

МОЛОДОЙ УЧЁНЫЙ

ISSN 2072-0297

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ



17 2024
ЧАСТЬ II

16+

Молодой ученый

Международный научный журнал

№ 17 (516) / 2024

Издается с декабря 2008 г.

Выходит еженедельно

Главный редактор: Ахметов Ильдар Геннадьевич, кандидат технических наук

Редакционная коллегия:

Жураев Хусниддин Олтинбоевич, доктор педагогических наук (Узбекистан)
Иванова Юлия Валентиновна, доктор философских наук
Каленский Александр Васильевич, доктор физико-математических наук
Кошербаева Айгерим Нуралиевна, доктор педагогических наук, профессор (Казахстан)
Куташов Вячеслав Анатольевич, доктор медицинских наук
Лактионов Константин Станиславович, доктор биологических наук
Сараева Надежда Михайловна, доктор психологических наук
Абдрасилов Турганбай Курманбаевич, доктор философии (PhD) по философским наукам (Казахстан)
Авдеюк Оксана Алексеевна, кандидат технических наук
Айдаров Оразхан Турсункожаевич, кандидат географических наук (Казахстан)
Алиева Тарана Ибрагим кызы, кандидат химических наук (Азербайджан)
Ахметова Валерия Валерьевна, кандидат медицинских наук
Бердиев Эргаш Абдуллаевич, кандидат медицинских наук (Узбекистан)
Брезгин Вячеслав Сергеевич, кандидат экономических наук
Данилов Олег Евгеньевич, кандидат педагогических наук
Дёмин Александр Викторович, кандидат биологических наук
Дядюн Кристина Владимировна, кандидат юридических наук
Желнова Кристина Владимировна, кандидат экономических наук
Жуйкова Тамара Павловна, кандидат педагогических наук
Игнатова Мария Александровна, кандидат искусствоведения
Искаков Руслан Маратбекович, кандидат технических наук (Казахстан)
Калдыбай Кайнар Калдыбайулы, доктор философии (PhD) по философским наукам (Казахстан)
Кенесов Асхат Алмасович, кандидат политических наук
Коварда Владимир Васильевич, кандидат физико-математических наук
Комогорцев Максим Геннадьевич, кандидат технических наук
Котляров Алексей Васильевич, кандидат геолого-минералогических наук
Кузьмина Виолетта Михайловна, кандидат исторических наук, кандидат психологических наук
Курпаяниди Константин Иванович, доктор философии (PhD) по экономическим наукам (Узбекистан)
Кучерявенко Светлана Алексеевна, кандидат экономических наук
Лескова Екатерина Викторовна, кандидат физико-математических наук
Макеева Ирина Александровна, кандидат педагогических наук
Матвиенко Евгений Владимирович, кандидат биологических наук
Матроскина Татьяна Викторовна, кандидат экономических наук
Матусевич Марина Степановна, кандидат педагогических наук
Мусаева Ума Алиевна, кандидат технических наук
Насимов Мурат Орленбаевич, кандидат политических наук (Казахстан)
Паридинова Ботагоз Жаппаровна, магистр философии (Казахстан)
Прончев Геннадий Борисович, кандидат физико-математических наук
Рахмонов Азизхон Боситхонович, доктор педагогических наук (Узбекистан)
Семахин Андрей Михайлович, кандидат технических наук
Сенцов Аркадий Эдуардович, кандидат политических наук
Сенюшкин Николай Сергеевич, кандидат технических наук
Султанова Дилшода Намозовна, доктор архитектурных наук (Узбекистан)
Титова Елена Ивановна, кандидат педагогических наук
Ткаченко Ирина Георгиевна, кандидат филологических наук
Федорова Мария Сергеевна, кандидат архитектуры
Фозилов Садриддин Файзуллаевич, кандидат химических наук (Узбекистан)
Яхина Асия Сергеевна, кандидат технических наук
Ячинова Светлана Николаевна, кандидат педагогических наук

Международный редакционный совет:

Айрян Заруи Геворковна, кандидат филологических наук, доцент (Армения)
Арошидзе Паата Леонидович, доктор экономических наук, ассоциированный профессор (Грузия)
Атаев Загир Вагитович, кандидат географических наук, профессор (Россия)
Ахмеденов Кажмурат Максutowич, кандидат географических наук, ассоциированный профессор (Казахстан)
Бидова Бэла Бертовна, доктор юридических наук, доцент (Россия)
Борисов Вячеслав Викторович, доктор педагогических наук, профессор (Украина)
Буриев Хасан Чутбаевич, доктор биологических наук, профессор (Узбекистан)
Велковска Гена Цветкова, доктор экономических наук, доцент (Болгария)
Гайич Тамара, доктор экономических наук (Сербия)
Данатаров Агахан, кандидат технических наук (Туркменистан)
Данилов Александр Максимович, доктор технических наук, профессор (Россия)
Демидов Алексей Александрович, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Досманбетов Динар Бакбергенович, доктор философии (PhD), проректор по развитию и экономическим вопросам (Казахстан)
Ешиев Абдыракман Молдоалиевич, доктор медицинских наук, доцент, зав. отделением (Кыргызстан)
Жолдошев Сапарбай Тезекбаевич, доктор медицинских наук, профессор (Кыргызстан)
Игисинов Нурбек Сагинбекович, доктор медицинских наук, профессор (Казахстан)
Кадыров Кутлуг-Бек Бекмурадович, доктор педагогических наук, и.о. профессора, декан (Узбекистан)
Каленский Александр Васильевич, доктор физико-математических наук, профессор (Россия)
Козырева Ольга Анатольевна, кандидат педагогических наук, доцент (Россия)
Колпак Евгений Петрович, доктор физико-математических наук, профессор (Россия)
Кошербаева Айгерим Нуралиевна, доктор педагогических наук, профессор (Казахстан)
Курпаяниди Константин Иванович, доктор философии (PhD) по экономическим наукам (Узбекистан)
Куташов Вячеслав Анатольевич, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Кыят Эмине Лейла, доктор экономических наук (Турция)
Лю Цзюань, доктор филологических наук, профессор (Китай)
Малес Людмила Владимировна, доктор социологических наук, доцент (Украина)
Нагервадзе Марина Алиевна, доктор биологических наук, профессор (Грузия)
Нурмамедли Фазиль Алигусейн оглы, кандидат геолого-минералогических наук (Азербайджан)
Прокопьев Николай Яковлевич, доктор медицинских наук, профессор (Россия)
Прокофьева Марина Анатольевна, кандидат педагогических наук, доцент (Казахстан)
Рахматуллин Рафаэль Юсупович, доктор философских наук, профессор (Россия)
Ребезов Максим Борисович, доктор сельскохозяйственных наук, профессор (Россия)
Сорока Юлия Георгиевна, доктор социологических наук, доцент (Украина)
Султанова Дилшода Намозовна, доктор архитектурных наук (Узбекистан)
Узаков Гулом Норбоевич, доктор технических наук, доцент (Узбекистан)
Федорова Мария Сергеевна, кандидат архитектуры (Россия)
Хоналиев Назарали Хоналиевич, доктор экономических наук, старший научный сотрудник (Таджикистан)
Хоссейни Амир, доктор филологических наук (Иран)
Шарипов Аскар Калиевич, доктор экономических наук, доцент (Казахстан)
Шуклина Зинаида Николаевна, доктор экономических наук (Россия)

На обложке изображен Ардем Патапутян (1967), американский молекулярный биолог и нейробиолог, лауреат Нобелевской премии по физиологии и медицине, член Американского философского общества.

Ардем Патапутян родился в Бейруте в армянской семье. Его мать была учительницей начальных классов и директором начальной школы, а отец — писателем и бухгалтером. Ардем был самым младшим из троих детей. Ему было восемь лет, когда в Ливане разразилась гражданская война. К армянам обычно относились нейтрально с точки зрения христианско-мусульманского конфликта, и Ардем посещал маленькие армянские школы, в которых количество учеников уменьшалось с каждым днем, поскольку люди бежали от войны.

После окончания школы Ардем Патапутян обучался в Американском университете Бейрута в течение года, прежде чем эмигрировать в США в 1986 году. Окончил он Калифорнийский университет в Лос-Анджелесе, в 1990 году получил степень бакалавра в области цитологии и биологии развития, а в 1996-м — степень доктора философии в Калифорнийском технологическом институте.

Будучи аспирантом, Патапутян работал с Луи Райхардтом в Калифорнийском университете в Сан-Франциско. В 2000 году он стал доцентом в Научно-исследовательском институте Скриппса. В период с 2000 по 2014 год он дополнительно работал в Исследовательском фонде Novartis. С 2014 года Ардем Патапутян работает исследователем в Медицинском институте Говарда Хьюза (HHMI).

Ардем Патапутян, используя чувствительные к давлению клетки, открыл новый класс рецепторов в коже и внутренних органах, реагирующих на механические раздражители. Параллельно с ним американский физиолог Дэвид Джулиус с помощью капсаицина — алкалоида из очень острого перца чили, вызывающего чувство жжения, сумел обнаружить в пронизывающих кожу нервных окончаниях рецептор, реагирующий на тепло (TRPV1). В дальнейших исследованиях Дэвид Джулиус и Ардем Патапутян независимо друг от друга обнаружили ионный канал TRPM8. Он был открыт благодаря еще одному веществу, вызывающему «температурные» ощущения — приятно охлаждающему ментолу. Канал TRPM8 активируется при переохлаждении клетки, и нейрон посылает нам сигнал,

что лучше бы надеть перчатки или есть мороженое помедленнее.

Работая в исследовательском центре Scripps Research, Ардем Патапутян занимался и другим важным вопросом: что позволяет нам чувствовать прикосновение и давление на кожу? Затратив немало усилий, Патапутян и его коллеги идентифицировали ген Piezo1. Оказалось, что он кодирует ранее совершенно неизвестный ионный канал, который активируется давлением. Вскоре исследователи обратили внимание на ген Piezo2, очень похожий на ген Piezo1.

Эти прорывные работы положили начало интенсивной исследовательской деятельности, которая быстро углубила наше понимание механизмов тепловой, холодовой, тактильной и проприорецепции.

Это открытие вызвало к жизни целую волну научных работ. Группа Патапутяна и другие исследователи выяснили, что ионный канал Piezo2 необходим для осязания, а также для восприятия положения и движения тела.

Затем ученые выяснили, что гены Piezo1 и Piezo2 регулируют и другие важные процессы: дыхание, артериальное давление и деятельность мочевого пузыря.

Биологи продолжают тщательно исследовать роль TRPV1, TRPM8, Piezo1 и Piezo2 в работе нервной системы. Есть надежда, что эти знания пригодятся в лечении многих заболеваний. Кроме того, их пытаются использовать и создатели биороботов и бионических протезов.

В 2017 году Ардем Патапутян получил премию У. Олдена Спенсера, в 2019 году — премию Розенстила, в 2020 году — премию Кавли в области нейробиологии и премию BBVA Foundation Frontiers of Knowledge Award в области биомедицины.

В 2021 году Патапутян стал лауреатом Нобелевской премии по физиологии и медицине вместе с Дэвидом Джулиусом. Свою Нобелевскую медаль Артем Патапутян подарил музею истории Армении.

В 2022 году он был награжден орденом Святого Месропа Маштоца за выдающиеся достижения в области биологии и значительный вклад в развитие медицины.

*Информацию собрала ответственный редактор
Екатерина Осянина*

СОДЕРЖАНИЕ

БИОЛОГИЯ

Бузулуцкая Е. И.

Сравнение аминокислотных последовательностей и 3D-моделей фермента HMBS у человека и животных73

МЕДИЦИНА

Абдувалиев А. А., Нигманов Д. Р.

Пандемия, которая изменила мир: чума от древних времен до современности75

Вохмянина Г. А., Мацко М. Я.

Хлыстовая травма шеи: от патогенеза к лечению79

Габдулхаева Н. Ф., Чистякова С. В., Шарыпова А. Д.

Особенности закрытого лечения переломов пяточной кости82

Нименко С. А.

Применение заместительной терапии в лечении больных с почечной недостаточностью86

ПСИХОЛОГИЯ

Гельдыева С. К., Хыдырова Л. П.

Динамика и влияние отношений тренера и ученика на спортивные достижения и психологическое благополучие в спорте.....89

Домашевская В. С.

Неагрессивные черты характера личности как проблема профессиональной подготовки.....90

Засухина Н. И.

Характеристика учебных трудностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзии.....93

Кравченко Т. В.

Представление о будущей роли родителя у молодёжи с разным уровнем доверия к себе и миру.....95

Олейникова Е. Е.

Мотивация студентов при выборе профессии психолога96

Temir U. N.

Exploring Identity Change in Codependent Relationships with Alcoholic Men: A Literature Review98

Файзиева Г. У.

Трансформационное лидерство как ключевой фактор инновационных преобразований 100

Ясенева М. В.

Связь психологических границ со стратегиями поведения в конфликте в юношеском возрасте 106

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Асхадуллина В. Е.

Использование видеосъемки для фиксирования результатов при тестировании баскетболистов тренировочной группы 110

Жуков К. С., Коняшин Н. А.

Группы мышц, задействованные при стрельбе из пистолета Макарова, и их развитие 111

Клюева В. А.

Адаптивная физическая культура и спорт: актуальные проблемы и пути их решения 112

Кокотов Р. Д.

Влияние регулярных физических упражнений на общее здоровье и благополучие..... 114

Нарватова Д. М.

Как полезнее работать: стоя или сидя 115

Пасечников М. В.Важность пеших прогулок на свежем
воздухе для жизни и здоровья человека 118**Степанова Ю. М.**

Влияние плавания на организм человека 119

Фомин Д. И.Граундхоппинг: первые выезды
за московское «Торпедо» 121**Tran M. T.**Some methods of equipping badminton
competition tactics for non-specialist students... 123**ФИЛОЛОГИЯ, ЛИНГВИСТИКА****Акимова Д. С.**Искомая страна в морфологии современной
сказки «Невеста Ноября» Лии Арден 127**Бадина К. С., Мельникова Е. М.**Специфика употребления канцеляризов
в русском языке 129**Йулдошева С. Ш.**К вопросу классификации фразеологизмов
(на примере рассказов А. П. Чехова) 130**Мухаметова С. И.**Особенности перевода поэмы
Н. А. Некрасова «Кому на Руси жить
хорошо» на китайский язык, выполненного
Ван Фэйбаем 132**Nursapa N.**The challenges and perspectives
of guanyun historical research:
interdisciplinary research and thinking 134**Прасолова Ю. А.**Пушкинский текст в лирике XX века
(в стихотворениях-песнях Б. Окуджавы
и В. Высоцкого) 136**Савичева У. И.**Способы перевода концепта love
в творчестве группы Within Temptation 139**Чжан Шань**Влияние социальных сетей на китайский
язык (на примере TikTok) 141**Чугреева А. В.**

Влияние речи журналиста на его имидж 143

БИОЛОГИЯ

Сравнение аминокислотных последовательностей и 3D-моделей фермента HMBS у человека и животных

Бузулуцкая Екатерина Игоревна, студент
Научный руководитель: Бородин Дмитрий Дмитриевич, ассистент
Волгоградский государственный медицинский университет

В данной статье рассматривается сравнительный анализ аминокислотных последовательностей фермента HMBS у человека и различных видов животных, выявляется степень консервативности основных функциональных доменов. Результаты подчеркивают важность понимания различий между видами для разработки лечения нарушений биосинтеза гема.

Ключевые слова: ген HMBS, аминокислотная последовательность, человек животных, различие.

Введение. Ген HMBS находится на длинном плече 11-й хромосомы, содержит 15 экзонов и охватывает приблизительно 10 тысяч пар нуклеотидов ДНК.

Ген HMBS экспрессируется в костном мозге, толстой кишке и других тканях. Ген кодирует порфобилиногендезаминазу: третий фермент биосинтеза гема, локализованный в митохондриях. Белок представляет собой третий фермент биосинтеза гема, катализирующий прямую конденсацию четырех молекул порфобилиногена в линейный тетрапиррол — оксиметилбилан. [3]

Мутации гена HMBS ассоциированы с развитием редкого наследственного заболевания — острой перемежающейся порфирии. В результате частичного дефекта гена HMBS возникает дефицит порфобилиногендезаминазы. Это способствует нарушению биосинтеза гема и приводит к избыточному накоплению в организме порфиринов и их предшественников: порфобилиногена и 5-аминолевулиновой кислоты. Эти процессы вызывают клинические проявления болезни: острые боли в животе, тошноту, рвоту, параличи скелетной и дыхательной мускулатуры, тахикардию и др. [4]

Изучение структуры и функции HMBS имеет важное значение для понимания механизмов биосинтеза гема и связанных с ним патологий. В данной работе мы сосредоточимся на сравнении аминокислотных последовательностей и 3D-моделей фермента HMBS у человека и различных видов животных.

Цель. Сравнение первичных аминокислотных последовательностей и 3D-моделей фермента HMBS у человека и различных видов животных для выявления консервативных и изменчивых участков, а также для лучшего понимания эволюционных аспектов структуры и функции данного фермента.

Материалы и методы. Для проведения сравнительного анализа аминокислотных последовательностей фермента HMBS были использованы последовательности генов и белков, доступные в базах данных UniProtKB (UniProt Consortium, Великобритания, Швейцария, США), а также использованы программы ClustalX2 (Des Higgins, Trinity College Dublin, Ирландия, BLAST (NCBI, США). Для построения 3D-моделей была использована программа Chem3D (PerkinElmer, США).

Результаты и обсуждение. Ген HMBS кодирует белок аминолевулинат-дегидратазу, который играет ключевую роль в биосинтезе гема, а именно, в конверсии дельта-аминолевулиновой кислоты (ALA) в порфобилиноген. Этот процесс является первым шагом в пути синтеза гема, который в свою очередь необходим для образования гемоглобина и других гемсодержащих белков. Болезни, связанные с мутациями в гене HMBS, такие как острый интермиттирующий порфирия (AIP), проявляются из-за недостатка активности аминолевулинат-дегидратазы, что приводит к накоплению промежуточных продуктов метаболизма порфирина, вызывая различные симптомы, включая неврологические и абдоминальные проблемы. [1]

Сравнительный аминокислотный анализ — это метод исследования, который позволяет сравнивать последовательности аминокислот в белках различных организмов или в различных областях одного и того же белка. Этот метод широко применяется в молекулярной биологии, генетике, эволюционной биологии и других областях для изучения структуры и функции белков, а также для понимания их эволюции и взаимосвязей между различными видами.

Сравнительный анализ аминокислотных последовательностей фермента HMBS у человека и различных видов животных показал, что его основные функциональные домены обладают высокой степенью консервативности. Это указывает на то, что фермент HMBS играет ключевую роль в биосинтезе порфирина не только у человека, но и в других организмах. Однако, несмотря на общую консервативность, были выявлены некоторые различия в аминокислотных последовательностях, особенно в областях, которые могут быть связаны с регуляцией активности фермента или его взаимодействием с другими белками. Построение 3D-моделей фермента HMBS позволило более детально исследовать его структуру и предсказать взаимодействие с субстратами. Несмотря на общую схожесть между человеком и животными, наблюдались некоторые различия в активных центрах и конформации молекулы. Эти различия могут быть связаны с адаптацией фермента к специфическим условиям и потребностям каждого организма. Обнаруженные различия в структуре и последовательности фермента HMBS между видами могут иметь значительное значение для его функциональной активности и регуляции. Например, изменения в активных центрах могут влиять на специфичность взаимодействия с субстратами, а изменения в областях регуляции могут приводить к различиям в скорости реакции или степени ингибирования фермента. [5] Эти результаты подчер-

кивают важность не только изучения консервативности фермента HMBS, но и понимания различий между видами, что может помочь в разработке более эффективных подходов к лечению заболеваний, связанных с нарушением биосинтеза гема.

Также было выявлено, что наиболее сходен по аминокислотной последовательности с человеческим белком HMBS белок поросенка. Наименее сходен по аминокислотной последовательности с человеческим белком HMBS белок африканской когтистой лягушки. Из сходных с человеком животных для получения чистого фермента и проведения исследований «in vitro» наиболее рационально рассматривать крысу, ввиду доступности ее тканей. Из сходных с человеком животных для проведения исследований «in vivo» наиболее рационально использовать собаку, поскольку имеется специально выведенная для этих целей лабораторная порода. Сравнение сайтов связывания 3D-моделей HMBS человека и крысы показало, что для экспериментальных исследований фермент крысы можно использовать.

