей.

22. В детстве я приводил домой кошек и собак.

23. Все люди необоснованно озлоблены.

24. Глядя на постороннего человека, мне хочется угадать, как сложится его жизнь.

25. В детстве младшие по возрасту ходили за мной по пятам.

26. При виде покалеченного животного я стараюсь ему чем-то помочь.

27. Человеку станет легче, если внимательно слушать его жалобы.

28. Увидев уличное происшествие, я стараюсь не попадать в число свидетелей.

Продолжение Приложение 4

29. Младшим нравится, когда я предлагаю им свою идею, дело или развлечение.

30. Люди преувеличивают способность животных чувствовать настроение своих хозяев.

31. Из затруднительной конфликтной ситуации человек должен выходить самостоятельно.

32. Если ребенок плачет, на то есть свои причины.

33. Молодежь должна удовлетворять любые просьбы и чудачества стариков.

34. Мне хотелось разобраться, почему некоторые мои одноклассники иногда были задумчивы.

35. Беспризорных домашних животных следует отлавливать и уничтожать.

36. Если мои друзья начинают обсуждать со мной свои личные проблемы, я стараюсь перевести разговор на другую тему.

Инструкция: Прежде чем подсчитать полученные результаты, проверьте степень откровенности, с которой Вы отвечали.

Не ответили ли Вы «не знаю» на некоторые из утверждений под номерами: 3, 9, 11, 13, 28, 36, а также не поместили ли пункты 11, 13, 15, 27, ответами «да, всегда»?

Если это так, то вы не пожелали быть откровенными перед собой, а в некоторых случаях стремились выглядеть в лучшем свете.

Результатам тестирования можно доверять, если по всем перечисленным утверждениям Вы дали не более трех неискренних ответов, при четырех же следует сомневаться в их достоверности, а при пяти – можете считать, что работу выполнили напрасно.

Теперь просуммируйте все баллы, приписанные ответам на пункты: 2, 5, 8, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 29 и 32. Соотнесите результат со шкалой развитости эмпатийных тенденций.

Продолжение Приложение 4

Результаты: Если Вы набрали от 82 до 90 баллов – это очень высокий уровень эмпатийности. У вас болезненно развито сопереживание. В общении, как барометр, тонко реагируете на настроение собеседника, еще не успевшего сказать ни слова. Вам трудно от того, что окружающие используют вас в качестве громоотвода, обрушивая на вас эмоциональное состояние. Плохо чувствуете себя в присутствии «тяжелых» людей. Взрослые и дети охотно доверяют вам свои тайны и идут за советом. Нередко испытываете комплекс вины, опасаясь причинить людям хлопоты; не только словом, но даже взглядом боитесь задеть их. В то же время сами очень ранимы. Можете страдать при виде покалеченного животного или не находить себе места от случайного холодного приветствия вашего шефа. Ваша впечатлительность порой долго не дает заснуть. Будучи в расстроенных чувствах, нуждаетесь в эмоциональной поддержке со стороны. При таком отношении к жизни вы близки к невротическим срывам. Побеспокойтесь о психическом здоровье.

От 63 до 81 балла – высокая эмпатийность. Вы чувствительны к нуждам и проблемам окружающих, великодушны, склонны многое им прощать. С неподдельным интересом относитесь к людям. Вам нравится «читать» их лица и «заглядывать» в их будущее, вы эмоционально отзывчивы, общительны, быстро устанавливаете контакты с окружающими и находите общий язык. Должно быть, и дети тянутся к Вам. Окружающие ценят вашу душевность. Вы стараетесь не допускать конфликты и находить компромиссные решения. Хорошо переносите критику в свой адрес. В оценке событий больше доверяете своим чувствам и интуиции, чем аналитическим выводам. Предпочитаете работать с людьми, нежели в одиночку. Постоянно нуждаетесь в социальном одобрении своих действий. При всех перечисленных качествах Вы не всегда аккуратны в точной и кропотливой работе. Не стоит особого труда вывести Вас из равновесия.