Заключение. В данной работе было проведено сравнение аминокислотных последовательностей и 3D-моделей фермента HMBS у человека и различных видов животных. Полученные результаты подчеркивают значительную консервативность данного фермента, однако также выявляют некоторые различия, которые могут иметь важное значение для его функциональной активности и регуляции.

Литература:

1. Bishop D. F. Human Porphobilinogen Deaminase Deficiency. In: Scriver C. R., Beaudet A. L., Sly W. S., Valle D. (eds) *The Metabolic and Molecular Bases of Inherited Disease*. McGraw-Hill, New York, NY, 1999. — 175 с.
2. Smith A. G., Raven E. L. Amino-Levulinate and Porphobilinogen Synthases. In: Warren M. J., Smith A. G. (eds) *Tetrapyrroles: Birth, Life and Death*. *Advances in Experimental Medicine and Biology*, vol 527. Springer, Boston, MA, 2004. — 175 с.
3. Smith J. F. Systematically testing human HMBS missense variants to reveal mechanism and pathogenic variation. *Journal of Genetics and Molecular Biology*. Springer, New York, NY, 2023. — 175 с.
4. Bissell D. M., Anderson K. E., Bonkovsky H. L. Porphyrria. *N. Engl. J. Med.*. 2017. № 377. С. 862–872.
5. Lenglet Hugo, Schmitt Caroline, Grange Thomas et al. From a dominant to an oligogenic model of inheritance with environmental modifiers in acute intermittent porphyria. *Human Molecular Genetics*. 2018. № 27. С. 1164–1173.

МЕДИЦИНА

Пандемия, которая изменила мир: чума от древних времен до современности

Абдувалиев Анвар Арсланбекович, PhD, доцент;
Нигманов Данисхан Рустамович, студент
Международный университет Кимё в г. Ташкенте (Узбекистан)

Цель статьи — анализ данных о чуме в историческом прошлом, обзор самых известных пандемий, их длительность, а также влияние на жизнь, историю человечества, на культуру и духовную жизнь людей того времени. Рассмотрены этапы изменения научного восприятия заболевания, эволюция методов борьбы против чумы — от открытия возбудителя, создания противочумных вакцин и. Освещена классификация подвидов возбудителя, рассмотрены клинических форм заболевания и этиотропное лечение.

Чума (с лат. *Pestis* — зараза) является зоонозным острым инфекционным заболеванием природного происхождения. В английском языке обозначается термином «*plague*» и происходит от латинского слова «*plaga*» в значении «бедствие», в связи с тем, что заболевание имело глобальные масштабы и разрушительные последствия: болезнь не считалась ни со статусом, ни с границами, не было спасения ни бедным, ни богатым, ни молодым, ни старым. Возбудителем является Чумная палочка (лат. *Yersinia pestis*) — грамотрицательная бактерия представитель семейства *Yersiniaceae*. В зависимости от формы заболевания характеризуется такими симптомами как лихорадка, тяжелая интоксикация, поражение внутренних органов, поражением кожи и лимфоузлов с образованием специфических образований (бубоны). Без должного лечения чума становится летальным заболеванием.

На сегодняшний день достоверно известно, что чумная палочка произошла более 20,0 тысяч лет назад [1] в результате эволюции псевдотуберкулезной палочки (*Yersinia pseudotuberculosis*) — более древнего энтеропатогена, возбудителя не смертельной и малозаразной болезни — псевдотуберкулеза. Такие факторы, как резкое изменение климата в позднем плейстоцене, которое в свою очередь повлекло изменение экосистем, стало причиной эволюции предка *Y. Pestis*. [2]. При этом, ряд генетических мутаций привели к увеличению вирулентности чумной палочки по сравнению с ее прародителем — псевдотуберкулезной палочки.

Основным распространителем чумной палочки считают Блоху человеческую (лат. *Pulex irritans*) из семейства *Pulicidae* (также возможно заражение через платяные вши (*Pediculus humanus*)); заражение происходит после укуса насекомого, которое ранее питалось на больном грызуне. Специфичность и эффективность блох как переносчиков чумной палочки обусловлены наличием уникального механизма передачи возбудителя: в результате интенсивного размножения попавших

в насекомое микробов образуется непроходимость переднего отдела пищеварительного тракта блохи — так называемый «блок преджелудка» или «чумной блок». Это в свою очередь приводит к тому, что при питании инфицированного насекомого поступающая кровь омывает «блок», далее из-за непроходимости обратным током, уже инфицированная микробными клетками кровь, попадает в кровяное русло животного или человека, вызывая бубонную чуму. Оголодавшее насекомое в попытках насытиться раз за разом меняет хозяев, тем самым быстрее распространяя палочку на новых носителей. Альтернативными путями передачи возбудителя чумы кроме трансмиссивного (посредством укуса насекомых, которые ранее обитали на больных животных или человеке), являются контактно-бытовой, воздушно-капельный, пищевой.

Рассмотрим появление чумы в Древнем Египте. Основываясь на данных исследования Орехова Р.А. в то время чума носила локальный и сезонный характер — это было связано с половодьем реки из-за чего дикие крысы зараженные чумными блохами меняли свое место обитания и могли селиться вблизи человека, заражая людей и домашних животных. Естественная водная преграда и размеренное распределение селений людей друг от друга обуславливало безопасную дистанцию, которая не позволяла отдельным вспышкам перейти в эпидемию. Когда уровень воды падал крысы возвращались в привычные места обитания и вспышки заболевания сходили на нет естественным образом. В Птолемеевское время (начиная с трехсотых и до тридцатых годов до нашей эры) активно начала развивается торговля из-за чего в долину попала новая разновидность крыс — Черная крыса (*Rattus rattus*). В отличие от местных крыс, которые возвращались в естественную и привычную среду обитания, черные крысы предпочитали селиться возле людей на постоянной основе. Также в это время в Египет из тропиков занесли африканскую блоху-эндемик (*Xenopsylla cheopis*), которая могла долгое время

обходится без пищи, жить в зерне и одежде. Из-за этих факторов единичные вспышки чумы начали иметь эпидемиологический характер.

Чума влияла не только на жизненный уклад людей, но и на религию. Примером служит начало почитания богини Бастет в образе кошки или женщины с головой кошки. Она олицетворяла не только кошку-животное, которая была естественным борцом против крыс, но и само явление распространения чумного заболевания. Во время вспышек заболевания люди поклонялись богине что бы эпидемия прекратилась.

В средние века нашей эры феномен чумного заболевания воплощался в религии, представляя собой наказание за грехи или божью кару. Смысл был в поиске инфицированных и взваливание вины за все несчастья, что нередко приводило к случаям религиозного фанатизма и нетерпимости. Зараженных приводили в пример в назидание другим, чтобы повышать общественную нравственность, для восстановления социального порядка, а также с целью распространения и пропаганды христианского мировоззрения и образа жизни. Эпидемиями чумы было продиктовано принятие городскими и светскими властями ряда законов, таких как — закон против роскоши, регулирование торжественных мероприятий (крещение, бракосочетание, погребение), и установление правил ношения одежды. В виду главенства религиозной теории происхождения заболевания, в госпиталях всем новоприбывшим без исключения сначала было необходимо исповедаться, а затем причаститься. При этом, к больным чумой не относились по-особенному, а также, как и к обычным заболевшим. Религия средневековой эпохи относилась к божественному предопределению, что мешало оценить всю сложность и серьёзность сложившейся ситуации, и, зачастую становилось причиной тяжёлых последствий в виде неконтролируемого распространения заболевания, что в свою очередь приводило к ещё большему числу жертв, чем если бы были созданы карантинные меры для инфицированных больных [3].

Волны чумы. Началом первой волны пандемии заболевания принято исчислять серединой четвертого века нашей эры, географически — Центральная Азия. Правителем того периода являлся император Юстиниан первый в честь которого и была названа Юстинианова чума. Имея высокую скорость распространения, болезнь быстро достигла столицы Византийской империи — Константинополя (нынешний Стамбул). Расположение Константинополя на пересечении торговых путей Востока и Запада, обусловило дальнейшее распространение чумы по странам побережья Средиземного моря, северной Африки и других стран. Вспышки заболевания продолжались до середины восьмого века. На основе анализа исторических источников и летописей Юстинианова чума унесла жизни от тридцати до пятидесяти миллионов человек. При этом следует отметить, что чем дальше отдалается событие по времени, тем ненадёжнее статистические данные.

«Чёрная смерть» (альтернативное название от латинского *Atra moris* — Чёрный мор) вторая пандемия чумы, предположительно начавшаяся Центральной Азии (на территории нынешнего Киргизстана), получившая наибольшее распро-

странение в 1346–1353 годах. Существует несколько теорий происхождения данного названия, одной из которых связывают тот факт, что трупы умерших становились черными, из-за чего выглядели словно они обуглены. От «чёрной смерти» погибло около 50% (по другим оценкам до 60%) населения Европы, что обусловлено более контагиозными и более летальными разновидностями чумы (бубонная и легочная формы заболевания), а также неразвитостью и неэффективностью средневековой медицины. В то время люди знали, что распространителем чумы являются крысы, и основной метод заражения был через укусы крыс и блох. Методы борьбы сильно прогрессировали за продолжительное время хоть и были все еще ошибочными. Основные методы: изоляция заражённых, охота на крыс и других грызунов, привлечение докторов и появление отдельной их категории — чумных докторов. Хотя чумные доктора в большинстве случаев не помогали больным, однако их одевание давало защиту. Они носили маски и вощеную одежду, которая не позволяла блохам перепрыгивать на них. Маска докторов представляла собой первые респираторы, имела форму клюва, в котором находились пахучие травы, так как считалось, что чума передается через плохой запах «смрад и гниль». Следует отметить, что повторные вспышки чумы, продолжавшиеся вплоть до восемнадцатого века, нанесли серьёзный удар по Европе. Самые крупные вспышки того периода: в городе Севилья в 1649–1650 годах — болезнь унесла жизни около 120 тысяч людей; в 1656 году в Неаполе — количество жертв достигало 450 тысяч; в 1722 году была охвачена южная провинция Франции, умерло более 140 тысяч человек; вспышка чумы в Москве в 1770–1772 годах, (ввиду высокой смертности в этот период умирало более тысячи человек в день, общее число жертв превысило 60,0 тысяч человек), которая началась во время русско-турецкой войны, бушевала в Стамбуле в 1778 году, и практически до конца девятнадцатого века продолжалась на окраинных территориях Османской империи.

Местом начала третьей пандемии является Китай середины девятнадцатого века. Эпидемия чумы через море с заражёнными корабельными крысами распространилась в Индию, на восток Африки, а также докатилась до Северной и Южной Америки и продолжалась вплоть до 1920 года. Количество жертв третьей волны пандемии чумы оценивается более 12 миллионов человек [4].

Начало противочумного периода. Не обладая знаниями и оборудованием, не имея возможности объяснить происхождение заболевания научными методами во времена первых пандемий люди считали, что чума — это кара божья. Многие врачи, борющиеся с чумой, при проведении исследований или работе с больными неизбежно заражались, так как до 1894 года не было известно, что возбудителем чумы является бактерия. Продолжительное время врачи искали способы ограничить распространение заболевания. Одним из первых кто предположил, что чума имеет не божье происхождение был основатель эпидемиологии в России, русский врач Сушковский Даниил Самойлович. Ученый на протяжении суток носил предварительно обработанное ядовитым порошком

белье больного, который ранее умер от чумы. Его эксперимент стал подтверждением того, что причиной заболевания является живой микроорганизм, а не «живое язвенное начало» или «божья кара» [5].

Огромный вклад в исследовании чумы внес французский ученый-микробиолог Александр Йерсен, который в 1894 году 21 июня в Гонконге открыл чумную палочку (впоследствии была названа в его честь: *Yersinia pestis*) [6]. Его открытие стало основой в развитии средств и методов для профилактики чумы. В 1896 году Йерсеном была изготовлена первая противочумная сыворотка. Она основывалась на потере вирулентности при многократных пересевах на искусственных питательных средах различных возбудителей чумы. Несмотря на то, что попытки применения сыворотки в очагах болезни показало отсутствие лечебного эффекта у больных с легочной формой заболевания и еще меньше у людей с бубонной формой, сыворотка применялась для экстренной профилактики лиц, контактировавших с больными и для иммунизации медицинского персонала, который длительное время работал в очагах чумы.

Немаловажно упомянуть русского врача бактериолога Владимира Хавкина. В 1896 году эпидемия бубонной чумы разразилась в Бомбее, вызвав панику как в самой Индии, так и в Европе, которая была связана пароходным сообщением. По поручению британских властей, ученым в кратчайшие сроки была развернута противочумная лаборатория и была разработана и испытана на себе, а в последствии на добровольцах, профилактическая вакцина («лимфа Хавкина») с использованием мертвых бактерий. В ходе испытаний вакцины Хавкина привитые заболевали в семь раз меньше и умирали в десять раз меньше [9]: была начата широкое использование для вакцинации населения, чем был внесен решающий вклад в борьбе с эпидемией чумы. Мертвые противочумные сыворотка использовались вплоть до XX века, когда были введены в использование живые вакцины и далее — антибактериальные препараты. При вводе в организм больного вакцины облегчали течение чумы и уменьшалась вероятность летального исхода.

В 1926 году на острове Мадагаскар ученые Жорж Жирар и Жан Мари Робик выделили штамм чумной палочки из труп человека, умершего от бубонной чумы. В течение 5 лет ученые проводили ежемесячный пересевы культуры на агаре и выдерживали ее при температуре 19–20 градусов цельсия. По окончании эксперимента они получили авирулентный штамм для грызунов, что позволило обеспечить защиту от чумы. Их исследование положило начало живым вакцинам [7,8]. Массовое применение живых чумных вакцин началось в тридцатые года прошлого столетия. Применение в очагах заболевания доказало большую эффективность живых вакцин в сравнение с вакцинами на основе убитых штаммов. В дальнейшем многие исследователи предлагали различные живые чумные вакцины, однако именно штамм чумной палочки, который обнаружил Жирар, по данным экспериментальных и полевых исследований имел наибольшее преимущество по сравнению с другими штаммами. В 1936 году Жерар передал штамм в Саратовский противочумной институт, в котором проводились

испытания его безвредности и иммуногенности, и, в 1938 году была назначена комиссия специалистов чумологов — М.П. Покровской, Е.И. Коробковой и другими. После продолжительных и тщательных экспериментальных исследований на лабораторных животных и на людях — сотрудниках института (все исследования проводились с добровольным согласием на прививку) было установлено, что штамм, предложенный Жераром, действительно обладал иммуногенностью и безопасностью [7].

Таксономия *Yersinia pestis*. В составе вида *Yersinia pestis* различают два подвида: основной — *pestis* и штаммы неосновного подвида — *microti*, циркулирующий преимущественно в популяциях полевых (Microtus spp).

В основу разделения возбудителя чумы на биовары положено их географическое распространение и биохимические свойства (способность к ферментации глицерина, восстановление нитратов или нитратредукции). R. Devignat [10] используя исторический подход, предложил классификацию на три внутривидовые группы, каждая из которых сформировалась в различные периоды эволюции возбудителя:

- *antiqua* (античный или древний биовар), ферментирует глицерин, не ферментирует мелибиозу, предположительно был причиной «Юстиниановой чумы» (VI — VII вв.), географически распространен в Центральной Азии и Центральной Африке;

- *medievalis* (средневековый биовар), ферментирует как глицерин, так и мелибиозу, связывают с пандемией «Черной смерти» (XIV — XIX вв.), распространен в Средней Азии и Иране;

- *orientalis* (восточный биовар), не ферментирует ни глицерин, ни мелибиозу, связывают с третьей пандемией чумы и большинством современных вспышек.

В соответствии с правилами Международного кодекса номенклатуры бактерий (МКНБ) возбудители чумы из природных очагов стран СНГ, ближнего и дальнего зарубежья [11] классифицируются на подвиды, отличающиеся филогенетическими признаками и эпидемической значимостью: в состав основного подвида *Y. pestis* входят подвид *pestis*, включающий 4 биовара: *antiqua*, *medievalis*, *orientalis* и *intermedium*, и подвид *microtus*, который включает неосновные биовары: *altaica*, *angola*, *caucasica*, *hissarica*, *qinghaiensis*, *talassica*, *udegeica* и *xilingolensis*.

Глобальное исследование штаммов *Yersinia pestis* позволяет создать базу для установления распространения возбудителя и отслеживать закономерность активности природных очагов чумы.

Патогенез. По типу проникновения возбудителя чумы выделяют три основных формы заболевания: бубонная (наиболее широко распространена, занимая до 80% всех регистрируемых случаев), легочная (наименее распространенная, но наиболее опасная ввиду заразности, которая обусловлена воздушно-капельным способом передачи), септическая форма (сама редкая форма, без лечения заканчивающаяся смертельным исходом). [12]

При заболевании бубонной формой чумы лимфатические узлы сильно увеличиваются в среднем до крупного кури-

ного яйца. На месте первичного бубона кожа имеет синюшный или темно-красный цвет, появляется кровоизлияние, на коже может начаться некроз. Кожа имеет резко выраженный отек, который распространяется на довольно обширный участок. В подкожной клетчатке наблюдаются многочисленные кровоизлияния разной степени. Пораженные лимфоузлы сильно пропитаны кровью, могут содержать гной или участки некроза. В среднем все вышеперечисленное наблюдается в течение восьми — десяти дней. В случае выживания больного происходит рассасывание бубонов и постепенное рубцевание.

Легочная форма представляет собой пневмонию, вызванную непосредственно возбудителем Чумной палочкой. Характерными являются кровоизлияния вокруг очагов воспаления в долях легких; могут быть поражены как одно, так и оба легких. Могут появиться фиброзные наложения на плевру в области воспаления и вокруг него. Плевральная полость содержит серозный экссудат. В трахеях и бронхах обнаруживается скопление пенистой серозно-геморрагической жидкости, а в альвеолах большое скопление чумной палочки. Слизистая оболочка тусклая, часто с наличием кровоизлияний.

При септической форме чумы инфицирование происходит в результате укуса зараженной блохи и развивается при попадании возбудителя в кровоток. Отмечаются кровоизлияния в коже, особенно многочисленными могут быть во внутренних органах и серозной оболочке, либо проявляться в виде геморрагической сыпи. Характерна этиология сепсиса [13], при этом бактериальные эндотоксины вызывают ДВС-синдром и, как следствие, ишемический некроз и отмирание тканей.

Антибактериальная терапия чумы. По анализам заболеваемости чумой в мире за последние 30 лет наблюдается высокий уровень заражаемости этой инфекцией. С 90 по 99 года прошлого столетия число заболевших выросло в два раза, основная доля заболеваемости и собственно смертности приходится на страны Африки, особенно на остров Мадагаскар, где с 1990 года регистрируется около 1000 заболевших в год, летальный исход составляет 10% и даже сейчас часто происходят вспышки заболевания [14]. По данным международного общества ProMED, в среднем регистрируется свыше двухсот случаев эпидемиологических осложнений, это обусловлено частыми вспышками бубонной чумы, которая может перерасти в легочную и септическую форму если не лечить антибиотиками, а в отсутствие лечения исход будет фатальным и приводит к смерти в течение 24 часов.

Полное излечение при бубонной и других формах чумы стало возможным после открытия антибиотика стрептомицина в 1944 году, который показал эффективность в экспериментальной чуме лабораторных млекопитающих, зараженных подкожным или аэрогенным путем введения возбудителя. Наряду со стрептомицином в фармакотерапии началось активное применение таких антибиотиков как тетрациклин и хлорамфеникол, что существенно сократило число заболеваний и снизило показатели смертности при чуме. Однако, широкое применение стрептомицина привело к возникновению стрептомицин-резистентных штаммов возбудителя, уровень устойчивости которых превосходил концентрацию антибиотика при параллельном сохранении вирулентности. Клиницисты нашли

способ обойти эту проблему, начав комбинировать стрептомицин с тетрациклином или хлорамфениколом. При экспериментальной чуме в опытах на белых мышах, зараженных как подкожно, так и аэрогенно также была отмечена высокая эффективность тетрациклина. Однако и при его применении стали появляться сообщения о возникновении устойчивости чумной палочки [15,16]. При более глубоком изучении вопроса резистентности из 277 штаммов чумного микроба которые были отобраны на анализ с острова Мадагаскар, 13% показало устойчивость к тетрациклину [17].