Продолжение Приложение 4

От 37 до 62 баллов – нормальный уровень эмпатийности, присущий подавляющему большинству людей. Окружающие не могут назвать вас «толстокожим», но в то же время вы не относитесь к числу особо чувствительных лиц. В межличностных отношениях судить о других более склонны по их поступкам, чем доверять своим личным впечатлениям. Вам не чужды эмоциональные проявления, но в большинстве своем они находятся под самоконтролем. В общении внимательны, стараетесь понять больше, чем сказано словами, но при излишнем влиянии чувств собеседника теряете терпение. Предпочитаете деликатно не высказывать свою точку зрения, не будучи уверенным, что она будет принята. При чтении художественных произведений и просмотре фильмов чаще следите за действием, чем за переживаниями героев. Затрудняетесь прогнозировать развитие отношений между людьми, поэтому, случается, что их поступки оказываются для Вас неожиданными. У Вас нет раскованности чувств, и это мешает Вашему полноценному восприятию людей.

12–36 баллов – низкий уровень эмпатийности. Вы испытываете затруднения в установлении контактов с людьми, неуютно чувствуете себя в большой компании. Эмоциональные проявления в поступках окружающих подчас кажутся Вам непонятными и лишены смысла. Отдаете предпочтение уединенным занятиям конкретным делом, а не работе с людьми. Вы – сторонник точных формулировок и рациональных решений. Вероятно, у вас мало друзей, а из тех, кто есть, цените больше за деловые качества и ясный ум, чем за чуткость и отзывчивость. Люди платят вам тем же. Бывает, когда чувствуете свою отчужденность, окружающие не слишком жалуют вас вниманием. Но это поправимо, если Вы раскроете панцирь и станете пристальнее всматриваться в поведение близких и принимать их проблемы как свои.

11 баллов и менее – очень низкий уровень. Эмпатийные тенденции личности не развиты. Затрудняетесь первым начать разговор, держитесь особняком среди сослуживцев.

Продолжение Приложение 4

Особенно трудны контакты с детьми и лицами, которые намного старше вас. В межличностных отношениях нередко оказываетесь в неловком положении. Во многом не находите взаимопонимания с окружающими. Любите острые ощущения, спортивные состязания предпочитаете искусству. В деятельности слишком сконцентрированы на себе. Вы можете быть очень продуктивны в индивидуальной работе, во взаимодействии же с другими не всегда выглядите в лучшем свете. Болезненно переносите критику в свой адрес, хотя можете на нее бурно не реагировать. Необходима гимнастика чувств.

Приложение 5

Методика исследования ценностных ориентаций. (модификация Е. Б. Фаталовой)

Ценностные ориентации человека, определяющие его поведение и деятельность образуются из системы ценностей, уникальной и неповторимой для каждого человека. Ценностные ориентации влияют на определение смысла жизни и формирование жизненных целей и планов.

Инструкция: «Перед Вами список из 12-ти ценностей. Просим Вас высказать Вашу точку зрения по поводу своей будущей жизни. Необходимо по 10-ти балльной системе оценить каждую из указанных ценностей жизни. Наиболее значимые следует оценивать в 8-10 баллов; просто значимые – 5-7 баллов; нейтральные – 3-4 балла; совсем незначимые – 1-2 балла».

Активная, деятельная жизнь.

Здоровье.

Интересная работа.

Переживание прекрасного в природе и искусстве.

Любовь.

Материально-обеспеченная жизнь.

Наличие хороших и верных друзей.

Уверенность в себе (отсутствие сомнений).

Познание (возможность расширения своего образования, кругозора).

Свобода как независимость в поступках и действиях.

Счастливая семейная жизнь.

Творчество.

Обработка результатов: по данным теста можно составить своеобразный ценностно-ориентационный портрет: главное в моей жизни – 1 и 2; 3,4,5 и 6 – украшают мою жизнь; 7 и 8 были бы желательны; в своей жизни я могу обойтись без 9 и 10; 11 и 12 – я думаю, не стоит делать целью своей жизни.