Дальнейшее исследование вновь открываемых антибиотиков различных групп при экспериментальной чуме у животных дало широкий спектр препаратов: группа аминогликозидов (гентамицин, амикацин), рифампицин, (показавший высокую эффективность, но монотерапия которым также осложнена возникновением резистентных штаммов с исходной вирулентностью), группа бетта-лактамов (ампициллин), группа цефалоспоринов, карбапенемов, фторхинолонов и др. Использование комбинации антибиотиков является наиболее результативным способом повышения эффективности терапии чумы, а также предотвращает возникновения резистентности у возбудителя, которая в свою очередь обусловлена развитием хромосомной устойчивости к антибактериальным препаратам. Так, на основании опыта лечения пациентов с легочной формой чумы в 2010 году (Тибет) комбинация стрептомицина с фторхинолонами рекомендована в качестве «золотого стандарта» [18].

Заключение. За всю историю чума забрала с собой огромное количество жертв ввиду высокой летальности, которая была обусловлена как значительной вирулентностью возбудителя — чумной палочки, так и низким уровнем просвещенности людей прошлого времени. Ряд объективных причин — отсутствие мер санитарно-гигиенической и эпидемиологической безопасности, а иногда и полная антисанитария, большая скученность населения, неразвитость городской канализационной инфраструктуры, а также суеверные и религиозные взгляды на болезнь сыграли значительную роль в распространении заболевания и перехода его на уровень эпидемий и пандемий. Научный прогресс изменил расстановку сил: открытие возбудителя — чумной палочки *Yersinia pestis* в 1894 году позволило врачам и ученым начать борьбу с чумой. Логичным продолжением стало создание противочумных сывороток, в дальнейшем вакцин, которые положили конец эпидемиям. Старт эры антибиотиков позволил держать это страшное заболевание под контролем, снизив летальность от него до 5–10%.

Тем не менее, в текущих реалиях не представляется возможным полное уничтожение заболевания, ввиду особых механизмов выживаемости возбудителя в природных резервуарах. Вспышки чумы продолжают по сей день, преимущественно в странах с низким экономическим уровнем, на долю которых приходится основной процент заболевших и умерших. При этом, данные факты не исключают вероятности возникновения вспышек заболевания даже в развитых странах. Эпидемиологическая ситуация по чуме в мире остается нестабильной и сложной. Случаи инфицирования людей регистрируются практически ежегодно. В сложившейся ситуации возрастает

значение проведение комплекса профилактических мероприятий на территории природных очагов чумы, а также под-

держание глобальной системы оповещения эпидемиологического статуса заболевания в мировых масштабах.

Литература:

1. M. Achtman et al., 1999. *Yersinia pestis*, the cause of plague, is a recently emerged clone of *Yersinia pseudotuberculosis*
2. Сунцов В. В. и Сунцова Н. И. Чума. Происхождение и эволюция эпизоотической системы (экологические, географические и социальные аспекты). М.: КМК, 2006. — 247 с
3. Орехов Р. А. К вопросу о появлении чумы в Древнем Египте // *Локус: люди, общество, культуры, смыслы*. — 2022. — 13(2). — 60–77. — DOI: 10.31862/2500–2988–2022–13–2–60–7
4. Ганин В. Война с «черной смертью»: от обороны к наступлению. // *Наука и жизнь*. — 2006. — 7. — 17–24.
5. Громбах С. М. Данило Самойлович. Жизнь и деятельность. М., 1952. 52 с.
6. Yersin A. La peste bubonique a Hong Kong. // *Ann. Inst. Pasteur (Paris)*. — 1894. — 8. — 662–667.
7. Коробкова Е. И. Живая противочумная вакцина. — М.: Медгиз, 1956. — 206 с.
8. Girard G., Robic J. Vaccination pesteuse par germes vivants (virus vaccine EV) Trois annees de l'application a Madagascar. // *Bull. Acad. Med.* — 1938. — 120. — 54–60.
9. Марина Сорокина. Между верой и разумом: великий бактериолог Владимир Хавкин // «ПРИРОДА» № 4, 2020
10. Devignat R. Variétés de l'espèce *Pasteurella pestis*: nouvelle hypothèse. *Bull. WHO*. 1951;4(2):247–263.
11. М. Е. Платонов, В. В. Евсеева, С. В. Дентовская, А. П. Анисимов. Молекулярное типирование *Yersinia pestis*
12. Данилов, Д. Е. Ч90 Чума. Туляремия. Сибирская язва: учеб-метод. пособие 1 Д. Е. Данилов [др.]. Минск: БГМУ, 2007. — 31 с.
13. О. А. Чернявская. ЧУМА: Клинико-эпидемиологические, лечебно-диагностические и профилактические аспекты
14. Топорков В. П., Величко Л. Н., Шиянова А. Е., Кедрова О. В. Динамика заболеваемости чумой в мире. Проблемы особо опасных инфекций. 2008;(3(97)):22–25.
15. Boulanger L. L., Ettestad P., Fogarty J. D. et al. Gentamicin and tetracyclines for the treatment of human plague: review of 75 cases in New Mexico, 1985–1999. *Clin Infect Dis* 2004; 38: 378–385.
16. Макаровская Л. Н., Алешина Э. Н., Тинкер И. С. Динамика образования устойчивых форм чумного микроба к стрептомицину и мицетину. Вторая Всесоюзная конференция по антибиотикам: Тез. докл. М.: 1957; 183–184.
17. Rasoamanana B., Coulanges P., Michel P., Rasolofonirina N. Sensitivity of *Yersinia pestis* to antibiotics: 277 strains isolated in Madagascar between 1926 and 1989. *Arch Inst Pasteur Madagascar* 1989; 56: 37–53.
18. Dawa W., Pan W. J., Gu X. Y., Zhang S. Q., Dawa C., Yi X., Ciwang Z., Wang Y., Li S. Y., Jiang R. M. Clinical features, diagnosis and treatment of 5 cases of primary pneumonic plague in Tibet in 2010. *Zhonghua Jie He He Hu Xi Za Zhi*. 2011; 34: 6: P. 404–408.

Хлыстовая травма шеи: от патогенеза к лечению

Вохмянина Галина Андреевна, студент;

Мацко Михаил Ярославович, студент

Уральский государственный медицинский университет (г. Екатеринбург)

Клинический синдром расстройств, связанных с хлыстовой травмой шеи, включает боль в шее, ригидность мышц, боль и парестезии в руках, височно-нижнечелюстную дисфункцию, головную боль, головокружение, нарушения зрения, проблемы с памятью и концентрацией, а также психологический дистресс. ХТШ представляют собой серьезную проблему общественного здравоохранения и важную причину хронической инвалидности. [6]

В данной статье мы рассматриваем симптомы, вызванные травмой одного или нескольких элементов шейного отдела позвоночника в результате воздействия инерционных сил на голову во время автомобильных аварий. Лучшее понимание этого расстройства должно помочь в диагностике и лечении ХТШ.

В разных странах частота случаев расстройств, связанных с ХТШ, составляет приблизительно 3 на 1000 населения, при этом ежегодно наблюдается увеличение частоты встречаемости данной патологии.

Согласно Квебекской классификации ХТШ, выделяют 5 степеней:

- нет жалоб и симптомов
- боль в шейном отделе позвоночника
- боль в шейном отделе позвоночника + ограничение подвижности или локальная болезненность
- боль в шейном отделе позвоночника + ограничение подвижности или локальная болезненность+ мышечная слабость, чувствительные расстройства, отсутствие сухожильных рефлексов.
- Перелом или вывих в шейном отделе позвоночника. [1]

Методы

Основной базой данных для поиска была Medline.

Годы обзора — с 1998 по 2023 год. Для исследования были использованы статьи, поиск которых проводился с использованием следующих ключевых слов: «хлыстовая травма», WAD, ХТШ, «болевого синдром». Материалами в работе послужили многочисленные исследования, включающие сведения о патофизиологии, симптомах и лечении хлыстовой травмы. Для написания обзора было использовано 11 источников литературы, опубликованных в международных базах цитирования Medline, Pubmed, Web of Science, Google Scholar, Scopus.

Патофизиология

Патологические процессы, лежащие в основе симптомов ХТШ, довольно спорны, так как их объяснение должно учитывать тяжесть и выраженность симптоматики, начиная от легкого дискомфорта в шейном отделе позвоночника до длительных болей высокой интенсивности, приводящих к инвалидизации пациентов. Симптомы хлыстовой травмы включают боль в шее, головную боль, когнитивные нарушения, боль в челюсти и другие разнообразные жалобы, причем неясно, являются ли они проявлениями одной или множества травм, происходят одномоментно или могут быть не связаны с моментом получения травмы.

Выводы, относительно патофизиологических механизмов травмы, зачастую основываются на данных вскрытия, но такие исследования включают лишь погибших пациентов, перенесших обширную травму и поэтому не являются репрезентативными для пациентов, которые участвовали в мелких авариях [7, 8].

В рамках данного обзора происходит сопоставление механизмов с патогенезом хлыстовой травмы. В литературе описаны два вида исследований:

Те, которые анализируют анатомические препараты целого трупа или головы и шейного отдела позвоночника, а также те, которые исследуют пациентов, подвергшихся хлыстовой травме. В данных исследованиях описывается следующий механизм воздействия повреждающих сил:

1. Фронтальные столкновения, приводящие к чрезмерному сгибанию шейного отдела позвоночника.
2. Удар следующего сзади автомобиля, приводящий к чрезмерному разгибанию шейного отдела.
3. Боковые столкновения — сочетание сгибания с ротационной нагрузкой.

При скорости 6–8 км/ч удар вызывает пиковое горизонтальное ускорение примерно 4–5 Дж, подобное падению назад на стул из положения стоя. Это считается порогом для небольшого напряжения шейного отдела. При скорости 32 км/ч голова достигает пикового ускорения в 12 Дж, при гистологическом исследовании образцов взятых из шейных отделов позвоночника препаратов, подвергшихся данной нагрузке, определяются изменения шейного отдела позвоночника, включающие растяжение и разрыв желтой связки, разрыв межпозвоночного диска, разрыв передней продольной связки и фасеточных суставов с разрывом капсульных связок.

Огромное количество доказательств указывает на повреждение фасеточных суставов как на источник боли в шее после хлыстовой травмы. Фасеточные суставы — это суставы с богатой иннервацией соединяющие суставные отростки позвонков. Также наблюдаются разрывы капсулы сустава и гемартроз. [5]

Из-за высокой распространенности заболеваний межпозвоночных дисков среди популяции трудно установить частоту новых повреждений дисков у пациентов с ХТШ.

Нет никаких данных, указывающих на взаимосвязь или распространенность радикулопатии с ХТШ, следовательно, наибольшую диагностическую проблему представляют пациенты с парестезиями и жалобами на слабость, тяжесть или утомляемость в верхних конечностях, не сопровождающиеся отчетливыми неврологическими симптомами.

Документально подтверждено повреждение мускулатуры шеи после ХТШ, причем размер ущерба пропорционален силе аварии. Точная распространенность мышечной травмы с хлыстовой травмой 2 и 3 степени не установлена. У пациентов, обследованных с помощью МРТ в промежутке от 2х дней до 3х недель после травмы, как правило, не проявляются признаки повреждения мышц, при этом установлено, что у пациентов с ХТШ определяется снижение способности расслаблять трапециевидную мышцу, чрезмерная активация мышц и почти двукратное увеличение активности после провокации физическими упражнениями.

Предполагается, что страх перед движением и повторной травмой приводит к перенапряжению мышц шеи и сохранению болевого синдрома после заживления первоначальной травмы. [11]

Исследования иммунной системы у больных с ХТШ не выявили закономерностей

Некоторые авторы предположили, что патология хлыстовой травмы включает повреждение мышечных веретен, рецепторов суставной капсулы и сухожильных органов Гольджи. В нескольких небольших исследованиях у пациентов с ХТШ была снижена способность воспроизводить нейтральное положение головы и вращательное движение.

Различные исследования показывают, что когнитивные проблемы такие как снижение памяти и внимания, наблюдаемые с ХТШ являются вторичными по отношению к болевым ощущениям и не являются признаком повреждения головного мозга. [10,11]

Диагностика

Несколько исследований называют главным в диагностике ХТШ анамнестическую составляющую, а также данные физикального обследования, при котором определяется уменьшение объема движений во всех плоскостях. Однако, стоит заметить, что в данных исследованиях не было проведено сравнение с пациентами с хронической болью в шее другой этиологии [3].

Так и проведение магнитно-резонансной томографии не всегда информативно. Если нет значительного повреждения нервного или связочного аппарата, результаты визуализационных исследований, как правило, нормальные.

Диагноз ставится на основании факта такой травмы и наличия симптомов заболевания. [4]

Как отмечалось ранее, клинический синдром ХТШ включает боль или скованность в шее, боль и парестезии в руках, височно-нижнечелюстную дисфункцию, головную боль, головокружение, нарушения зрения, проблемы с памятью и концентрацией. Специфических нейropsychологических исследований или электрофизиологических тестов для диагностики нет.

Лечение

Лечение зависит непосредственно от времени, прошедшего с момента травмы. Выделяют условно «острый период» — менее 2 недель после факта травмы, от 2 недель до 6 месяцев — «подострый период», более 6 месяцев — «хроническая период».

Первые 2 недели после травмы производится иммобилизация. Однако, были проведены исследования [6], по результатам которых было показано, что ношение воротника Шанца и запрет на физическую активность при отсутствии видимых на МРТ повреждений, не имеет под собой оснований, так как не было выявлено отличий в восстановлении у тех, кто соблюдал предписания, и тех, кто сохранил свой уровень активности. В равной степени в каждой группе присутствовал болевой синдром, который купировался приемом анальгетиков по назначению лечащего врача.

В подострый период для лучшего восстановления предлагалось выполнять комплекс упражнений, который также не показал свою эффективность по сравнению с контрольной группой: движения в плоскостях были одинаково свободны или ограничены в обеих группах.

Проблемой являлся болевой синдром, поэтому проводились и другие исследования, связанные с его купированием, где применялись глюкокортикостероиды [7]. Было показано, что у исследуемых, которым вводили внутривенно высокие дозы ме-

тилпреднизолона, не выявлено снижение болевого синдрома по сравнению с контрольной группой, которая получала плацебо. Среди прочих методов предлагалось использование акупунктуры и иглоукалывания, которые оказались неэффективны.

По прошествии более 6 месяцев после травмы из интегральных и действенных методов для облегчения боли был предложен ботулинический токсин. Он вводился в мышечные триггерные точки.

Рандомизированное контролируемое исследование ботулинического токсина для лечения головной боли показало улучшение после инъекции 100 ЕД ботулотоксина А на пять триггерных точек.

4 недельное наблюдение продемонстрировало значительное улучшение показателей, 86% исследуемых ответили уменьшением боли.

Выводы

Хлыстовая травма шеи — распространенный патологический симптомокомплекс, который нередко возникает после автомобильных аварий. Механическая реакция шейного отдела позвоночника на удар сзади была изучена и хорошо описана.

Доказано, что фасеточный сустав является источником боли в шее у некоторых пациентов. В дальнейших исследованиях необходимо выявить роль ущерба другим структурам шейного отдела. Для лечения данного состояния в хроническом периоде обоснованно применять внутримышечные инъекции ботулотоксина в триггерные точки, так как они клинически показали уменьшение боли у 86% исследуемых. Другие используемые для лечения методы, такие как ранняя иммобилизация, внутривенное и внутрисуставное введение глюкокортикостероидов, комплекс упражнений, иглоукалывание и акупунктура показали свою клиническую неэффективность.

Литература:

1. Яриков А. В. и др. Хлыстовое повреждение шейного отдела позвоночника // Журнал МедиАль. — 2019. — № 1 (23). — С. 47–53.
2. Котельников Г. П. и др. Хлыстовая травма шеи // Казанский медицинский журнал. — 2011. — Т. 92. — № 2.
3. Wiangkham T. et al. The effectiveness of conservative management for acute whiplash associated disorder (WAD) II: a systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials // PLoS One. — 2015. — Т. 10. — № 7.
4. Ардашев Игорь Петрович, Ардашева Елена Игоревна, Гришанов Анатолий Анатольевич, Веретельникова Ирина Юрьевна, Шпаковский Максим Сергеевич, Петрова Ольга Игоревна Хлыстовые повреждения шейного отдела позвоночника // Хирургия позвоночника. 2012. № 3.
5. Гришанов А. А., Ардашев И. П., Ардашева Е. И., Веретельникова И. Ю., Шпаковский М. С., Петрова О. И. Моделирование хлыстовой травмы шейного отдела позвоночника. Литературный обзор // Вестник новых медицинских технологий. Электронное издание. 2013. № 1.
6. Gennis P, Miller L, Gallagher EJ, Giglio J, Carter W, Nathanson N. The effect of soft cervical collars on persistent neck pain in patients with whiplash injury. Acad Emerg Med 2006;
7. Pettersson K, Toolanen G. High-dose methylprednisolone prevents extensive sick leave after whiplash injury. A prospective, randomized, double-blind study. Spine 1998
8. Smith A. et al. Exercise-induced hypoalgesia is impaired in chronic whiplash-associated disorders (WAD) with both aerobic and isometric exercise // The Clinical journal of pain. — 2020. — Т. 36. — № 8. — С. 601–611.
9. Al-Khazali H. M. et al. Neck pain and headache after whiplash injury: a systematic review and meta-analysis // Pain. — 2020. — Т. 161. — № 5. — С. 880–888
10. Ардашева Е. И., Ардашев И. П., Шпаковский М. С., Каткова М. А., Петрова О. И., Гришанов А. А., Веретельникова И. Ю. Последствия хлыстовой травмы в отдалённом периоде // МНКО. 2015. № 1 (50).

11. Krogh S., Kasch H. Whiplash injury results in sustained impairments of cervical muscle function: A one-year prospective, controlled study // Journal of rehabilitation medicine. — 2018. — Т. 50. — № 6. — С. 548–555.

Особенности закрытого лечения переломов пяточной кости

Габдулхаева Наталья Фатиковна, студент;

Чистякова Софья Валентиновна, студент;

Шарыпова Алина Денисовна, студент

Уральский государственный медицинский университет (г. Екатеринбург)

Научный руководитель: Жуков Павел Валентинович, врач — травматолог-ортопед

ФКУЗ «Медико-санитарная часть МВД РФ по Свердловской области» (г. Екатеринбург)

Существующая тактика лечения переломов пяточной кости направлена на максимальное анатомическое восстановление поврежденной кости, однако некоторые современные способы хирургического лечения с применением имплантов могут привести к осложнениям. В нашей работе описан способ закрытого лечения переломов пяточной кости оригинальной техники репозиции для каждого фрагмента перелома у 12 пациентов, а также разобран клинический случай. Способ фиксации позволяет максимально уменьшить механическое воздействие на мягкие ткани. Во всех 12 случаях применения достигнуты хорошие и отличные результаты, трудоспособность полностью восстановлена.

Ключевые слова: пяточная кость, остеосинтез, спицы.

Переломы пяточной кости — часто встречающиеся повреждения, связанные с падением с высоты, развитием транспорта и увеличением количества дорожных происшествий. Травматизм пяточной кости у мужчин встречается в 2 раза чаще, в 90% это мужчины в возрасте 21–45 лет, которые вследствие этого часто теряют работоспособность. Внутрисуставные переломы пяточной кости являются сложными травмами как для пациентов, так и для хирургов, учитывая их связь с ранними и с поздними осложнениями [3].

К примеру, при открытой репозиции может возникнуть множество осложнений: краевой некроз раны — в 73% случаев, вторичное смещение отломков — в 50% случаев, особенно при закрытой винтовой фиксации перелома [4]. Проблема данного способа состоит в высоком риске гнойно-некротических осложнений, таких как краевой некроз раны и вторичное смещение отломков, которые встречаются в 16,1–34,04% наблюдений [5].

Переломы пяточной кости при отсутствии должного лечения могут привести к катастрофическим последствиям, таким как посттравматический артрит и неспособность передвигаться или правильно надевать обувь. Отрицательные исходы лечения влияют на работоспособность, особенно у профессий, связанных с высокой степенью физической готовности (тяжелый физический труд, спортсмены, военные и т.п.). Подобная ситуация требует уточнения патогенетических подходов к проблеме и выбора оптимального способа лечения с минимальным риском осложнений.

Исходя из данных принципов нами предложен закрытый метод репозиции переломов пяточной кости.

Цель работы: — выявить преимущество применения предложенного лечения пяточной кости и продемонстрировать на клиническом примере способ закрытой репозиции, позволяющий улучшить качество репозиции отломков за счет управления отдельными фрагментами и их стабильной фиксации

и получения отличных и хороших результатов у пациентов с высокой степенью физической готовности.