Приложение 6

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ»
(ГОУ ВО ЛНР «ЛГПУ»)

Институт истории, международных отношений и
социально-политических наук
Кафедра социальной работы

УТВЕРЖДАЮ
Директор института

« _____ » _____ 20 ____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Резильентность в социальной работе

По направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа
(уровень бакалавриата)

Профиль подготовки – Управление и организация социальной
работы

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Курс – ОФО – 4 курс (8 семестр), ЗФО – 4 курс (12 триместр)

Луганск, 2024

Продолжение Приложение 6

Рабочая программа учебной дисциплины «Резильентность в социальной работе» является частью основной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа очной и заочной форм обучения.

Составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 февраля 2018 г. № 76.

СОСТАВИТЕЛИ:

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры социальной работы

«__» _____ 20__ г., протокол № __
Заведующий кафедрой _____

ОДОБРЕНА на заседании учебно-методической комиссии Института истории, международных отношений и социально-политических наук

«__» _____ 20__ г., протокол № __
Председатель _____

СОГЛАСОВАНО:

заведующий учебно-методическим отделом

«__» _____ 20__ г.

Продолжение Приложение 6

Структура и содержание дисциплины

1. Цели и задачи дисциплины, ее место в учебном процессе

Цель изучения дисциплины – овладение будущими социальными работниками технологиями формирования резильентности с целью профилактики и коррекции негативных последствий влияния различных факторов на сознание и поведение клиентов социальной работы; развитие стрессоустойчивости и адаптивности.

Задачи: сформировать представления о резильентности в социальной работе. Ознакомить студентов с базовыми подходами к пониманию поведения человека в трудных жизненных ситуациях, социально-психологической сущности резильентности как внутриличностного ресурса преодоления трудностей, современными исследованиями резильентности личности. Сформировать умение анализировать трудные ситуации и использовать диагностику резильентности личности на основе различных теорий и практических подходов, методик и техник. Ознакомить с подходами и технологиями развития резильентности в разные жизненные периоды у клиентов с разными трудными жизненными ситуациями.

2. Место дисциплины в структуре ООП ВО.

Учебная дисциплина «Резильентность в социальной работе» входит в часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений. Индекс дисциплины Б1.В.15.

Дисциплина реализуется кафедрой социальной работы.

Основывается на базе дисциплин: «Теория социальной работы», «Технологии социальной работы», «Правовое обеспечение социальной работы», «Психология социальной работы»

Является основой для изучения следующих дисциплин: «Социальная политика», «Социально-управленческие стратегии», «Социальная работа с разными группами клиентов»,

Продолжение Приложение 6

«Объектно-субъектные CASE-технологии в социальной работе», «Социальная работа по адаптации военнослужащих», других.

Необходимыми условиями для освоения учебной дисциплины являются:

знания об основных концепциях резильентности личности, подходы к диагностике резильентности, научные подходы к объяснению стратегий поведения человека в трудных жизненных ситуациях; современные исследования ресурсов преодоления, социальной компетентности и резильентности личности.

умения анализировать трудные жизненные ситуации с позиций способов преодоления, планировать диагностическое обследование субъекта с целью выявления резильентности личности, подбирать, адаптировать и разрабатывать средства развития резильентности личности; создавать программы развития резильентности личности, направленные на предупреждение рисков отклонений в социальном и личностном статусе; разрабатывать рекомендации по развитию резильентности личности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

навыки анализа трудной жизненной ситуации своего жизненного пути, действий в нестандартных ситуациях с позиций конструктивности, ресурсов преодоления и резильентности собственной личности, с позиций социальной ответственности; навыками создания и реализации программ развития резильентности личности.

3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Студенты, завершившие изучение дисциплины «Резильентность в социальной работе», должны

знать: основные концепции резильентности личности, подходы к диагностике резильентности, научные подходы к объяснению стратегий поведения человека в трудных жизненных ситуациях; современные исследования ресурсов

Продолжение Приложение 6

преодоления, социальной компетентности и резильентности личности;

уметь: анализировать трудные жизненные ситуации с позиций способов преодоления, планировать диагностическое обследование субъекта с целью выявления резильентности личности, подбирать, адаптировать и разрабатывать средства развития резильентности личности; создавать программы развития резильентности личности, направленные на предупреждение рисков отклонений в социальном и личностном статусе; разрабатывать рекомендации по развитию резильентности личности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей;

владеть навыками: анализа трудной жизненной ситуации своего жизненного пути, действий в нестандартных ситуациях с позиций конструктивности, ресурсов преодоления и резильентности собственной личности, с позиций социальной ответственности; навыками создания и реализации программ развития резильентности личности.

Перечисленные результаты обучения являются основой для формирования ряда компетенций (в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 февраля 2018 г. № 76 и требованиями к результатам освоения ООП ВО):

универсальных:

УК-2 – способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

профессиональных:

ПК-1 – способен к проведению оценки обстоятельств, которые ухудшают или могут ухудшить условия жизнедеятельности граждан, определению индивидуальных

Продолжение Приложение 6

потребностей граждан в предоставлении социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи.

ПК-2 – способен к планированию деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи, а также профилактике обстоятельств, обуславливающих нуждаемость в социальном обслуживании

4. Структура и содержание учебной дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)	
	Очная форма	Заочная форма
Общая учебная нагрузка (всего)	10 8 (3 зач. ед)	10 8 (3 зач. ед)
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:	40	12
Лекции	16	6
Семинарские занятия	-	-
Практические занятия	24	6
Лабораторные работы	-	-
Контрольные работы	-	-
Курсовая работа (курсовой проект)	-	-
Другие формы и методы организации образовательного процесса (контроль, групповые дискуссии, ролевые игры, тренинги, компьютерные симуляции, интерактивные лекции, семинары, анализ деловых ситуаций и т.п.)	36	12
Самостоятельная работа студента (всего)	32	84
Форма аттестации	зачет	зачет

4.2. Содержание разделов дисциплины

Тема 1. Понятие резильентности в отечественной и зарубежной литературе.

Понятие «резильентность» в зарубежной литературе (когнитивный бихевиоризм, конструктивизм, экологический

Продолжение Приложение 6

реализм). «Резильентность» в отечественной литературе. Концепции резильентности. Составляющие резильентности: стрессоустойчивость и способность к адаптации. Врожденная и приобретенная резильентность. Копинг-стратегии поведения человека в формировании резильентности. Способность к формированию и развитию резильентности.

Тема 2. Ситуации в обществе, способствующие формированию резильентности

Понятие аномии. Типы аномии. Особенности аномии российского общества. Аномия, связанная с утратой смыслов. Аномия, сопровождающаяся эгоцентризмом. Аномия, сопровождающаяся изолированностью от значимых человеческих взаимоотношений. Особенности установления новых норм в обществе.

Понятие энтропии. Теории энтропии. Ситуации социальной энтропии. Личностная динамика К. Юнга. Теории когнитивного диссонанса. Мотивация на удержание энтропии на допустимом уровне.

Тема 3. Трудные жизненные ситуации как условие формирования резильентности в социальной работе

Понятие ситуации. Понятие трудной жизненной ситуации (ТЖС) и ТЖС повседневности. Содержательные признаки ТЖС в социальной работе. Виды и типы ТЖС в социальной работе. Механизмы переключения клиентов социальной работы, попавших в ТЖС, из объекта обстоятельств в субъекта деятельности. Адаптация социальных клиентов в ТЖС.

Тема 4. Ситуации, направленные на необходимость формирования резильентности в социальной работе

Понятие проблемной ситуации. Типы и виды проблемных ситуаций. Типы поведения в проблемных ситуациях. Процесс решения проблем.