Материалы и методы

В рамках ретроспективного интервенционного исследования нами были изучены работы по современным методам лечения переломов пяточной кости, опубликованные с 2012 по 2024 год в научных базах данных: Pubmed, Cyberleninka, Google Academia. Были проанализированы следующие способы лечения: закрытая манипуляционная репозиция и наложение гипсовой повязки, чрескожная фиксация спицами Киршнера, внешняя фиксация аппаратом Илизарова, первичный артродез, открытая репозиция и внутренняя фиксация, фиксация интрамедуллярными штифтами.

В ретроспективном интервенционном исследовании приняло участие 12 пациентов, перенесших перелом пяточной кости с 2010 по 2022 год среди которых 5 женщин и 7 мужчин. Аттестованные сотрудники с 1 и 2 категорией годности (9 человек), что требовало от них поддержания высокой степени физической готовности и соответственно отличного и хорошего исхода лечения. У всех больных были диагностированы закрытые переломы пяточной кости IB-IIС (по R. Sanders, 1992). Для репозиции отломков был использован оригинальный метод закрытого лечения переломов пяточной кости [8].

Во всех случаях, при наличии рентгеновской компьютерной томографии и обычных рентгенограмм выполнялись предоперационное планирование операции и подготовка больного, включавшие в себя возможность устранения грубых смещений в дооперационном периоде методом скелетного вытяжения или аппаратной дистракцией, уточнения места введения стержня и спиц с учетом качества кожных покровов и проведения метаболической стратегии сосудистых нарушений.

Техника выполнения: после общей анестезии и мышечной релаксации в положении на животе в асептических условиях поврежденную конечность сгибают в коленном суставе. На основании данных рентгенологического или данных трехмерной компьютерной реконструкции (КТ) на кожу наносят условные метки, соответствующие основным отломкам, которым требуется репозиция. По положению отломков определяется направление введения репонирующего шила и точка опоры для каждого крупного отломка [6]. В 5 случаях мы не пользовались преобразователем рентгеновского излучения, так как исходные рентгенологические данные позволяли определить характер перелома и положение отломков.

Через небольшой надрез на коже вводится репонирующее шило, которое проводят над или через репонируемый отломок, упирают в выбранную точку опоры и создают репонирующее усилие, направленное против действия икроножной мышцы в сторону предполагаемого первоначального положения. Точка опоры выбирается на основании анализа данных рентгенограмм и данных КТ-трехмерной реконструкции: пересечение плоскости, проходящей через определенное место планируемой репозиции, т.е. плоскость максимального смещения отломка и пересечения (касания) репонирующего шила (пересечение плоскости и прямой проходящей через точку расположенную в плоскости максимального смещения, по данным рентгенографии или трехмерной проекции).

Для репозиции бугра пяточной кости с местом прикрепления сухожилия — шило вводится максимально параллельно спинке фрагмента «языка» пяточной кости через небольшой разрез кожи, прикладывается усилие к шилу, как к рычагу против действия икроножной мышцы, слегка растягивая по длине пяточную кость и выполняя приведение отломка. Таким способом восстанавливается угол пяточной кости (Bohler) [11]. Он фиксируется спицами к таранной кости. После рентгенологической оценки положения отломков промежуточные фрагменты суставной поверхности пяточной кости репонируются шилом, через небольшой разрез кожи снизу-вверх, прижимаются к таранной кости, это возможно при раздвижении основных отломков путем приложения дистракционного усилия к переднему отделу стопы и шилу и спицам введенным в отломки бугра пяточной кости, происходит их дозированное раздвижение, достаточное для репозиции промежуточных фрагментов.

Исключается введение спиц через поврежденную кожу и через подошвенную поверхность стопы в силу ее нарушенного кровоснабжения, возникшего от воздействия внешней силы, повлекшей перелом пяточной кости, а при наличии только крупных отломков исключалось введение спиц через суставные поверхности. При многооскольчатом характере перелома выполняется дополнительная фиксация двумя аксиально-перекрестными спицами, введенными вдоль пяточной кости. В момент введения спиц возможно контролировать их нахождение в массе пяточной кости, ощущая свободный ход — при выходе в мягкие ткани, и тугое продвижение — в таранной кости или костях плюсны. При остеопорозе эти ощущения исчезают. Наиболее оптимальное место введения — задняя поверхность пяточного бугра, эта область наименее подвержена повреждениям.

Конечность укладывается на шину Беллера с выемкой под пяточной костью до уменьшения отека тканей (5–7 дней), затем накладывается циркулярная гипсовая повязка до коленного сустава на 8–10 недель. Смену повязок выполняют через окно в гипсовой повязке 1 раз в неделю. Через 1,5 месяца гипсовую повязку укорачивают до голеностопного сустава, назначают дозированную ЛФК. Фиксацию спицами осуществляют в течение всего периода сращения 2,5–3 месяца [8].

Обсуждение результатов

Открытая репозиция и внутренняя фиксация (ORIF) переломов пяточной кости направлена на восстановление высоты и ширины пятки, коррекцию варусной деформации и выравнивание подтаранного сустава. Показания к операции включают переломы язычкового типа со смещением >1 см, переломы II, III и IV типов по R. Sanders со смещением суставов >1 мм; переломы переднего отростка с поражением пяточно-кубовидного сустава >25% и переломы поддерживающей кости со смещением [9].

Несмотря на атравматичную хирургическую технику открытого вмешательства, в отношении времени возвращения на работу и примерки обуви, высок риск местных осложнений. К наиболее частым осложнениям относятся кожная инфекция и некроз (13,6%), повреждение сосудисто-нервных структур (2,8%), посттравматический артрит (1,2%), проблемы с неанатомической редукцией и осложнениями, связанными с имплантатами (0,8%), несращение (0,1%). Операцию по данной методике рекомендуется проводить в течение 1–2 недель после травмы. Отсрочка операции более чем на 2 недели может привести к трудностям с вправлением и закрытием раны. К тому времени, когда конечность станет пригодной для операции, пациенты могут пропустить удовлетворительную репозицию и могут быть подвергнуты ранней ампутации и реконструкции конечности [5].

На наш взгляд, применение открытой репозиции, а также использование имплантов является крайним вариантом хирургической помощи, так как допускает возможность оправданных осложнений. Наряду с повторной операцией по удалению конструкции формируется нереализованные флустрации, эстетические и психофизиологические проблемы.

Лечение переломов пяточной кости, с использованием аппарата Илизарова заключается в непрямом вправлении. Репозиция и фиксация достигается в правильном монтаже устройства с целью оказать репонирующее закрытое воздействие через напряженные и закрепленные спицы. По опыту авторов, каркас «ниже лодыжки» легко применять, а восстановить форму и высоту пяточной кости относительно легко, используя постепенную дистракцию. Для данной операции без раннего реабилитационного периода и нагрузки характерны такие осложнения как артроз подтаранного сустава, хроническая боль в пяточной подушечке и сложный регионарный болевой синдром [5].

Чрескожная репозиция с помощью временных репонирующих устройств включает в себя чрескожное смещение в осевом направлении пяточного бугра шилом. Он использу-

ется для уменьшения смещения суставной поверхности, реконструкции угла Белера, угла Гиссана, а также внутренней и внешней конфигурации пяточной кости. Этот малоинвазивный метод лечения переломов пяточной кости широко используется в настоящее время, он имеет много преимуществ, таких как минимальная инвазия, надежная фиксация. Авторы демонстрируют хорошие исходы у 89% пациентов. Несмотря на это, частота инфекционных осложнений в различных исследованиях доходила до 6,7%. Некоторые авторы указывают, что данная операция может привести к вторичной потере репозиции по сравнению с пластинчатой фиксацией, а также возможно вторичное смещение отломков. Данный метод хорошо сочетается с закрытым поперечным введением канюлированных статичных или компрессирующих винтов [1, 10].

Интрамедуллярные штифты как метод оперативного вмешательства включает в себя два этапа. Первым этапом выполняется предварительная репозиция с помощью дистракционного аппарата и восстановление формы суставной поверхности через мини-доступы. Вторым этапом в пяточную кость вводят штифт и производят его блокирование. Внутрикостный остеосинтез пяточной кости штифтом представляется альтернативой классическому накостному остеосинтезу, а также существующим мини-инвазивным способам фиксации. Метод характеризуется сочетанием минимальной травматизации мягких тканей стопы, сохранением кровоснабжения латеральной кортикальной пластинки и стабильной фиксации. Малая инвазивность репозиции и установки имплантата при достаточно прочной фиксации значительно снижает риск инфекционных осложнений, что расширяет показания к оперативному лечению и делает его возможным не только в условиях посттравматических местных нарушений трофики тканей, но и при наличии таких факторов риска, как сахарный диабет и курение, которые вынуждают отказываться от традиционного оперативного лечения с использованием пластин.

Имеющиеся исследования данного метода характеризуются коротким периодом наблюдения, не позволяющим произвести анализ долгосрочных функциональных исходов лечения и требующим дополнительных исследований для качественной оценки результата. В некоторых работах [2] упоминается возникновение некроза краев раны и поверхностных раневых инфекций в качестве осложнений лечения интрамедуллярными штифтами.

Исследователями из г. Магнитогорск в 2012 году зарегистрирован патент на закрытую репозицию пяточной кости путем фиксации и репонирувания отломков с помощью чрескостного устройства. Ими проведен анализ результатов оперативного лечения 52 пациентов, с переломом пяточной кости.

Хирургическое лечение пациентов описанного исследователями методом проводится по следующей технике: в положении пациента на животе, оперируемая стопа свободно свисает с нижней части операционного стола и отведена назад. В пяточный бугор вводится стержень Шанца и осуществляется репозиция пяточного бугра шилом по отношению к телу пяточной кости. После этого вставляется спица (из пяточного бугра в тело пяточной кости), формируется единый фрагмент из пяточного бугра и пяточной кости. После этого одна спица протягивается через пяточный бугор по верхнему краю ранее

проведенной спицы во фронтальной плоскости, а вторая — во фронтальной плоскости через нижнюю треть большеберцовой кости. Последние две спицы фиксируются и натягиваются в двух полукольцах от аппарата Илизарова, которые соединены двумя резьбовыми стержнями. С помощью данной конструкции выполняется дистракция до формирования пространства в подтаранном суставе, достаточного для дальнейшей репозиции осколков суставной поверхности.

После завершения репозиции выполняется остеосинтез перелома пяточной кости аппаратом собственной конструкции. Аппарат состоит из двух балок и двух соединительных резьбовых стержней. Оба пучка ранее проведенных спиц фиксируются на балках аппарата. После окончательной фиксации перелома производим демонтаж ранее установленного дистрактора [7].

Достоинства способа заключаются в следующем: разработанный способ минимально-инвазивной репозиции переломов пяточной кости при наличии спиц и стандартного набора аппарата Илизарова не требует дополнительных материальных затрат и технически выполним в любом травматологическом стационаре, в том числе и в экстренном порядке. Точность её сопоставима с открытой репозицией, но при этом не требуется костная аутопластика.

У заявленного метода также имеются и недостатки: аппараты внешней фиксации неудобны, исключается использование обуви. Характерен более длительный период реабилитации. Использование аппарата внешней фиксации приводит к возникновению инфекции.

Описанный исследователями метод закрытой репозиции пяточной кости схож с описанным нами способом лечения, однако имеются некоторые различия. В методе лечения врачей из Магнитогорска после завершения репозиции отломков используется аппарат внешней фиксации собственной конструкции, в то время как при описанном нами способе остеосинтез выполняется только спицами без внешней фиксации, что в сочетании с гипсовой иммобилизацией достаточно на весь период сращения (случаев инфекции в области спиц не было).

Помимо этого, в патенте 2012 года исследователей из г. Магнитогорск указано, что при репонирувании костных отломков шилом используется доступ с подошвенной стороны стопы, в нашем случае — параллельно спинке фрагмента «языка» пяточной кости через небольшой разрез кожи. Поскольку из-за нарушения кровообращения на подошвенной стороне вследствие перелома увеличивается период восстановления, то для его снижения нами предложен альтернативный доступ [6].

Во всех случаях применения описанного нами способа репозиции и применения спицевой фиксации переломов пяточной кости достигнуты отличные и хорошие результаты. У больных были закрыты переломы пяточной кости IB-IIС (по R. Sanders, 1992). Все аттестованные сотрудники с 1 и 2 категорией годности ($n=9$) с требованиями поддержания высокой степени физической готовности и соответственно отличного и хорошего исхода лечения, смогли вернуться к исполнению служебных обязанностей и продолжили службу. Остальная часть больных — гражданские лица ($n=3$), трудоспособность которых была полностью восстановлена. Мы не выполняли оценку исходов лечения путём исследования каждого пациента.

Клинический пример

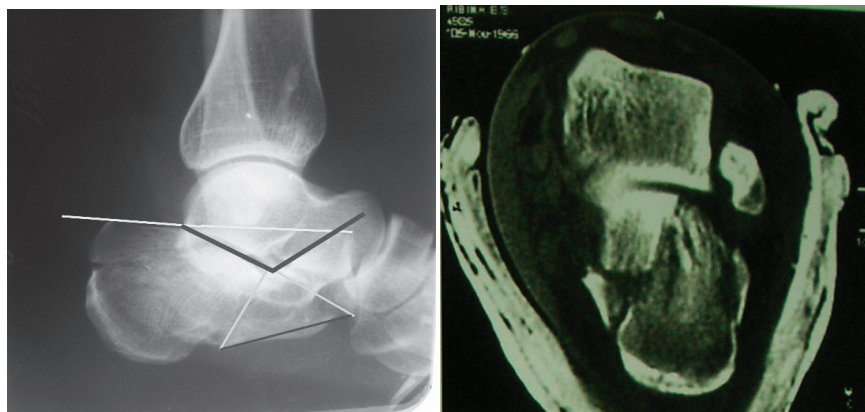


Рис. 1. Б-я Р. 39 лет. Травму получила в результате падения с высоты (упала в яму) 02.08.10. Результаты КТ от 18.08.10

Диагноз: Внутрисуставной многооскольчатый перелом левой пяточной кости ПА типа (по R. Sanders, 1992).

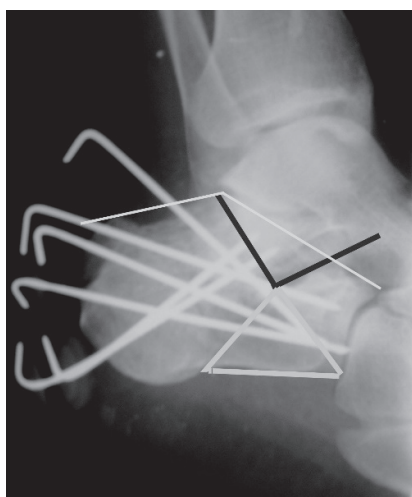


Рис. 2. Под спинальной анестезией выполнена закрытая репозиция и фиксация перелома по описанной методике. Достигнуты отличные результаты: геометрия пяточной кости полностью восстановлена (угол Gissane, угол Bohler, треугольник neutral triangle)



Рис. 3. Через 8 недель разрешена полная нагрузка на ногу. Потеря трудоспособности в течение 3,5 месяца. Через 1 год после травмы ходит не хромает, болей нет, движения в голеностопном и подтаранном суставах одинаковые по сравнению с здоровой конечностью

Выводы:

1. Метод одномоментной репозиции дополнен окончательной фиксацией пучком спиц области повреждения кости, что позволяет осуществить максимально надежную многоточечную фиксацию отломков на весь период сращения и максимально снизить возможные осложнения.

2. Нами определено понятие точки опоры и глубины введения репонирующего шила для каждого отломка на основании данных рентгенологического или данных трехмерной компьютерной реконструкции по положению отломков определяют направление введения репонирующего шила и точку опоры для

каждого крупного отломка, затем осуществляют отдельную репозицию отломков и фиксацию отломка спицами.

3. Определены зоны введения фиксирующих элементов (спиц) с учетом анатомических условий патогенеза травмы.

4. Предложенный метод лечения малоинвазивный, закрытый, не даёт осложнений, легко переносится больными, позволяет получить хорошие и отличные результаты лечения.

5. Данный метод можно рекомендовать для лечения пациентов, профессия которых связана с высокой степенью физической готовности (тяжелый физический труд, спортсмены, военные и т.п.).

Литература:

1. Блокировочная фиксация гвоздей для лечения внутрисуставных переломов пяточной кости со смещением / М. Амланг, Г. Цвипп, М. Помпак, С. Раммельт. — Текст: непосредственный // Основные хирургические техники JBJS. — 2017. — № 7(4). — С. 1–12.
2. Внутрикостный остеосинтез как новая опция в лечении переломов пяточной кости / В. О. Каленский, К. Ю. Кононова, Д. А. Глухов [и др.]. — Текст: непосредственный // Травматология и ортопедия России. — 2015. — № 4(78).
3. Внутрисуставные переломы пяточной кости: обзор современных концепций / Р. Аллегра, С. Ривера, С. С. Десаи [и др.]. — Текст: непосредственный // Ортопедия стопы и голеностопного сустава. — 2020. — 5(3)
4. Голубев, Г. Ш. Сравнительная оценка результатов оперативного лечения пациентов с импрессионными переломами пяточной кости / Г. Ш. Голубев, А. В. Дубинский. — Текст: непосредственный // Травматология и ортопедия России. — 2013. — № 2. — С. 68.
5. Лечение переломов пяточной кости с помощью нового аппарата Илизарова «ниже лодыжки»: Серия из 10 кейсов / Ли, Д. Инь [и др.]. — Текст: непосредственный // Нигерийский журнал клинической практики. — 2022. — № 25(7). — С. 1143–1148.
6. Обоснование нового способа закрытой репозиции переломов пяточной кости / М. Е. Купитман, И. А. Атманский, М. К. Черников [и др.]. — Текст: непосредственный // Травматология и ортопедия России. — 2012. — № 4.
7. Патент № 2480178 Российской Федерации, МПК А61В17/62. Способ закрытой репозиции переломов пяточной кости: № 2012100795/14: заявл. 11.01.2012; опубл. 27.04.2013 / Гашев А. А., Зубков М. А., Маминов Д. В., Черников М. К., Атманский И. А., Купитман М. Е., Семенов А. А. — 9 с.
8. Патент № 2368341 Российской Федерации, МПК А61В17/56. Способ лечения переломов пяточной кости: № 2006135153/14: заявл. 04.10.2006; опубл. 27.09.2009 / Жуков П. В., Стельмах К. К.
9. Переломы пяточной кости / У. Бокс. — Текст: электронный // intechopen: [сайт]. — URL: <https://www.intechopen.com/online-first/89058> (дата обращения: 24.04.2024).
10. Усовершенствование способа лечения переломов пяточной кости методом наружного чрескостного остеосинтеза / Черныш, В. А. Я. Лобко, Р. Ю. Демьяненко [и др.]. — Текст: непосредственный // Травма. — 2012. — № 2.
11. Эссекс-Лопрести, П. Механизм, техника репозиции и результаты переломов костей черепа / П. Эссекс-Лопрести. — Текст: непосредственный // Британский журнал хирургии. — 1952. — 39 (157). — С. 395–419.

Применение заместительной терапии в лечении больных с почечной недостаточностью

Нименко Светлана Александровна, врач-терапевт
Национальный научный медицинский центр (г. Астана, Казахстан)

Хроническая почечная недостаточность (ХПН) — синдром, возникающий вследствие необратимого прогрессирующего снижения функции почек, обусловленного уменьшением массы их функционирующей паренхимы с сопутствующими расстройствами метаболизма и развитием патологии ряда органов и систем, является исходом многих заболеваний почек.

Патология почек среди хронических неинфекционных болезней занимает важное место из-за значительной распростра-

ненности, резкого снижения качества жизни, высокой смертности и приводит к необходимости применения дорогостоящих методов заместительной терапии в терминальной стадии — диализа и пересадки почки. Причем к поражению почек приводят не только «первичные почечные болезни», такие как гломерулонефриты, интерстициальные нефриты и т.д., но и, в большой степени «болезни века» — гипертоническая болезнь и сахарный диабет, а также множество других вторичных нефропатий. При

длительном течении подобных болезней в почках возникают сходные патологические и функциональные изменения, имеющие диагностическое и прогностическое значение. Это вызвало необходимость принять в 2002 году Национальным Почечным Фондом США (National Kidney Foundation — NKF) концепции «хронической болезни почек» [1]. Данная концепция в дальнейшем была изучена и одобрена европейскими и отечественными учеными и легла в основу разработки Национальных клинических рекомендации «Хроническая болезнь почек: основные принципы скрининга, диагностики, профилактики и подходы к лечению».