Кризисные ситуации в социальной работе. Понятие кризиса и кризисной ситуации. Содержание кризисной ситуации. Виды кризисов. Экзистенциальный кризис. Технологии социальной работы, помогающие выходу из ситуации кризиса.

Продолжение Приложение 6

Понятие критической ситуации. Типы критических ситуаций. Психологическая травма, последствия ее переживания. Технологии социальной работы, способствующие формированию резильентности в кризисных ситуациях.

Понятие конфликта. Конфликтная ситуация. Классификация конфликтных ситуаций. Конфликтные личности. Реакции на конфликтные ситуации. Методы и технологии социальной работы, способствующие решению конфликтных ситуаций.

Тема 5. Стрессовые состояния и стрессоустойчивость человека как одна из составляющих резильентности

Понятие стресса. Стрессы повседневной жизни. Анализ стресс-факторов повседневной жизни. Концепция Р. Лазаруса измерения стресса. Раздражители, вызывающие стрессы в повседневной жизни. «Горизонтальные» и «вертикальные» стресс-факторы.

Стрессоустойчивость. Стресс как условие формирования стрессоустойчивости. Формы и методы формирования стрессоустойчивости в социальной работе: индивидуальные и групповые способы профилактики стресса; информирование о последствиях стресса; проведение тренингов; методы улучшения психологического климата в семье и/или на производстве.

Тема 6. Адаптация к новым условиям или ситуациям как составляющая формирования резильентности в социальной работе

Сущность адаптации: приспособление, интеграция, достижение оптимального состояния, самоактуализация. Стратегии адаптационного процесса. Модели адаптации: конформная модель; инновационная модель; ритуализм; эскепизм; модель бунта. Адаптивность. Уровни адаптивности. Характерологические особенности адаптивности. Роль адаптивности в формировании резильентности.

Продолжение Приложение 6

Тема 7. Социальное сопровождение семей, находящихся в трудной жизненной ситуации, с целью адаптации

Социальное сопровождение семей, находящихся в трудной жизненной ситуации с целью создания необходимых условий для адаптации лиц пожилого возраста и инвалидов к существующим условиям жизни и их реабилитации; координации работы по социально-бытовому обслуживанию клиента; диагностики трудной жизненной ситуации и профилактики возникновения новых ТЖС у различных типов семей и детей, осуществления их социального патронажа; создания необходимых условий для адаптации к существующим реалиям жизни, реабилитации, координации работы по преобразованию ТЖС у лиц из групп риска (лиц без определенного места жительства; мигрантов; безработных; молодежи; осужденных; детей, оказавшихся в ТЖС; лиц страдающих психическими заболеваниями и членов их семей; членами семей лиц, инфицированных ВИЧ; наркозависимыми и членами их семей; военнослужащими и членами их семей; безнадежно и тяжелобольными, др.).

Тема 8. Основные факторы и механизмы формирования резильентности в социальной работе

Группы факторов, способствующие формированию резильентности: социальная поддержка, обеспечивающая признание человека как личности; способность находить цель и смысл жизни; коммуникабельность; самопознание и адекватная самооценка; самоуважение и принятие самого себя; оптимизм и чувство юмора.

Основные механизмы развития резильентности, уровни «резильентной» личности: функциональный уровень; операциональный уровень и мотивационно-личностный уровень.

Продолжение Приложение 6

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Тема 1. Понятие резильентности в отечественной и зарубежной литературе	2	-
2	Тема 2. Ситуации в обществе, способствующие формированию резильентности	2	2
3	Тема 3. Трудные жизненные ситуации как условие формирования резильентности в социальной работе	2	-
4	Тема 4. Ситуации, направленные на необходимость формирования резильентности в социальной работе	2	2
5	Тема 5. Стрессовые состояния и стрессоустойчивость человека как одна из составляющих резильентности	2	-
6	Тема 6. Адаптация к новым условиям или ситуациям как составляющая формирования резильентности в социальной работе	2	-
7	Тема 7 Социальное сопровождение семей, находящихся в трудной жизненной ситуации, с целью адаптации	2	2
8	Тема 8. Основные факторы и механизмы формирования резильентности в социальной работе	2	-
Итого:		16	6