Показания для гемодиализа при острой и хронической почечной недостаточности определяются течением основного заболевания. Наиболее часто острая почечная недостаточность, требующая гемодиализа, развивается при различных видах шока (на фоне травм, аллергических реакций, тяжелых инфекций), отравлениях ядами (неорганическими и органическими — животного и растительного происхождения), лекарственными препаратами. Острая почечная недостаточность может возникать при инфекционных заболеваниях, сопровождающихся поражением почек и их сосудов, острым гломерулонефрите (инфекционно-аллергическом заболевании почек), острым пиелонефрите (воспалении почек), а иногда и при закупорке (обтурации) мочевыводящих путей (например камнем,

опухоль). В случае острой почечной недостаточности после одного или нескольких гемодиализов обычно наступает восстановление функции почек и выздоровление больного.

При острых отравлениях гемодиализ удаляет из организма яды. Но самым частым показанием для гемодиализа является конечная стадия хронической почечной недостаточности, при которой ядовитые продукты обмена не выводятся почками, полностью утратившим свою функцию, а скапливаются в организме и отравляют его.

В связи с этим лечебные мероприятия хронических нефропатий направлены на восстановление или коррекцию нарушенных гемостатических параметров (коррекция гиперазотемии, гипертонии, ацидоза, электролитных нарушений). Зачастую гемодиализ является единственным методом лечения больных с ХПН. Тенденция роста числа больных, страдающих ТХП объясняется ростом количества больных, страдающих диабетической нефропатией и гипертоническим нефросклерозом, а также значительным прогрессом современной науки и медицины и, в частности, успехами развития диализа и трансплантации.

Современная классификация основана на двух показателях — скорости клубочковой фильтрации (СКФ) и признаках почечного повреждения (протеинурия, альбуминурия). В зависимости от их сочетания выделяют пять стадий хронической болезни почек.

Таблица 1

Стадия	Описание	СКФ, мл/мин/1,73м ²
1	Признаки нефропатии, нормальная СКФ	> 90
2	Признаки нефропатии, легкое снижение СКФ	60–89
3А	Умеренное снижение СКФ	45–59
3Б	Выраженное снижение СКФ	30–44
4	Тяжелое снижение СКФ	15–29
5	Терминальная хроническая почечная недостаточность	< 15

Адекватным диализом может считаться такой объем лечения, когда ликвидируются все признаки и симптомы уремии и достигается, возможно, более полная реабилитация больного. Достижение критериев адекватности должно предотвращать развитие уремической симптоматики.

Актуальность еще более возросла в последнее время, в связи с прогрессом биологической науки и широким внедрением в клиническую практику эффективных методов заместительной терапии ХПН. Получила дальнейшее развитие и мембранная технология экстракорпоральной гемокоррекции, причем не только в отношении технического совершенствования гемодиализа, но что очень важно, и различных вариантов фильтрации крови.

В тактике заместительной терапии при почечной недостаточности на фоне диабетической нефропатии наряду с ацетатным нашло применение бикарбонатного и лактатного концентрата. Известно, что бикарбонат оказывает стабилизирующее влияние на сердечно-сосудистую систему больных и, приводя к коррекции ацидоза, замедляет развитие костных изменений. Ацетатный концентрат в печени превращает в би-

карбонат и, таким образом, восполняет потери бикарбоната, обусловленные его утечкой в диализирующий раствор.

Сосудистый доступ на водном диализе осуществляется путем катетеризации центральных вен двухпросветным катетером с последующим формированием артерио-венозной фистулы (ретроградная фистула верхней трети левого предплечья «конец лучевой артерии в конец кубитальной вены» или антеградные фистулы «конец вены в бок артерии»). Также используется формирование шунтов между лучевой артерией и поверхностной латеральной веной или венами, питающими артерию.

Продолжительность операции 2,5–3 часа на вводном гемодиализе при вено-венозном доступе, 4–5 часов — на программном диализе при артерио-венозном сосудистом доступе. Скорость кровотока составляет 150–250 мл/мин. Гепаринизация осуществляется из расчета в среднем 250 ЕД на кг вес. Уровень натрия профилировался в зависимости от уровня натрия в крови, артериального давления больного.

Лабораторные исследования проводятся до и после операции (калий, натрий, мочевины, креатинин). Эффективность

проведенной терапии оценивается по клинко-лабораторным данным, регрессии клинических симптомов и данных лабораторных исследований, по показателю KT/V , который вычисляется из средних и пост- и преддиализных соотношений уровня мочевины URR, потери веса и сухого веса с использованием формулы Daugirdasa. В конце сеанса всем пациента нужно ввести витамин B12, рекормон в дозе 2000ЕД.

Применение бикарбонатного диализирующего раствора в диализе отличается от других методов детоксикации эффективностью и легкой переносимостью дегидратации во время гемодиализа. Бикарбонатный гемодиализ лучше переносится, особенно у больных с ХПН на фоне диабетической нефропатии. Заместительная терапия таких больных является единственным шансом улучшающим прогноз.

Литература:

1. Ф. И. Беялова и Н. Н. Винковой. Хроническая болезнь почек. Рекомендации по диагностике и лечению. Иркутск; 2011.
2. В. Б. Чупрасов. Программный гемодиализ. Санкт-Петербург. Издательство «Фолиант», 2001 г. С. 156.
3. К. Я. Гуревич, Ю. В. Константинов, Н. А. Беяков, В. Р. Шумилкин, А. К. Гуревич. Перитонеальный диализ. Санкт-Петербург. 1999 г.
4. Н. А. Мухин, И. Е. Тареева, Е. М. Шилов. Диагностика и лечение болезней почек. М., 2002 г.
5. Collins A., Xue J.Z., Louis T. Estimating the number of patients and medical cost for end-stage renal disease in the US to the year 2010. J. Am. Soc. Nephrol. 2000; 11:133A

ПСИХОЛОГИЯ

Динамика и влияние отношений тренера и ученика на спортивные достижения и психологическое благополучие в спорте

Гельдыева Сапаргуль Какабаевна, преподаватель;

Хыдырова Лачын Пихиевна, студент

Туркменский государственный университет имени Махтумкули (г. Ашхабад)

Исследование взаимоотношений между тренером и учеником в спорте является ключевым аспектом успешной тренировочной деятельности и достижения спортивных целей. Данный научный обзор освещает динамику отношений тренера и ученика, их влияние на спортивные результаты и психологическое состояние спортсменов. Анализируются факторы, определяющие качество и эффективность взаимодействия в тренировочной группе, включая коммуникационные стратегии тренера, педагогические методы воздействия, а также психологические аспекты восприятия и взаимодействия между участниками. Привлекая результаты современных исследований и практические примеры из спортивной практики, статья раскрывает значение укрепления отношений тренера и ученика для повышения мотивации, самооценки, а также спортивных достижений и психологического благополучия в спорте.

Ключевые слова: отношения тренера и ученика, спортивные достижения, психологическое благополучие, спортивная психология.

Отношения между тренером и учеником являются фундаментальным аспектом спортивного развития и спортивных результатов. В этой статье исследуется динамическое взаимодействие и глубокое влияние этих отношений на спортивные достижения и психологическое благополучие спортсменов. Благодаря углубленному анализу межличностной динамики, моделей общения, стилей коучинга и психологических факторов это исследование углубляется в многогранную природу отношений тренера и ученика. Опираясь на эмпирические исследования и практические идеи в области спортивной психологии, в статье подчеркивается важность развития позитивных и поддерживающих отношений между тренерами и студентами для повышения мотивации, самооценки, спортивных результатов и общего психологического благополучия в спорте.

Отношения тренера и ученика лежат в основе спортивного развития и успеха в спорте. Помимо передачи технических навыков и тактических знаний, тренеры играют ключевую роль в формировании психологического и эмоционального ландшафта спортсменов. Качество отношений между тренером и учеником существенно влияет на мотивацию, уверенность в себе, устойчивость и общее психическое здоровье. Понимание динамики и влияния этих отношений имеет решающее значение для оптимизации спортивных достижений и укрепления психологического благополучия спортсменов. Целью данной статьи является комплексное исследование динамики и влияния отношений тренер-ученик на спортивные достижения и психологическое благополучие в спорте.

Межличностная динамика и модели общения. Межличностная динамика и модели общения между тренерами и учениками глубоко формируют характер и качество их отношений. Эффективное общение, характеризующееся ясностью, сопереживанием и взаимным уважением, способствует доверию, взаимопониманию и открытому диалогу между тренерами и учениками. Положительная межличностная динамика, включая теплоту, поддержку и конструктивную обратную связь, способствует созданию благоприятной коучинговой среды, способствующей обучению, росту и повышению производительности. И наоборот, негативные модели общения, такие как критика, враждебность и отсутствие сочувствия, могут подорвать доверие, мотивацию и психологическое благополучие спортсменов.

Стили коучинга и психологические факторы. Стили коучинга играют решающую роль во влиянии на психологический климат в отношениях тренера и ученика. Авторитарный стиль тренировки, характеризующийся авторитаризмом и контролем, может привести к чувству тревоги, демотивации и снижению самооценки у спортсменов. Напротив, демократические стили коучинга, подчеркивающие сотрудничество, автономию и расширение прав и возможностей, способствуют внутренней мотивации, уверенности в себе и положительным психологическим результатам. Кроме того, психологические факторы, такие как поддержка тренера, привязанность к спортсмену и воспринимаемая компетентность, опосредуют связь между стилем тренировки и спортивными достижениями, подчеркивая сложную взаимосвязь между тренерским поведением и благополучием спортсмена.

Влияние на спортивные достижения: Отношения тренера и ученика оказывают значительное влияние на спортивные достижения благодаря влиянию на мотивацию спортсмена, постановку целей, самооэффективность и устойчивость. Позитивные отношения тренера и ученика, характеризующиеся доверием, поддержкой и взаимным уважением, повышают мотивацию, приверженность и вовлеченность спортсменов в тренировки и соревнования. Тренеры, которые обеспечивают конструктивную обратную связь, ставят сложные, но достижимые цели и развивают мышление роста, дают спортсменам возможность стремиться к совершенству и преодолевать неудачи. Более того, поддерживающие отношения тренера и ученика способствуют формированию заботливой и инклюзивной командной культуры, которая способствует духу товарищества, сплоченности и коллективному успеху.

Влияние на психологическое благополучие. Помимо влияния на спортивные достижения, отношения тренера и ученика играют решающую роль в формировании психологического благополучия спортсменов. Поддерживающие отношения тренера и ученика защищают от стресса, беспокойства и выгорания, предоставляя спортсменам эмоциональную поддержку, признание и чувство принадлежности. Тренеры, которые способствуют позитивным межличностным связям и ставят во главу угла благополучие спортсменов, создают

безопасную и благоприятную среду, в которой спортсмены могут развиваться как в спортивном, так и в психологическом плане. Более того, крепкие отношения тренера и ученика способствуют созданию эффективных механизмов преодоления трудностей, устойчивости и психологической стойкости, что позволяет спортсменам преодолевать трудности и невзгоды с уверенностью и настойчивостью.

Заключение

Динамика и влияние отношений между тренерами и учениками являются ключевыми факторами, определяющими спортивные достижения и психологическое благополучие в спорте. Способствуя позитивным, поддерживающим и расширяющим возможности отношениям между тренером и учеником, характеризующимся эффективным общением, демократическим стилем тренировки и психологической поддержкой, тренеры могут максимизировать потенциал спортсмена, улучшить спортивные результаты и способствовать целостному развитию. В дальнейшем дальнейшие исследования и практические инициативы, направленные на оптимизацию отношений между тренерами и учениками, обещают раскрыть весь потенциал спортсменов и развивать культуру совершенства, устойчивости и благополучия в спорте.

Литература:

1. Jowett, S., & Cockerill, I. M. (2003). Olympic medalists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(4), 313–331.
2. Knight, C. J., & Harwood, C. G. (2013). The role of achievement goals in the coach-athlete relationship: Examining the links between cognitive appraisals, goal attainment and well-being. *Journal of Sports Sciences*, 31(2), 169–178.
3. Reinboth, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2004). Dimensions of coaching behavior, need satisfaction, and the psychological and physical welfare of young athletes. *Motivation and Emotion*, 28(3), 297–313.
4. Thelwell, R. C., Weston, N. J., Greenlees, I. A., & Hutchings, N. V. (2008). Stressors in elite sport: A coach perspective. *Journal of Sports Sciences*, 26(9), 905–918.
5. Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2003). The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21(11), 883–904.
6. Davis, L., Jowett, S., & Lafrenière, M. A. (2019). Investigating the antecedents of the coach-athlete relationship: A lifespan perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 45, 101558.
7. Lyle, J., & Cushion, C. (2010). *Sports coaching: Professionalisation and practice*. John Wiley & Sons.

Неагрессивные черты характера личности как проблема профессиональной подготовки

Домашевская Виктория Сергеевна, студент

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет имени Н. И. Лобачевского

В статье рассматривается девиантное поведение как актуальная проблема современности, отдельно акцентируется внимание на девиантности среди детского возраста, указываются последствия отклоняющегося поведения. Подчеркивается важность неагрессивных черт личности для профессиональной подготовки специалистов к работе с феноменом девиантности.

Ключевые слова девиантное поведение, неагрессивные черты, профессиональная подготовка студентов.

Со времени возникновения общества девиантное поведение являлось актуальной проблемой, представляющей собой

угрозу для развития и функционирования человеческого общества. Поэтому на протяжении веков предпринимались

попытки к тому, чтобы сигнализировать негативные формы проявления человеческой деятельности, а впоследствии и противодействовать им. Следует обратить внимание на то, что в статье рассматривается девиантное поведение с точки зрения разрушительной направленности. Данная проблема и по сей день является предметом обсуждения в разных областях науки, широко освещаясь зарубежными и отечественными учёными: социологами, психологами, педагогами, юристами, экономистами, политологами и многими другими специалистами разного профиля. При этом нет точного определения данного феномена. Так, В.Д. Менделевич раскрывает содержание исследуемого понятия как «систему поступков, противоречащих принятым в обществе нормам и проявляющихся в виде несбалансированности психических процессов, неадаптивности, нарушении процесса самоактуализации или в виде уклонения от нравственного и эстетического контроля за собственным поведением» [2, с. 432]. По мнению Е. А. Змановской, девиантное поведение представляет собой «устойчивое поведение личности, отклоняющееся от наиболее важных социальных норм, причиняющее реальный ущерб обществу или самой личности, а также сопровождающееся ее социальной дезадаптацией» [1, с. 15]. В свою очередь Нейл Смельзер понимает под девиацией поведение, которое рассматривается как отклонение от групповых норм. При этом, раскрыв сущность девиантного поведения важно акцентировать внимание на том, что наиболее сложным для изучения и значимым для социума представляется девиантное поведение среди детей. Именно с этой точки зрения мы и рассматриваем данное явление.

Анализ научно-исследовательской литературы показывает, что детей с девиантным поведением в будущем ждёт множество проблем. К таковым можно отнести: низкий уровень интеллектуального развития, слабую успеваемость, высокий уровень тревожности, неспособность налаживать контакты с окружающими, в частности со сверстниками, что является следствием низкой социальной адаптации, вызванной трудностью в ходе процесса социализации. Также, данный феномен не способствует гармоничному развитию личности. Дети не способны здраво оценивать себя, и часто преувеличивают свои неудачи. К тому же, ряд учёных приходят к выводу, что девиантное поведение оказывает разрушающее воздействие на организм человека, в особенности ребёнка. Это, как правило, заболевания сердечно-сосудистой, пищеварительной, дыхательной и нервной (резкая смена настроения, ухудшение памяти) систем. Так, например, у детей часто встречаются расстройства желудочно-кишечного тракта, мигрени и т.д.

Данный феномен отрицательно воздействует не только на индивида, но и на общество в целом. Разрушительные масштабы девиантного поведения приводят к росту преступности, снижению интеллектуального уровня общества, увеличению количества несчастных случаев, сокращению продолжительности жизни. Девиантность нарушает жизненный уклад общества, внося свои коррективы в духовный фундамент, построенный на ценностях, принципах, отношениях.

Борьба с девиантным поведением, в особенности среди детского возраста представляет собой острую проблему современности. Деятели, занимающиеся её решением, активно

предпринимают свои навыки, знания и опыт в решении данного вопроса. Однако, важной составляющей являются личностные качества (терпение, внимательность, целеустремлённость, толерантность) специалистов, которые способствуют сохранению их духовных сил, являющихся ведущими факторами душевного здоровья личности. О чём писал Л. В. Куликов в своём труде «Душевное и духовное здоровье личности». Он также отметил, что для свершений людям важно верить как в себя, так и во всё человечество. К тому же, личностные качества позволяют специалисту самому выступать инструментом своей деятельности. При этом эти черты представляются как «психические органы», использующиеся для решения поставленных функциональных задач. Так, А.А. Ухтомский определил, что «органом может быть всякое временное сочетание сил, способное осуществить определенное достижение» [7, с. 69]. Помимо положительных качеств психологи выделяют ряд отрицательных, которые являются препятствием работников на пути достижения цели. Поэтому будущим специалистам, готовящимся к работе с категорией детей с девиантным поведением, следует внимательно изучать эти черты и корректировать их с целью успешной адаптации к деятельности. Эти качества подробно описал Альфред Адлер в труде «Понять природу человека» и определил их как неагрессивные черты личности.

Рассмотрев сущность девиантного поведения и его негативные последствия для общества, можем приступить к описанию неагрессивных черт личности, представляющих собой проблему, с которой сталкиваются будущие специалисты, работающие с девиантностью, с целью улучшения их профессионализма и укрепления стабильности духовных сил.

Неагрессивные черты — это те черты человеческого характера, которые «не выражены открытой враждебностью к людям, однако производят впечатление утормой самоизоляции» [1, с.87]. Людям с таким набором качеств свойственно избегание контактов с окружающими, что воспринимается обществом как враждебность, характерная для лиц с агрессивными чертами. Примером такой неагрессивной черты является беспокойство, отражающее восприятие угрозы и отсутствие чувства безопасности. Данное явление широко распространено среди общества, и рассматривается «как центральная проблема современной цивилизации». Эту особенность подчеркнул А.М. Прихожан в своём исследовании. Люди часто испытывают тревогу, в особенности в профессиональной сфере, при этом большинство склонно считать, что следует избегать жизненных трудностей, тем самым они подвергают себя беспокойству, которое замедляет развитие способностей человека с позиции профессионализма, уменьшая таким образом его вклад в развитие общественного благополучия, что не является исключением для будущих специалистов, стремящихся устранить негативные проявления деятельности детей. Будучи студентами, беспокойные молодые люди стараются избегать экзаменов, боясь проявлять инициативу, отказываются брать на себя ответственность, что подкрепляется страхом перед потенциальной профессией. Так, например, избегание общества сигнализирует о страхе человека перед этим обществом, что условно является проблемой будущих специалистов.

Далее стоит обратить внимание на такую неагрессивную черту, как замкнутость, проявления которой носят разнообразный характер, и являются распространенной причиной коммуникативных трудностей. Такие люди склонны к мало-говорению или вовсе уклоняются от диалога, при этом у них наблюдается тенденция к внутреннему способу выражения эмоций. Манере общения замкнутых людей свойственна холодность, сопровождающаяся особой сдержанностью в жестах, мимике, пантомимике, что в совокупности отчуждает окружающих, а в случае взаимодействия с детьми не даёт им раскрыться и довериться специалисту. Отсюда можно сделать вывод, что деятелям, имеющим дело с девиантностью особенно важно быть в непосредственном контакте с клиентом, проявлять к нему неподдельный интерес, уметь его слушать, обладать распознавательным талантом, покоряя душу клиента. При этом проявлять инициативность, важность которой подчёркивалась ранее.