4.4. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Тема 1. Понятие резильентности в отечественной и зарубежной литературе	2	-
2	Тема 2. Ситуации в обществе, способствующие формированию резильентности	4	2

Продолжение Приложение 6

3	Тема 3. Трудные жизненные ситуации как условие формирования резильентности в социальной работе	4	-
4	Тема 4. Ситуации, направленные на необходимость формирования резильентности в социальной работе	4	2
5	Тема 5. Стрессовые состояния и стрессоустойчивость человека как одна из составляющих резильентности	2	-
6	Тема 6. Адаптация к новым условиям или ситуациям как составляющая формирования резильентности в социальной работе	4	-
7	Тема 7 Социальное сопровождение семей, находящихся в трудной жизненной ситуации, с целью адаптации	2	2
8	Тема 8. Основные факторы и механизмы формирования резильентности в социальной работе	2	-
Итого:		24	6

4.5. Лабораторные работы

Учебным планом не предусмотрены

4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
1	Тема 1. Понятие резильентности в отечественной и зарубежной литературе	подготовка домашнего задания; домашнее задание, подготовка к устному опросу; устный опрос	8	10

Продолжение Приложение 6

2	Тема 2. Ситуации в обществе, способствующие формированию резильентности	подготовка домашнего задания; домашнее задание, подготовка к устному опросу; устный опрос	8	14
3	Тема 3. Трудные жизненные ситуации как условие формирования резильентности в социальной работе	подготовка домашнего задания; домашнее задание, подготовка к устному опросу; устный опрос	8	12
4	Тема 4. Ситуации, направленные на необходимость формирования резильентности в социальной работе	подготовка домашнего задания; домашнее задание, подготовка к устному опросу; устный опрос	8	12
5	Тема 5. Стрессовые состояния и стрессоустойчивость человека как одна из составляющих резильентности	подготовка домашнего задания; домашнее задание, подготовка к устному опросу; устный опрос	8	12
6	Тема 6. Адаптация к новым условиям или ситуациям как составляющая формирования резильентности в социальной работе	подготовка домашнего задания; домашнее задание, подготовка к устному опросу; устный опрос	8	12
7	Тема 7 Социальное сопровождение семей, находящихся в трудной жизненной ситуации, с целью адаптации	подготовка домашнего задания; домашнее задание, подготовка к устному опросу; устный опрос	12	14
8	Тема 8. Основные факторы и механизмы формирования резильентности в социальной работе	подготовка домашнего задания; домашнее задание, подготовка к устному опросу; устный опрос	8	10
Итого:			68	96

4.7. Курсовые работы

Учебным планом не предусмотрены.

5. Методическое обеспечение. Образовательные технологии

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий.

Технология объяснительно-иллюстративного обучения (технология поддерживающего обучения, технология проведения учебной дискуссии).

Информационные технологии: использование электронных образовательных ресурсов (электронный конспект) при подготовке к лекциям, практическим (семинарским) занятиям.

Технологии проблемного обучения (метод проблемных заданий, метод эвристической беседы).

Технологии развивающего обучения (метод творческих заданий, ролевых игр).

Помимо этого при изучении дисциплины используются традиционные методы обучения: лекции, семинарские занятия.

6. Формы контроля освоения дисциплины

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем(ями), ведущими практические занятия по дисциплине в следующих формах:

- выступление на семинарских занятиях;
- участие в дискуссиях;
- самостоятельное конспектирование литературы и ее анализ;
- выполнение индивидуальных заданий;
- выполнение самостоятельной работы;
- письменные ответы на модульных контрольных работах.

Промежуточный контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме устного экзамена для очной и заочной формы обучения, который включает в себя ответы на теоретические вопросы по дисциплине.