Следующая неагрессивная черта, подлежащая рассмотрению — синдром обходного маневра. Подобные черты проявляются у индивидуумов с повышенной нервозностью при столкновении с проблемами, вызывающими страх у человека. При этом люди боятся как самого появления проблемы, так и необходимости её решения. В этой связи в действие приходит рассматриваемый синдром, сопровождающийся появлением ряда симптомов. К таковым относятся «необъяснимая усталость, бесцельная торопливость, бессонница, неспособность сосредоточиться — жалобы могут быть самыми разнообразными». К тому же, такие индивиды уклоняются от решения поставленных задач, вызывающих трудности. Однако, если того требует общество или же у человека развито чувство долга, то в таком случае он принимается за решение проблемы, испытывая при этом нерешительность. Важно отметить, что преобладание стресса в жизни из-за наличия часто возникающих проблем, даже самых незначительных способно привести к возникновению эскапизма. Н. Е. Яценко считает эскапизм стремлением человека к уходу от действительности. Также, осознанное или неосознанное избегание проблем может быть спровоцировано расхождением между возможностями личности и требованиями, выдвигаемыми обществом. Синдром обходного маневра является важной проблемой, с которой сталкиваются будущие специалисты как в процессе профессиональной под-

готовки, так и в трудовой деятельности. Важным шагом на пути к преодолению феномена девиантности является внутренняя мотивация работника, направленная на устранение негативных форм деятельности людей, а также его стремление достичь поставленной цели путём решения задач.

Таким образом, можно сделать вывод, что неагрессивные черты характера личности представляют собой важную проблему, с которой сталкиваются будущие специалисты, стремящиеся работать с категорией детей с девиантным поведением. Данная проблема имеет особую значимость, так как рассматриваемые черты характера свойственны многим людям и, являются препятствием для работников сферы «человек-человек». Неагрессивные черты хоть и представляются как неотрицательные, всё же подразумевают негативную составляющую. Они не позволяют человеку раскрыть в полной мере свой профессионализм, замыкая тем самым специалиста внутри себя и представляя его враждебным по отношению к обществу. К таковым относится замкнутость, которая закрывает профессионала от внешнего мира, не позволяя ему установить доверительные отношения с клиентами и другими сотрудниками, совместная деятельность с которыми играет важную роль. Также, такая черта как беспокойство, характеризующаяся тревожностью и страхом перед чем-либо или кем-либо, препятствует проявлению инициативности со стороны работника, ограничивая круг его действий, тем самым не способствует получению новых знаний о феномене девиантности и способах его преодоления, в особенности в образовательной среде. Завершающей чертой является синдром обходного маневра. Дети с девиантным поведением нуждаются в качественной помощи, которую могут оказать лишь те специалисты, которые готовы к трудностям и поиску путей их преодоления, что априори свойственно в любой профессии.

Девиантное поведение как одна из актуальных проблем современности требует для решения грамотно подготовленных специалистов, владеющих не только профессиональными знаниями и навыками, но и определённым набором личностных качеств. При этом будущим специалистам важно работать над своими неагрессивными чертами характера для успешной профессиональной деятельности, которая позволит в будущем сократить количество негативных последствий такого социального феномена как девиантное поведение.

Литература:

1. Альфред Адлер. Понять природу человека. 1927–87–94 с.
2. Братусь Б. С. Аномалии личности. М., 1990 — с. 69
3. Змановская Е. В. Девиантология: Психология отклоняющегося поведения: Учеб. пособие для студентов высш. учеб. завед. — М.: Изд. центр «Академия», 2003. — 288 с.
4. Менделевич В. Д. Психология девиантного поведения: Учеб. пособие. — М.: МЕД-пресс, 2001. — 432 с.
5. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: Психологическая природа и возрастная динамика, Воронеж, 2000 — с. 56–80.
6. Смяззер, Н. Социология / пер. с англ. — М.: Феникс, 1998. — 688 с.
7. Ухтомский А. А. Доминанта. СПб.: Питер, 2002.

Характеристика учебных трудностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзии

Засухина Наталья Игоревна, учитель-дефектолог
МБОУ Гимназия № 44 г. Иркутска

В статье автор рассматривает вопрос учебных трудностей обучающихся с особыми образовательными потребностями в условиях инклюзивного образования при переходе в среднее звено общеобразовательного учреждения.

Ключевые слова: учебные трудности, психолого-педагогическое сопровождение, обучающиеся с ОВЗ, инклюзивное образование, среднее звено.

Инклюзивное образование в настоящий момент является одним из наиболее перспективных и приоритетных направлений в развитии российской системы образования. Под данным термином необходимо понимать организацию определенной образовательной среды, в которой формируются равные возможности для получения образования для детей с особыми образовательными потребностями и нормотипичных обучающихся [3].

С. В. Санникова отмечает, что проблема инклюзивного образования детей с ОВЗ актуальна во всем мире, и с каждым годом количество таких детей возрастает. Инклюзивная модель обучения помогает снизить некоторые проблемы, такие как: недостаток коммуникации со сверстниками и взрослыми, нарушение контактов с окружающим миром. В то же время возникают различные учебные трудности и трудности социализации детей в общеобразовательных учреждениях [9].

Инклюзивное обучение предполагает не только участие и активное включение детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательную среду общеобразовательной школы, но и в большей мере изменение и переосмысление отработанной практики обучения и воспитания; пересмотр и реорганизация профессиональной деятельности педагогов и всех участников образовательного процесса.

А. Л. Сиротюк в своих работах пишет, что именно активное внедрение инклюзивных и интегрированных форм образования приобретает с каждым годом все большую значимость. Понятие «инклюзивное образование» представляет собой еще и особую форму обучения и воспитания, при которой дети с особыми образовательными потребностями должны получать необходимую профессиональную психологическую и педагогическую поддержку [10].

Большую значимость в аспекте социального взаимодействия приобретает проблема формирования у детей с ОВЗ в условиях инклюзии коммуникативной культуры, характеризующаяся не только владением вербальными и невербальными средствами общения, но и наличием коммуникативных и организаторских умений, способности к сопереживанию, рефлексии, самоконтролю, а также соблюдением социальных норм речевой коммуникации, правил коммуникативного поведения, совершенствованием коммуникативно-исполнительской техники общения [11].

При переходе в среднее звено массовой школ дети входят часто в новый коллектив с большим количеством людей, увеличивается объем работы и домашних заданий, меняются учителя

и кабинеты. В силу своеобразие психофизического развития у детей с особыми образовательными потребностями возникают дополнительные тревоги и трудности в обучении.

Ввиду новых социальных изменений страдает и учебная деятельность школьников с ОВЗ. Самые большие трудности в обучении школьников с ОВЗ проявляются в освоении ими гуманитарных предметов: русский язык, литература, иностранный язык, МХК и т.д.

Обучаясь по АООП НОО, ученики усваивали материал, подобранный непосредственно под их особые образовательные потребности. В среднем же звене школы дети начинают учиться по общим правилам. Именно в этот период необходима помощь педагога-психолога. Сопровождение этого специалиста помогает справиться ребенку с трудностями и в обучении, и в новом социуме.

Е. В. Турченкова отмечает, в норме период адаптации в среднем звене составляет 2–4 недели. И условиями успешной адаптации являются удовлетворенность ребенка процессом обучения, овладение учебным материалом, высокая степень самостоятельности школьника при выполнении заданий, удовлетворенность межличностными отношениями в коллективе и с педагогами [12].

Часто ученики приходят в среднее звено после освоения АООП НОО в специальных коррекционных школах. Необходимость психолого-педагогического сопровождения школьников после специальных школ заключается в помощи адаптации к новым учебным условиям и требованиям. Как мы видим, процессы обучения в коррекционных и массовых школах различаются как количеством учеников в классе, так и индивидуальным подходом к обучению.

Немаловажным фактором социализации ребенка с ОВЗ в общеобразовательной школе является взаимодействие педагогов и родителей. Участие семьи в адаптации школьника играет большую роль. Психолого-педагогическое сопровождение не ограничивается помощью детям в стенах массовой школы. Регулярные беседы с родителями, подсказки и алгоритмы работы над домашними заданиями от педагога-психолога дадут свои результаты только при взаимном сотрудничестве.

В. О. Апраткина подчеркивает, что именно в ранний период подросткового возраста личность претерпевает весомые изменения, с которыми обучающемуся без определенной помощи трудно справиться, поэтому в условиях инклюзии при организации обязательного психолого-педагогического сопровождения подростков с ОВЗ нужно подходить комплексно [1].

Модель инклюзивного образования не может быть эффективной без организации индивидуального подхода к обучающимся, необходимость которого подчеркивают и отечественные, и зарубежные специалисты. Вариативность школьных программ — это ключевая особенность инклюзивного обучения.

Например, отмечается, что часто проблемы школьника обнаруживаются в сложных формах речевой деятельности (например, развернутое устное или письменное сообщение по любым предметам) или на метаязыковом уровне (грамматический анализ и др.). Также у детей с ОВЗ зачастую выявляется недостаточный уровень развития словесно-логического мышления, операций абстрагирования.

Выделяются и другие учебные трудности: пропуск элементов пропозиции в сочетании с пропусками элементов концептуального пространства, наличие второстепенных элементов, не несущих концептуального смысла в сочетании с избыточным именованьем, избыточная степень анализа в сочетании с трудностями частичной синонимической замены на уровне слова. Также установлены трудности объединения и реконструкции фразы: неполнота развертывания пропозиции, наличие perseverаций (на уровне части фразы, целой фразы), неполнота конструкции; крайне ограниченный спектр трансформаций; трудности реализации комбинаторных видов трансформаций — так отмечает Т. В. Ахутина [2].

Стоит отметить, к периоду обучения в среднем звене, особенно в 5–6-х классах, у школьников с ОВЗ отмечается некоторая положительная динамика в речевом развитии. Вторичные нарушения становятся менее выраженными. В то же время школьники этого возраста продолжают испытывать трудности в семантике многих слов, путать предположно-падежные конструкции и т.д.

Для учащихся с ОВЗ сохраняется потребность в коррекционно-педагогической помощи на этапе обучения в 5–9 классах общеобразовательной школы даже после проведенных коррекционных курсов. Так, Н. Ю. Киселева пишет о том, что у части обучающихся с дислексией нарушение письменной речи оказывается некомпенсированным полностью, что проявляется в сохраняющихся нарушениях технической и смысловой сторон чтения и препятствует полноценному использованию чтения для обучения и самообучения уже в среднем звене [6].

Литература:

1. Апрыткина В. О. Проблема психолого-педагогического сопровождения подростков с ОВЗ / В. О. Апрыткина, Ю. В. Назарова // Педагогика и психология как ресурс развития современного общества: материалы X Междунар. науч. конф. / под ред. Л. А. Байковой, А. Н. Сухова, Т. М. Беспаловой. — Рязань, 2018. — С. 450–453.
2. Ахутина Т. В. Нейропсихологический подход в инклюзивном образовании / Т. В. Ахутина, Н. М. Пылаева, Т. Ю. Хотылева // Инклюзивное образование: методология, практика, технологии: материалы Междунар. науч. конф. / отв. ред. С. В. АLEXИНА. — Москва, 2011. — С. 71–73.
3. Бабина Г. В. Трансформационная переработка текстового материала школьниками с ОВЗ / Г. В. Бабина // Специальное образование. — 2011. — № 3. — С. 6–14.
4. Воронько Н. А. Процедура и результаты оценки описательных рассказов учащихся среднего школьного возраста с патологией речи / Н. А. Воронько // Научно-методический электронный журнал «Концепт». — 2017. — № V11. — С. 1–8. — URL: <http://e-koncept.ru/2017/171043.htm>. (дата обращения 01.06.2023)

Также существуют большие учебные трудности у школьников с ОВЗ при изучении иностранных языков, которые входят в обязательную программу обучения.

Школьники с ОВЗ с первых уроков английского языка начинают испытывать трудности в его усвоении. Невозможность правильно воспроизвести новые звуки и слова, либо правильно их услышать способствует развитию скованности детей, повышает их неуверенность в себе и своих силах. Такие дети быстро теряют интерес к новому предмету [5, 7].

На уровень учебных трудностей непосредственно влияет окружение и степень социализации обучающихся с ОВЗ в инклюзивном классе. Необходимо уделять внимание в аспекте социализации межличностным отношениям между детьми с ОВЗ и их сверстниками, так как это помогает решать этические и правовые аспекты подрастающего поколения [4, 8].

Адаптация школьников к инклюзивной образовательной среде имеет специфические социально-психологические трудности. Дети с ОВЗ, по сравнению с детьми без ограничений здоровья, показывают сниженный уровень социально-психологической адаптации и выбирают неконструктивные адаптационные стратегии преодоления неудач.

Учащиеся с особыми образовательными потребностями часто испытывают затруднения при переходе к обучению в среднем звене, даже если статус ОВЗ снимается. Все это объясняет необходимость психолого-педагогического сопровождения детей с различными трудностями обучения в среднем звене массовых школ.

В исследованиях сказано, что снижение способности к общению имеет прямое отношение к реализации универсальных учебных действий, когда ребенок не выделяет сходные операции в различных действиях, выполняемых в процессе учебных действий. Подчеркивается целесообразность внесения в пояснительные записки предметных курсов выносить краткое описание образовательных потребностей детей для адаптации материала и методического инструментария к особенностям детей с ОВЗ.

Тематика учебных трудностей обучающихся с ОВЗ в средних классах в условиях инклюзии изучена мала. При анализе психолого-педагогической литературы обнаружен недостаток информации данной проблемы, что обуславливает автором необходимость дальнейшего изучения поставленного вопроса.

5. Караптан Ю. С., Михайлюкова К. Ф., Взаимодействие учителя-логопеда и учителя русского языка в старших классах при коррекции чтения и письма у учащихся с ОВЗ / Ю. С. Караптан, К. Ф. Михайлюкова, Е. Н. Бросалина // Вопросы науки и образования: новые подходы и актуальные исследования: материалы Междунар. науч. конф. / под ред. О. Н. Широкова, Л. А. Абрамовой, Т. В. Яковлевой, М. Ю. Фоминым.— Чебоксары, 2021.— С. 40–43.
6. Киселева Н. Ю. Когнитивно-коммуникативные нарушения в структуре дислексии учащихся общеобразовательной школы / Н. Ю. Киселева // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Педагогика и психология.— 2011.— № 4.— С. 86–93.
7. Киселева Н. Ю. Логопедическая работа по формированию читательских компетенций у учащихся с дислексией основной школы: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.03. / Киселева Наталья Юрьевна.— Москва, 2013.— 26 с.
8. Психология развития: хрестоматия / под ред. А. К. Болотовой, О. Н. Молчановой.— Москва: ЧеРо, 2005.— 524 с.
9. Санникова В. С. Особенности учебной мотивации у детей с ограниченными возможностями здоровья / В. С. Санникова, О. Д. Стародубец // Психологическое здоровье и развитие личности в современном мире: материалы Междунар. науч. конф. / отв. ред. А. В. Лейфа, О. Д. Стародубец, Н. А. Кора, В. С. Клемес.— Благовещенск, 2019.— С. 80–84.
10. Сиротюк А. Л. Обучение детей с учётом психофизиологии: учеб. пособие / А. Л. Сиротюк.— Москва: Изд-во Наука, 2010.— 389 с.
11. Туйгушева А. А. Развитие связной монологической речи обучающихся 5 класса с опорой на учебный материал школьных предметов / А. А. Туйгушева // Актуальные проблемы логопедии.— Саратов, 2020.— Вып. 5: Сборник научных и научно-методических трудов.— С. 111–117.
12. Турченкова Е. В. Опыт внедрения инклюзивного образования в условиях массовой общеобразовательной школы / Е. В. Турченкова // Экопрофилактика, оздоровительные и спортивно-тренировочные технологии: материалы II Междунар. науч. конф. / под ред. Д. В. Воробьева, Н. В. Тимушкиной.— Балашов, 2018.— С. 550–557.

Представление о будущей роли родителя у молодёжи с разным уровнем доверия к себе и миру

Кравченко Татьяна Владимировна, студент

Научный руководитель: Зиборова Елена Игоревна, кандидат социологических наук, доцент
Белгородский государственный национальный исследовательский университет

Статья посвящена психологическим особенностям проявления доверия к себе и к миру.

Ключевые слова: доверие, базовое доверие, недоверие, личностное развитие.

Представления о родительской роли складываются на протяжении длительного времени, начиная с дошкольного возраста. Однако, зачастую они имеют дисгармоничный характер, что может быть вызвано отсутствием преемственности между поколениями. Данная ситуация определяет актуальность изучения условий становления отношения к родительству у современной молодёжи, поиск путей его гармонизации. Одним из таких условий является содержание представлений о родительстве. Данная проблема была изучена в работах Р. В. Овчаровой, А. Г. Долгих, которые представили факторы становления представлений о будущей роли родителя в системе ценностных отношений и мировоззрения молодых людей. Именно представление о будущей родительской роли становится отправной точкой для формирования внутренней позиции в отношении будущего материнства, отцовства. Представления о родительстве формируются на основе имеющегося у человека жизненного опыта (прежде всего в родительской семье) (Мерзлякова, 2014; Манёров, 2013) путем его воспроизведения в воображении и могут включать в себя установки, ценности, представления и ожидания, связанные как с ребенком, так и с собой как

будущим родителем («Родители и дети: психология взаимоотношений»..., 2003).

Огромное влияние на становление представления о будущей роли родителя оказывает то, в какой семье воспитывался человек, как выстраивались его взаимоотношения с родителями, братьями и сестрами. В том случае, если данные отношения носили неблагоприятный характер, человек может перестать доверять другим людям, ему будет трудно выстроить близкие и глубокие отношения с другими людьми, а представления о будущей роли родителя могут быть амбивалентными, дисгармоничными.

Одной из причин дисгармоничного представления о будущей роли родителя является отсутствие доверия к себе и миру, которое формируется в первые годы жизни человека.

Доверие как психологический феномен было изучено в отечественных и зарубежных исследованиях, описаны этапы становления доверия, особенности структуры данного понятия. Однако, несмотря на большое количество исследований, посвященных вопросу представлений о будущей роли родителя, недостаточно проанализированы факторы становления данных

представлений, практически не осуществлен анализ связи представлений о будущей роли родителя и уровнем доверия к себе и миру у молодежи.

В зарубежных концепциях доверие к миру связано с ожиданиями личности. Большой вклад в понимание формирования доверия к миру внес Э. Эриксон, который определил, что сензитивным периодом становления базового доверия к миру является младенчество. Однако, доверие миру может видоизменяться под воздействием различных условий. Доверие к себе — это «экзистенциальный феномен» субъективности, существующий только в реально субъективной модели мира самой личности.

Представления о будущей роли родителя являются ценностным образованием в структуре мировоззрения молодежи. Понятие «представление» в психологических исследованиях выступает, как воспроизведение различных феноменов по отношению к тому или иному явлению или процессу. Представления имеют «центральный узел» и «периферические элементы», в которые входят стереотипы, верования и т.д.

Критическим этапом в становлении представления о будущей роли родителя является возраст молодости. Представ-

ления о будущей роли родителя у молодежи формируются под влиянием различных факторов, а само родительство выступает, как интегральное психологическое образование личности, включающее совокупность ценностных ориентаций родителя, установок и ожиданий, родительских чувств, отношений и позиций, родительской ответственности и стиля воспитания. Представления о будущей роли родителя состоят из следующих компонентов: когнитивный, эмоциональный и деятельностный, которые находятся в тесной взаимосвязи.

Когнитивный компонент включает знания о нормах репродуктивной системы, родительства и воспитания детей. Эмоциональный — это отношение личности к будущей роли родителя. Деятельностный компонент выражен в конкретном поведении личности в родительстве.

Таким образом, юноши и девушки с высоким уровнем доверия к себе и миру имеют сформированные представления о будущей роли родителя, относятся к родительству положительно, готовы к принятию ответственности и выстраиванию позитивного взаимодействия с детьми.

Литература:

1. Антоненко И. В. Доверие: социально-психологический феномен / И. В. Антоненко. — М.: Социум; ГУУ, 2004. — 320 с.
2. Говако Б. И. Студенческая семья. М.: Мысль, 1988. 158 с. — книга
3. Долгих А. Г., Захарова Е. И. Содержание и степень гармоничности представлений о материнстве и отцовстве в юношеском возрасте. Вестник Московского университета. Серия 14. Психология, № 2, 2018, С. 89–99. — статья
4. Немов, Р. С. Психология: учебное пособие. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики / Р. С. Немов. — М.: Владос, 2000. — 712 с. — книга
5. Обухова, Е. И. Периодизация развития личности (по Э. Эриксону) / Е. И. Обухова // Педагогика и психология: перспективы развития: Сборник материалов V Международной научно-практической конференции, Чебоксары, 11 июня 2018 года / Редколлегия: О. Н. Широков [и др.]. — Чебоксары: Общество с ограниченной ответственностью «Центр научного сотрудничества »Интерактив плюс», 2018. — С. 154–155.
6. Фрейдджер Р. Теории личности и личностный рост / Р. Фрейдджер, Д. Фэйдимен. — М.: ОЛМА ПРЕСС, 2004. — 657 с.
7. Эриксон Э. Э Идентичность: юность и кризис: Пер. с англ./ Общ. ред. и предисл. Толстых А. В. — М.: Издательская группа «Прогресс», 1996. — 344 с.

Мотивация студентов при выборе профессии психолога

Олейникова Екатерина Евгеньевна, студент
Воронежский государственный университет

В статье представлены теоретические аспекты исследования по теме профессиональной мотивации студентов. В частности, мотивации быть психологом после завершения учебы в вузе. Отмечено, что студенты-психологи имеют внутренние мотивы, такие как приобретение знаний, овладение профессией, желание разобраться в себе, помогать людям, стремление научиться владеть собой, развитие коммуникативных навыков, приобщение к интересной науке. Проведенный среди студентов опрос позволил выявить наиболее явные причины стать психологом: мотивы выбора профессии «психолог» у студентов-психологов достаточно разнообразны, но в целом связаны с желанием помогать людям и работой с клиентами.

Ключевые слова: мотивация, студенты, мотив, желание, психолог, помощь, профессия.

Мотивация студентов к выбору профессии психолога представляет собой сложный и многогранный вопрос. Выбор этой профессии часто обусловлен желанием помогать людям,

совпадением способностей, интересом к профессии и желанием разобраться в себе. Исследование мотивации студентов при выборе профессии психолог актуально не только с точки

зрения повышения качества подготовки кадров в данной области, но и с точки зрения психологического благополучия студентов и их успешной адаптации в профессиональной среде.

Мотивация — это внутреннее состояние, которое побуждает человека к действию для достижения определенных целей или удовлетворения определенных потребностей.

Мотивация выбора профессии психолога может быть как сознательной, так и неосознанной. На выбор влияют различные факторы, такие как личные качества человека, жизненный опыт и социальный контекст. На мотивацию выбора профессии психолога также влияют восприятие человеком профессии, понимание роли психолога и ожидания от профессии.

Исследования показали, что мотивация выбора профессии психолога может меняться с течением времени в зависимости от личностного и профессионального развития человека. Например, на ранних этапах университетского образования студентами может быть мотивировано желание учиться и понимать себя, а на более поздних этапах ими может мотивировать желание помочь другим и изменить мир к лучшему.

Так, В. И. Шарагин и В. О. Иванов [2] отмечают, что студенты-психологи Московского государственного психолого-педагогического университета (МГППУ) имеют такие внутренние мотивы, как приобретение знаний и овладение профессией.

И. В. Вачков, И. Б. Гриншпун, Н. С. Пряхников [3] выделяют следующие мотивы:

- 1) желание разобраться в себе;
- 2) желание помогать людям;
- 3) стремление научиться владеть собой;
- 4) развитие коммуникативных навыков;
- 5) приобщение к интересной науке.

Сходные данные приводит П. Ю. Якимова [4]. При этом студентам факультета «Психология образования» присуща выраженная альтруистическая мотивация (помощь людям) и мотивация самопознания. Г. В. Самойлова [5] предлагает следующую классификацию мотивов профессии психолога: социальные, меркантильные, профессиональные, инфантильные, случайные.

Ряд авторов связывают динамику развития мотивов профессиональной деятельности с ростом степени опытности специалиста, его квалификацией; другие подчеркивают ведущую роль личностных особенностей субъекта труда, что проявляется в изменении степени осознанности побуждений, их субъектной значимости, отношении к труду (Б. Ф. Ломов, К. А. Абульханова-Славская, Дж. Сьюпер).

На мотивацию выбора профессии психолога также влияют личный опыт и проблемы человека. Например, студенты, которые сами столкнулись с психологическими проблемами, могут быть более мотивированы стать психологами, чтобы помочь другим, столкнувшимся с аналогичными проблемами.

Исходя из этого целью нашего эмпирического исследования было определение структуры и динамики мотива выбора профессии «психолог». Исследовательскую базу составили студенты-психологи 1–5 курсов Воронежского университета. В качестве метода был выбран социологический опрос по специально разработанной анкете.

В ходе опроса были выявлены следующие результаты:

55% студентов указали на помощь другим как один из основных мотивов выбора профессии психолога.

60% студентов считают, что наиболее важным аспектом профессии психолога является работа с клиентами. Исследование человеческого поведения (15%), участие в психологических исследованиях (15%) и карьерный рост (10%) также отмечены как важные аспекты в работе психолога.

40% студентов уверены, что их мотивы могут измениться в процессе обучения и практики в области психологии. Еще 20% отметили, что на мотивацию может повлиять рынок труда и изменения в экономической ситуации.

65% студентов оценивают свою мотивацию к выбору профессии психолога как очень высокую или высокую.

20% отметили среди важных мотивов именно желание помогать людям, приносить пользу. Около 15% отметили, что их мотив — стремление понять себя, разобраться в себе. Приобретение знаний (13%), развитие коммуникативных навыков (8%) и интерес к науке (12%) стали другими причинами, на которые указали студенты.

Некоторое количество респондентов указали на то, что в их семье часто обсуждались психологические аспекты жизни и это повлияло на желание обрести специальность, связанную с психологией (18%).

Из результатов опроса среди студентов-психологов можно сделать аналитический вывод о том, что основными мотивами выбора профессии психолога являются желание помогать другим (55%) и работа с клиентами (60%). Однако также важным аспектом в выборе профессии для студентов является возможность участвовать в исследованиях (15%) и карьерный рост (10%).

Таким образом, мотивы выбора профессии «психолог» у студентов-психологов достаточно разнообразны, но в целом связаны с желанием помогать людям и стремлением обрести работу с клиентами. Это указывает на гуманные устремления молодежи, на их верные ориентиры в плане профреализации, а также на желание вносить вклад в социум. Стремление работать с клиентами связано с желанием иметь частную практику, высокий доход, профессиональную независимость, и профессиональную репутацию, основанную на обратной связи клиентов.

В заключение можно сказать, что мотивация студентов к выбору профессии психолога представляет собой сложную и многогранную проблему, на которую влияют множество факторов, включая личностные качества, жизненный опыт, социальный контекст, восприятие профессии, личный опыт и проблемы. Понимание этих факторов может помочь лучше поддержать студентов в выборе профессии и гарантировать, что они хорошо подготовлены к трудностям и вознаграждениям карьеры психолога. Понимание мотивообразующих факторов выбора профессии психолога может позволить уже в рамках обучения профессии создать специальные условия для осознания истинной причины прихода в данную профессию и проработки неосознаваемых мотивационных факторов, препятствующих более глубинному пониманию самого себя, своих чувств и психологических защит, а также более объективному и конгруэнтному принятию клиента в будущей профессиональной деятельности.

Литература:

1. Тысленко, В. В. Мотив выбора профессии студентами, обучающимися по направлению «Психология» / В. В. Тысленко. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2018. — № 15 (201). — С. 201–204. — URL: <https://moluch.ru/archive/201/49389/> (дата обращения: 21.04.2024).
2. Шарагин В. И., Иванов В. О. Диагностика мотивационной сферы студентов как путь определения психологических проблем мотивации учебной деятельности // Психология обучения. 2018. № 6. С. 14–26.
3. Вачков И. В., Гриншпун И. Б., Пряжников Н. С. Введение в профессию «психолог». М., 2007. 464 с.
4. Якимова П. Ю. Мотивация обучения и выбора профессии у студентов-психологов, обучающихся на разных психологических специальностях // Психологическая наука и образование. 2008. № 5. С. 110–119.
5. Самойлова Г. В. Мотивы выбора профессии «психолог» у студентов группы второго высшего образования // Северо-Кавказский психологический вестник. 2011. Т. 9, № 1. С. 63–66.
6. Лазурский А. Ф. Избранные труды по психологии. — М.: Издательство «Наука», 1997.
7. Павлютенков Е. М. Формирование мотивов выбора профессии. Киев: Радянська школа, 1980. 143 с.
8. Немов Р. С. Психология в 3-х томах. Т. 1. Общие основы психологии. М.: Владос, 2013. 688 с.

Exploring Identity Change in Codependent Relationships with Alcoholic Men: A Literature Review

Temir Ulbossyn Nurlankyzy, student master's degree

Scientific advisor: Aubakirova Zhanat Kanashevna, candidate of psychological sciences, i.o. professors
Eurasian National University named after LN Gumilev (Astana, Kazakhstan)

The literature review delves into the intricate dynamics of codependency in relationships involving alcoholism, particularly focusing on the profound shifts in identity experienced by both partners.

Key words: codependency, alcoholism, relationships.

Исследование изменения идентичности в созависимых отношениях с мужчинами-алкоголиками: обзор литературы

Темир Улбосын Нурланкызы, студент магистратуры

Научный руководитель: Аубакирова Жанат Канашевна, кандидат психологических наук, и.о. профессора
Евразийский национальный университет имени Л. Н. Гумилева (г. Астана, Казахстан)

Обзор литературы углубляется в сложную динамику созависимости в отношениях, связанных с алкоголизмом, уделяя особое внимание глубоким изменениям в идентичности, переживаемым обоими партнерами.

Ключевые слова: созависимость, алкоголизм, взаимоотношения.

Beatty M. looks at codependency in relationships involving alcoholism and presents complex challenges, often leading to significant shifts in the identities of both partners [1]. While extensive research exists on the psychological and relational aspects of codependency, Mellody P., Miller A. W., and Miller J. K. says that less attention has been devoted to understanding how identity change manifests within these dynamics [2]. This literature review aims to examine the role of identity transformation in codependent relationships with alcoholic men, shedding light on its mechanisms, consequences, and implications for intervention and recovery [3].

The term «codependent relationship» is commonly used in the context of psychology and family therapy to describe an interactional

dynamic between two or more people in which one party (or both parties) expresses behaviours or feelings aimed at supporting or helping the other party, often without regard for their own needs and boundaries. The term is used in the context of substance abuse when a family member or loved one becomes involved in the dynamic of supporting or supporting another person's harmful behaviour, often accompanied by a sense of self-importance and exclusivity.

Codependency, originally conceptualised within the realm of addiction, has evolved into a multifaceted construct with implications in various interpersonal relationships and mental health contexts.

Several theoretical frameworks underpin the understanding of codependency. Bowen's family systems theory highlights the role

of family dynamics in perpetuating codependent behaviours across generations [4]. Attachment theory posits that early attachment patterns influence adult relationship dynamics, contributing to codependent tendencies [5]. A. Bandura in his work states that social learning theory suggests that codependency is learned through modelling and reinforcement within the family or social environment [6].

Codependency is characterised by excessive reliance on others for validation and self-worth, often resulting in enmeshed and boundary-deficient relationships according to K. Barnett's studies [7]. Within the context of alcoholism, codependent partners, particularly women, may experience profound disruptions in their sense of self as they prioritise the needs of the alcoholic partner over their own reports A. W. Schaef [8]. C. Black in his research describes that identity formation becomes intertwined with the role of caregiver, enabler, or rescuer, leading to a loss of autonomy and individual identity [9].

M. E. Woolley & A. E. Lowe argue that enabling behaviours, such as covering up for the alcoholic partner or making excuses for their behaviour, become central to the identity of the codependent individual [10]. S. Wegscheider-Cruse restates it by saying that these behaviours reinforce a distorted sense of self characterised by a martyr-like mentality and a sense of indispensability in maintaining the stability of the relationship [11]. R. Timms & A. Sealey describe the fact that over time, the codependent partner may internalise the role of caregiver to the extent that their own needs and desires become secondary, further eroding their sense of identity and self-worth [12].

Studies of P. Melody and A. Sealey say that emotional dependency within codependent relationships contributes to identity fusion, blurring the boundaries between the self and the alcoholic partner [13]. Codependent individuals may derive their sense of identity and purpose from their role in the relationship, equating their own worth with the ability to «fix» or rescue the alcoholic partner [7, p. 25]. This fusion of identities can result in a loss of differentiation and selfhood, as the codependent partner becomes enmeshed in the alcoholic's struggles and emotional turmoil [8, p.34].

C. Black claims that many codependent individuals have experienced trauma or adverse childhood experiences, which further complicate their identity formation and interpersonal relationships [9, p. 81]. Childhood neglect, abuse, or dysfunctional family dynamics can contribute to a fragmented sense of self, predisposing individuals to seek validation and attachment in unhealthy relationships characterised by codependency [12, p. 23]. These unresolved traumas perpetuate cycles of self-neglect and dependency, reinforcing maladaptive coping mechanisms and identity patterns.

Interventions aimed at addressing identity change in codependent relationships require a holistic approach that addresses both individual and relational dynamics according to T. L. Cermak [3, p.62]. Psychoeducation, therapy, and support groups offer opportunities for codependent individuals to explore and reconstruct their sense of self outside of the role of caregiver or enabler [10, p. 47]. Empowering codependent partners to establish healthy boundaries, prioritise self-care, and cultivate independent identities is essential for fostering resilience and promoting recovery, both for themselves and their alcoholic partners [13, 73].

Despite its widespread use, codependency as a concept has faced criticism for its lack of specificity and potential for pathologizing normal relational behaviours. Some scholars advocate for a more nuanced understanding of interpersonal dynamics that acknowledges the contextual factors influencing relational patterns. Future research should focus on refining the measurement of codependency, exploring its cultural and contextual variations, and investigating its role in diverse relationship contexts beyond the traditional focus on addiction.

The literature highlights the profound impact of identity change in codependent relationships with alcoholic men, underscoring the need for comprehensive interventions that address both the individual and relational dimensions of codependency shows K. Barnett's studies [7, p.94]. By acknowledging the complex interplay between identity, trauma, and enabling behaviours, specialists and researchers can better support codependent individuals in reclaiming autonomy, fostering healthy boundaries, and cultivating authentic identities conducive to personal growth and well-being [8, p.65].

Литература:

1. Beattie, M. *Codependent No More: How to Stop Controlling Others and Start Caring for Yourself*. Harper Collins — p. 7, 1987.
2. Melody, P., Miller, A. W., & Miller, J. K. *Facing Codependence: What It Is, Where It Comes from, How It Sabotages Our Lives* — Harper One — p. 11, 2003.
3. Cermak, T. L. *Diagnosing and treating codependency: A guide for professionals who work with chemical dependents, their spouses, and children*. Johnson Institute Books — p. 24, 1986.
4. Bowen, M. *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson — p.14, 1978.
5. Bowlby, J. *Attachment and loss: Attachment (Vol. 1)*. Basic Books. — p.22, 1982.
6. Bandura, A. *Social learning theory*. Prentice Hall. — p. 18, 1977.
7. Barnett, K. *The role of enabler in the family dynamics of women in a codependent relationship*. *Journal of Feminist Family Therapy*, p.1–18, 2013.
8. Schaef, A. W. *Co-Dependence: Misunderstood–Mistreated*. Harper & Row — p.30, 1989.
9. Black, C. *It will never happen to me: Growing up with addiction as youngsters, adolescents, adults*. Health Communications, Inc. — p. 21, 2011.
10. Woolley, M. E., & Lowe, A. E. *The voices of women in recovery: Codependency and alcoholism*. *The Qualitative Report*. — p. 1–16, 2014.
11. Wegscheider-Cruse, S. *Choice-making: For codependents, adult children, and spirituality seekers*. Health Communications, Inc. — p. 35, 1985.

12. Timms, R., & Sealey, A. The role of childhood trauma in codependent relationships with partners who are alcohol and other drug dependent: Exploring the issues. *Journal of Substance Use*, 23(2), — p. 191–197, 2018.
13. Mellody, P., & Wagner, A. W. *The Intimacy Factor: The Ground Rules for Overcoming the Obstacles to Truth, Respect, and Lasting Love*. Harper One. — p. 44, 2011.

Трансформационное лидерство как ключевой фактор инновационных преобразований

Файзиева Гульзода Улугбековна, психолог
Ташкентский институт менеджмента и экономики (Узбекистан)

На этапе перехода к постиндустриальному обществу и экономике знаний происходит активизация инновационных процессов во всех сферах жизни, в том числе и в сфере управления, требующей от лидеров новых навыков и компетенций. В статье анализируются отдельные концепции лидерства с упором на трансформационную модель как наиболее адекватную нынешней фазе развития.

Ключевые слова: инновации, концепции лидерства, трансформационное лидерство, транзакционное лидерство.

Нет ничего постоянного, кроме изменений.

Гераклит Эфесский, древнегреческий философ

Инновации отличают лидера от догоняющего.

Стив Джобс, сооснователь компании Apple

Трансформационные лидеры не начинают с отрицания мира вокруг них. Вместо этого они описывают будущее, которое хотели бы создать.

Сет Годин, американский предприниматель и экономист

Инновационный процесс, по сути, представляет собой трансформационный цикл, стартующий в момент возникновения идеи и завершающийся её практической реализацией. Инновации исконно присущи всей разумной истории человечества, а циклы их реализации непрерывно ускоряются. Ими охвачены все сферы деятельности, начиная от технологий и науки и заканчивая искусством и культурой. В современную эпоху это становится важнейшим фактором радикального преобразования как мира в целом, так и отдельных государств, регионов, отраслей и предприятий. Специфическим содержанием инноваций является изменение, а основной функцией — функция изменения. Помимо психологической готовности к непрерывным преобразованиям, инновации требуют от человека критического осознания своей роли в этих процессах, протекающих во всё более усложняющемся мире. Люди, сами находящиеся в состоянии бесконечного самообновления, обладают и способностью к инновациям. Они смело берутся за новое дело и идут вперед, добиваясь успеха на этом пути.

За новыми разработками всегда должен стоять конкретный человек, предвосхищающий события, проявляющий непосредственный интерес к инновациям, умело продвигающий новые идеи, убедительно задействующий различные аргументы в их пользу. Одна из характерных черт успешных лидеров заключается в умении самостоятельно начинать преобразования, чтобы

оставаться на одной волне с постоянно происходящими изменениями. Обладая развитым эмоциональным интеллектом, такие лидеры апеллируют преимущественно к чувствам и, в некотором смысле, являются актерами, рассказчиками, выступающими для того, чтобы добиться предварительного одобрения лиц, принимающих решения. Американский философ Эрик Хоффер сформулировал это так: — «Лидер должен быть прагматиком и реалистом, но говорить должен языком мечтателя и идеалиста». Будущее за ними, создающими и поддерживающими инновационную культуру как совокупность ценностей, норм, поведенческих паттернов¹ и практик, способствующих развитию и успешной реализации нововведений. Это нечто большее, чем просто создание новых продуктов или технологий. Помимо всего прочего, инновационная культура включает в себя наличие в коллективе благоприятного социально-психологического климата, создающего атмосферу доверия, открытости, смелого экспериментирования, уважения к идеям и мнениям своих коллег.

В контексте исследуемой темы необходимо сделать терминологические уточнения и разграничить понятия «лидер» и «руководитель». Долгое время под лидером подразумевался непосредственный руководитель коллектива. Сейчас ситуация поменялась. Самое простое и очевидное объяснение их отличий состоит в том, что руководитель — это всегда фор-

¹ Поведенческие паттерны — человеческие привычки, стереотипы и способы поведения в обществе (здесь и далее все примечания принадлежат автору статьи — Г.Ф.)

мальный лидер, т.е. назначенный сверху руководить подчиненными. А реальный лидер может быть и неформальным, т.е. человеком, который, благодаря своим исключительным личным качествам, выделяется среди своих коллег. При этом руководитель тоже может считаться лидером, если он соответствует определенным признакам. Люди следуют за лидерами не благодаря их официальной власти и полномочиям, а из-за доверия и уважения к ним.

По мере изменения восприятия мира и способов мышления старые методы воздействия постепенно утрачивают свою эффективность. Это связано с тем, что общество и культура постоянно развиваются, и то, что ранее считалось успешным, может перестать действовать в новых условиях. Важно уметь адаптироваться к изменениям и искать более современные и эффективные подходы к влиянию и управлению. В самом начале 1960-х годов была опубликована, получившая затем широкую известность, книга американского политика, общественного деятеля и видного исследователя проблем лидерства Джона Уильяма Гарднера «Самообновление: личность и инновационное общество». В ней он ёмко сформулировал идею динамичной стабильности, ставшую лейтмотивом изысканий, предпринятых им рамках этого труда: «Единственно возможная стабильность — это стабильность в движении». Развивая мысль, он делает вывод о том, что способность общества к обновлению зависит от его индивидов, а главным препятствием на пути к успеху является истощение сердца и духа, а не отсутствие материальной мощи. Молодые страны, предприятия и люди имеют несколько ключевых общих черт: они гибки, полны энтузиазма, открыты, любознательны, бесстрашны и готовы рисковать. Именно это и приводит к успеху. Однако со временем на смену этим качествам приходят самодовольство, апатия и ригидность², вызывающие падение мотивации. Именно на этом перекрёстке великие цивилизации рушатся, предприятия банкротятся, а жизнь стагнирует [1].