Продолжение Приложение 6

Система накопления баллов по видам работ отражается в таблице:

Система оценивания учебных достижений студентов очной и заочной форм обучения

Вид текущей учебной работы	Количество баллов	
	ОФО	ЗФО
Работа на семинарских занятиях	30	20
Написание МКР	20	20
Самостоятельная работа	20	30
Зачет	30	30
Итого за семестр:	100	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90–100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83–89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы;	

Продолжение Приложение 6

Хорошо	75–82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63-74	D – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы;	

Продолжение Приложение 6

Удовлетворительно	50-62	Е – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21-49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.	Не зачтено
Неудовлетворительно	0-20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

Валиева Ф. И. Индивидуально-личностные предпосылки резильентного поведения // Вестник Северо-Осетинского государственного университета имени Коста Левановича Хетагурова. – 2016. – № 4. – С. 97-101.

Продолжение Приложение 6

Василевская К.Н. Трудная жизненная ситуация: проблема определения и диагностики // Социальные технологии, исследования. – 2004. – № 1. – С. 57-60.

Леонтьев Д.А. Многоуровневая модель взаимодействия с неблагоприятными обстоятельствами: от защиты к применению / Д.А. Леонтьев // Психология стресса : материалы III Международной научно-практической конференции. – Т.1. Кострома : КГУ им. Н.А. Некрасова, 2013 С. 258–261.

б) дополнительная литература:

Лактионова А.И. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков / А.И. Лактионова. – М. : Институт психологии РАН, 2017 – 236 с.

Андреев С.А. Система социального обеспечения граждан в зарубежных странах / С.А. Андреев.- СПб.: Изд-во СПб., 2008.

Реан, А.А. Психология адаптации личности [Текст] / А.А. Реан. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2008. – 479 с.

Попова Е. И. Первичная профилактика аддиктивного поведения детей старшего дошкольного возраста в контексте формирования предпосылок резильентности / Е. И. Попова, Н. В. Карпова // Гуманизация образования. – 2015. – № 5. – С. 69-73.

Райхельгауз Л. Б. Резильентность образовательных результатов как новый принцип современной дидактики // Ярославский педагогический вестник. 2019. № 4. С. 8-14.

в) Интернет-ресурсы:

Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru>, свободный.

«Журнал исследований социальной политики» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://jsps.hse.ru/issue/archive>, свободный.

Электронная библиотечная система «Консультант студента» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru>, по подписке.

Продолжение Приложение 6

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Освоение дисциплины предполагает использование академических аудиторий, соответствующих действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Аудиторное оснащение: лекционная аудитория, рабочее место преподавателя, рабочие места студентов, канцелярское оснащение учебного процесса.

Преподавание дисциплины предусматривает доступ обучающихся к электронно-библиотечным системам (электронным библиотекам) и к электронной информационно-образовательной среде университета, которая обеспечивает возможность доступа обучающихся к информационно-коммуникационной сети «Интернет».

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

Научное издание

**МАЛЬЦЕВА Татьяна Евгеньевна
ВАСЮК Андрей Григорьевич
ЧЕРКАШИН Олег Александрович
АНТЫКОВА Екатерина Владимировна**

**ФЕНОМЕН РЕЗИЛЬЕНТНОСТИ КАК
ПРИОРИТЕТНАЯ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНАЯ
КОМПЕТЕНЦИЯ В ПОДГОТОВКЕ
СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ В ВУЗЕ**

Монография

В авторской редакции

Подписано в печать 26.01.2024. Бумага офсетная.
Гарнитура Time New Roman.
Печать ризографическая. Формат 60×84/16. Усл.печ.л. 18,13
Тираж 550 экз. Заказ № 03.

Издатель
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
«Книга»
ул.Оборонная, 2, г.Луганск, ЛНР, 291011. Т/ф: +7-857-258-03-20
e-mail: knitaizd@mail.ru