Эффективное управление — это оптимальное использование ресурсов: материальных, финансовых и человеческих. Лидерство же — это моральная и эмоциональная деятельность. Задача лидера — мотивировать и вдохновлять последователей двигаться в правильном направлении и лучше выполнять свои функции. Самый цитируемый в мире ученый в сфере лидерства, лауреат многочисленных премий за достижения в области исследований организационной психологии и менеджмента Бернард Моррис Басс рассматривал лидерство как процесс, в котором лидер и последователи взаимодействуют друг с другом и между собой, когда лидер оказывает влияние на последователей и, в то же время, сам является объектом воздействия с их стороны [2].

Лидерство существует там, где есть организация и власть. Феномен лидерства волновал людей уже с античных времён. Его оценки менялись, отражая эволюцию общественных отношений, экономических систем и культурных ценностей. В самом обобщенном виде картина выглядит так:

1. *Древние цивилизации.* Лидерство имело непосредственную связь с мифологией, религией и династическими

структурами власти. Лидеры в этих обществах обычно рассматривались как божественные или полубожественные фигуры, обладающие священным правом на власть.

2. *Средневековье и феодализм.* Лидерство основывалось на феодальных отношениях вассалов и сеньоров. Лидеры были владельцами земель и военными командирами, управляющими своими вассалами.

3. *Эпоха Просвещения.* В эпоху Просвещения и революционных движений XVIII и XIX веков понимание лидерства стало меняться под воздействием идей свободы, равенства и гражданских прав. Лидерство теперь ассоциировалось с идеалами просвещения, рационализма и демократии.

4. *Промышленная революция и капитализм.* Промышленная революция и развитие капитализма в XIX веке привели к возникновению новых форм лидерства в бизнесе и промышленности. Лидеры отождествлялись с промышленными магнатами, капиталистическими предпринимателями и индустриальными титанами.

5. *Постиндустриальное общество.* Переход к постиндустриальному обществу начался в конце двадцатого века, когда научно-техническая революция привела к смене фокуса экономики с доминирования *производства товаров* на преимущественное *производство услуг*. Для постиндустриальной экономики характерен переход от *финансового капитала*, как основного фактора производства, к *интеллектуальному капиталу*, основанному на производстве знаний и внедрении инноваций. Научное знание и информация стали ключевыми ресурсами для производства, а научные разработки превратились в движущую силу развития. Этот этап обновления диктует и новые требования к лидерству. Его концепция становится более разнообразной и комплексной, вобрав в себя такие понятия как адаптивность, гибкость и способность управлять изменениями в быстро меняющемся информационном окружении.

В прошлом лидеры руководствовались преимущественно личными амбициями и собственными желаниями, ориентированными на то, что уже есть или же имело место быть. Нынешние лидеры должны уметь вести своих последователей в том направлении, которое ещё в недалёком прошлом они и представить себе не могли. А это значит, что от современного лидера требуется проницательность, т.е. способность видеть то, чего ещё не видят другие, внутренне осознавая суть происходящих процессов.

Формулируя методологические задачи, возникшие при подготовке учебника «История управленческой мысли», известные российские исследователи проблем управления Петрунин Ю., Сидоров А. и Соловьев К. отмечали: «Историческая обусловленность той или иной теоретической модели управления определяется, во-первых, общим набором факторов, воздействующих на состояние управления в ту или иную эпоху, а, во-вторых, признанием связи между эпохами, выражающейся в том, что управленческие идеи не рождались «здесь и сейчас» под воздействием тех самых факторов. Естественное

² В переводе с латыни это понятие означает «неподвижность, неизменность, негибкость, жёсткость»

развитие управленческой мысли состояло в том, что одни и те же идеи могли жить веками, переходя из одной эпохи в другую, из концепции в концепцию, трансформируясь на своем историческом пути, частично, а иногда и полностью утрачивая свое первоначальное понимание и обретая новое. Каждая модель управления — это отражение экономической, социальной, политической и этнокультурной реальности данной эпохи и, в то же время, выражение движения всей мысли человечества» [3, с. 208–209].

И менеджеры-лидеры, и менеджеры-руководители пытаются двигать людей к достижению результатов, но менедже-

ров-руководителей больше волнует рабочая сторона процесса, в то время как менеджеры-лидеры сосредоточены на том, чтобы вдохновлять и мотивировать людей на достижение целей. Таким образом, основное различие между ними заключается в том, что если одни оперируют обычным интеллектом, наиболее соответствующим задачам анализа ситуации, оценки рисков и возможностей с последующим выбором оптимальных решений, то другие опираются в большей степени на эмоциональный интеллект (EI)³. Российский исследователь Вадим Корогодин проанализировал оба типа менеджеров и подытожил результаты в виде следующей таблицы [4].

Таблица 1. Сравнительный анализ менеджера как руководителя и менеджера как лидера

Менеджер как руководитель	Менеджер как лидер
Администратор	Новатор
Поручает	Вдохновляет
Основа действий — план	Основа действий — влияние
Профессионал	Энтузиаст
Контроль	Доверие
Принимает решения	Превращает решения в реальность
Уважаем	Обожаем

Было время, когда люди считались лишь одним из «факторов производства». Управление ими ненамного отличалось от управления машинами и капиталом. В модернизирующемся обществе каждый человек это, прежде всего, личность. И если раньше это обстоятельство игнорировалось, так как жёсткие методы управления людьми и без того позволяли повышать производительность труда, то сегодня такая практика даёт обратный эффект. Хотя капиталом и техникой управляют так же, как и прежде, отношение к людям в корне изменилось, пришло осознание того, что ими следует управлять по-иному. Если организация подавляет индивидуальность, она рискует потерять способность к адаптации. Однако, когда организация поощряет самовыражение, то ей уже сложно оставаться неизменной и она преобразуется. Это благоприятно отражается и на *вовлеченности* персонала, которая отражает максимальную степень мотивации, проявляющуюся в личном стремлении к достижению наилучших результатов. Вовлечённый сотрудник выделяется среди других своим углубленным подходом к работе и полной концентрацией на задачах, не считаясь при этом с затратами времени и энергии. Он эмоционально реагирует на успехи и неудачи компании, проявляет открытый интерес, инициативу и готовность расширять свои обязанности. Он всегда стремится улучшать свои навыки, соблюдает установленные сроки, проявляет ответственность и усердие. На этапе инновационного развития именно индивиды становятся единственным источником обновления.

В области организационной психологии активно применяется модель «управленческой решётки», разработанная Ро-

бертом Блейком и Джейн Мутон. Модель строится на основе двух измерений: забота о людях и забота о производстве, а стратегии лидерского поведения анализируются через противопоставление «*фокуса на людях*» и «*фокуса на процессе производства*», т.е. *этического* и *эффективного* лидерства [5].

Этим моделям лидерства соответствуют *трансформационный* и *транзакционный* стили лидерства. Первый направлен на изменение реальности в соответствии с ценностями организации, а второй — на адаптивное взаимодействие с внешней средой. Вплоть до начала 1980-х годов преобладал подход, основанный на транзакционном стиле. Однако затем возникла и утвердилась модель трансформационного лидерства. Начало было положено книгой «Лидерство» видного американского исследователя, лауреата Пулитцеровской премии Джеймса Макгрегора Бернаса, в которой подробно рассматривались различные концепции *политического* лидерства. Это были времена, когда от особенностей характера и поведения политиков зависели подчас судьбы целых государств и народов. По словам Бернаса, большинство исследований тогда было сосредоточено на транзакционном процессе, а особое внимание уделялось различным *обменам* между лидером и подчинёнными. В своей книге Бернас впервые ввел понятие трансформационного лидерства как *процесса*, в ходе которого происходят качественные изменения групповых и организационных взаимодействий, и, одновременно, индивидуальных характеристик его участников. В этом процессе «лидеры и последователи помогают друг другу подняться на более высокий уровень морального духа и моти-

³ Эмоциональный интеллект отвечает за распознавание личных эмоций и эмоций окружающих людей, а также за управление ими. Многие современные компании при подборе кандидата в первую очередь изучают его эмоциональный интеллект. Сотрудники, обладающие развитым EI, менее конфликтны и более склонны к желательному социальному поведению. Руководители, наделённые этим качеством, лучше объединяют и сплачивают персонал, способствуют быстрому выходу возглавляемого ими коллектива на нужные результаты.

вации». Философия трансформационного лидерства Бернса была ориентирована на создание гармоничного и справедливого общества, в котором лидеры вдохновляют и мотивируют своих последователей на преодоление преград и достижение высших целей. Особую роль при этом играют этические аспекты лидерства: честность, справедливость и уважение к достоинству человека. Следование этим принципам создает условия для роста и самореализации единомышленников лидера, помогает им раскрыть свои потенциальные возможности [6].

Введённое Бернсом в научный оборот понятие трансформационного лидерства оказалось продуктивным также и для понимания процессов управления в *бизнес-структурах* и было взято на вооружение исследователями в сфере менеджмента. Бернард Басс в своей авторской работе «От транзакционного

к трансформационному лидерству: научиться делиться видением» [7] и проведенном им, совместно с другим известным американским ученым в области исследований лидерства, членом Американского психологического общества и Американской психологической ассоциации Брюсом Аволио, исследовании «Трансформационное лидерство и организационная культура» [8] продолжил работу Бернса, объясняя психологические механизмы, лежащие в основе трансформационной модели, позволяющей людям приближаться к смыслу того, что они делают под руководством конкретного лидера. Основным положением стало то, что руководители могут достигать высоких результатов в управлении, применяя четыре компонента лидерского поведения, известные теперь как принцип четырёх «I». Наглядно его можно проиллюстрировать в следующем виде:



Рис. 1. Четыре компонента поведения трансформационного лидера

Какими же чертами⁴ и компетенциями должен обладать трансформационный лидер? Российская исследовательница Юлия Хамзина провела анализ различных публикаций и на его основе сформировала список упоминаемых в них

черт и компетенций трансформационного лидера. Для удобства восприятия мы свели их в таблицу, в которой приводятся только фамилии авторов и год, без библиографических ссылок [9].

Таблица 2. Черты и компетенции трансформационного лидера

Черты и компетенции	В исследованиях каких авторов упоминаются
Широта видения ситуации, просчет вариантов	Burns J., 1978
Храбрость, вера в людей, ориентация на ценности, обучение на протяжении всей жизни, умение мечтать, способность справляться со сложностями, двусмысленностью и неопределенностью	Tichy N., Devanna M., 1986
Харизма (видение будущего, демонстрация пути его достижения, адаптация команды к будущему, эмоциональное воздействие, умение вызывать гордость за проект)	Bass B., 1990
Эмоциональный интеллект	Синяева Л., Кузнецова О., 2019

⁴ Черта — это единица анализа личности, предрасположенность вести себя сходным образом в широком диапазоне ситуаций.

Таблица 2 (продолжение)

Черты и компетенции	В исследованиях каких авторов упоминаются
Оптимизм, энтузиазм, уверенность, решительность, эффективные личные и командные коммуникации (чуткое реагирование на особенности людей и выстраивание коммуникаций), способность делегировать и делиться полномочиями, развитие последователей (стимулирование интеллектуального роста, способность развивать креативность и склонность к инновациям у последователей, что важно для гибких команд инновационных проектов)	Морозова О., Торгачев Д., Битиева И., 2019
Способность совершать значительные изменения в жизни людей и организаций, формировать вдохновляющее видение, ставить сложные задачи, работать в направлении приоритетов команды, организации и/или общества в целом, быть моральным образцом желаемого поведения	Волох Н., 2021
Стратегическое видение, целенаправленность, перманентный и организованный поиск перемен, доверительные отношения, применение инновационных подходов к решению проблем, убедительность, готовность к рискованным решениям и социальной ответственности, владение методами проектного управления, высокие темпы работы, умение эффективно использовать ресурсы, тесный контакт с коллективом, способность к непрерывному обучению (самообразованию)	Роздольская И., Мозговая Ю., Яковлева Л., 2021

Когда лидер стимулирует подчиненных преодолевать свои личные интересы, развивать навыки и мыслить независимо, это приводит к увеличению производительности, включая объем и качество продукции, а также эффективность работы. Кроме того, организации с трансформационными лидерами на различных уровнях иерархии обычно обладают превосходным корпоративным имиджем как в общественном, так и в деловом мире. «Фирма, пронизанная трансформационным лидерством снизу доверху, показывает своему персоналу, равно как и клиентам, поставщикам, вкладчикам и обществу в целом, что смотрит в будущее, уверена в себе, обладает штатом, объединившимся для достижения общего блага, поощряет интеллектуальные достижения, гибкость, развитие своих сотрудников» [7, р. 25–26].

Организации, где руководители являются трансформационными лидерами, чаще всего привлекают наиболее квалифицированных сотрудников. Это обусловлено несколькими факторами: положительным имиджем организации в обществе, который ассоциируется с динамичным руководством, успехом и оптимизмом; стимулированием саморазвития и обучения; индивидуальным подходом к потребностям и интересам каждого сотрудника. Важно отметить, что характеристики трансформационного лидерства должны проявляться прежде всего на верхнем уровне управления, так как именно высшее руководство определяет направление развития организации. Однако признаки трансформационного лидерства присутствуют на всех уровнях управления [10].

Здесь уместно обратить внимание ещё на один аспект, а именно ускоряющиеся процессы цифровизации человеческой деятельности. Они оказывают значительное влияние и на эффективность трансформационного лидерства, прежде всего за счет:

Увеличения доступности информации. Цифровизация обеспечивает лидеров и их команды более быстрым и удобным доступом к большому объёму информации. Это позволяет лидерам быть лучше осведомленными о текущей ситуации,

трендах в отрасли и потребностях клиентов, что способствует разработке более обоснованных и эффективных стратегий.

Улучшения коммуникации. Цифровые технологии предоставляют разнообразные инструменты для этого, такие как электронная почта, видеоконференции, мессенджеры и социальные сети. Это делает коммуникацию более удобной, быстрой и доступной, что способствует улучшению взаимопонимания и связи между лидерами и их командами.

Поддержки виртуальных команд. Цифровые технологии позволяют создавать и управлять виртуальными командами, объединяя сотрудников из разных местоположений. Трансформационные лидеры могут использовать эти возможности для создания гибких и адаптивных команд, способных эффективно решать задачи в изменяющейся среде.

Стимулирования инноваций. Цифровизация предоставляет доступ к различным инновационным инструментам и ресурсам, таким как цифровые платформы, аналитические инструменты и технологии искусственного интеллекта. Это способствует развитию креативности и инновационного мышления среди сотрудников, что соответствует ключевым аспектам трансформационного лидерства.

Улучшения управления знаниями. Цифровые технологии помогают эффективнее организовывать и управлять знаниями внутри организации. Лидеры могут использовать цифровые платформы для их сбора, хранения и распространения, что способствует повышению общего уровня компетенций и профессионализма в команде.

В целом, цифровизация предоставляет трансформационным лидерам новые возможности для повышения своей эффективности, расширения влияния и достижения нужных результатов. Однако важно помнить, что использование цифровых технологий играет лишь вспомогательную роль и никоим образом не может заменить главного — способности

лидера вдохновлять и мотивировать своих последователей к изменениям и росту.

Задолго до появления концепции трансформационного лидерства в процессах управления успешно использовались методы, обобщенные и систематизированные позднее в рамках концепции *транзакционного лидерства*. Практика доказала его довольно высокую эффективность не только в прошлом, но и в условиях нынешних, характеризующихся переходным характером происходящих процессов, когда с инновационными подходами к управлению благополучно сосуществуют традиционные, проверенные временем, либо же сочетаются элементы и тех и других. Ярким примером является Стив Джобс, сооснователь и бывший глава компании Apple. Он часто проявлял транзакционные черты лидерства, такие как прямое управление, жесткий контроль над всеми процессами и активное поощрение за успехи, но при этом зарекомендовал себя и как трансформационный лидер, вдохновляя сотрудников на создание инновационных продуктов, которые в корне изменили нашу повседневную жизнь.

Транзакционные лидеры предпочитают работать в рамках существующей структуры и культуры организации, предпочитая следовать прецеденту, а не внедрять изменения. Они делают упор на практические и директивные действия, формулируя конкретные меры успеха для подчиненных, чтобы сосредоточить внимание группы на внешних мотиваторах, которые призваны направлять их рабочее поведение, — в отличие от трансформационных лидеров, которые стремятся к тому, чтобы их последователи достигли внутренней мотивации и выполнения работы [11].

В литературе часто предлагается упрощенное понимание трансформационного лидерства как антагониста транзакционному. Транзакционное лидерство связывают с реактивным поведением руководителя⁵, вызванным внешними факторами и направленным на предотвращение или устранение проблем. А трансформационный лидер проактивен⁶, несет в себе вызов, дух перемен, вдохновляет на изменения и обладает сильной внутренней энергетикой.

Однако более корректным является понимание трансформационного лидерства как *продолжения, развития* транзакционного стиля. Транзакционное лидерство основано на отношениях рационального обмена и апеллирует к базовым потребностям подчиненных. Оно сфокусировано на пресечении деструктивного для организации поведения и стимулировании *ролевого поведения*⁷ сотрудника — исполнения необходимого

объема рабочих задач в установленные сроки, соответствия критериям качества, эффективности труда. Предполагаются акцент на материальном стимулировании, апелляция к индивидуальным интересам работников. Все это — фундамент современного менеджмента, основы систем управления персоналом, минимально необходимый элемент ролевого стандарта руководителя [12, с. 267].

Трансформационное лидерство, в отличие от транзакционного, стремится не просто к выполнению сотрудниками их основных обязанностей, но и к тому, чтобы они делали это с энтузиазмом, вкладывая всю душу в работу и превосходя первоначальные ожидания. Подразумевается стимулирование такого поведения сотрудников, которое выходит за рамки их основных обязанностей. Следовательно, требуется использование более тонких и продвинутых методов воздействия на персонал, помимо традиционных «кнута и пряника». Трансформационное лидерство ближе к идеальной концепции управления, предполагая изменение людей, их мышления и формирование «человека будущего», ориентированного на самореализацию, высшие потребности и сотрудничество, а не на конкуренцию. И всё же оно не исключает выполнения руководителем базовых управленческих задач, однако идет дальше этого.

Таким образом, анализ ключевых тенденций в эволюции теории лидерства свидетельствует о том, что научные исследования в данном направлении продолжают активно развиваться, охватывая все более широкие области и раскрывая всё новые стороны возникающих при этом проблем. Лидерство представляет собой сложный социальный феномен, природа которого остаётся до конца не выясненной, о чём свидетельствуют, например, бесконечные споры о «врождённости» лидерских качеств или же о возможности «развивать» их путём соответствующего воспитания и обучения. Особняком стоит и малоизученная тема «харизмы»⁸ лидера.

Интерпретация феномена лидерства, по нашему мнению, невозможна в рамках одной единственной теории. Наиболее объективный подход к пониманию лидерства возможен при синтезе разнообразных концептуальных подходов. Однако при поиске модели подлинного лидерства главным условием всегда должно оставаться развитие положительных психологических качеств *всех* членов команды, создание для этого положительного этического климата, облагораживающего внутреннее моральное восприятие окружающей действительности.

Литература:

1. Gardner J. Self-Renewal: The Individual and the Innovative Society. Harper & Row, New York, 1964. URL: https://books.google.co.uz/books/about/Self_renewal.html?id=WG5PAAAAMAAJ&redir_esc=y Date of access: 20.03.24

⁵ Реактивность — это особенность характера, которая проявляется в тенденции откликаться сильными эмоциями и реагировать на различные ситуации слишком чувствительно. Реактивный человек может быстро погрузиться в глубокий эмоциональный стресс и испытывать сильные эмоциональные переживания даже по мелочам

⁶ Проактивный человек — это тот, кто умеет проявлять инициативу и брать ответственность за свои решения и действия

⁷ Ролевое поведение — социальная функция человека. Это поведение, которое ожидается от личности. Оно обуславливается ее статусом или же позицией в структуре межличностных отношений

⁸ Принято считать, что харизма — это инструмент влияния, который может опираться на силу убеждения.

2. Bass B. Leadership and Performance Beyond Expectations. New York: Free Press, 1985. URL: <https://doi.org/10.1002/hrm.3930250310> Date of access: 20.03.24
3. Петрунин Ю., Сидоров А., Соловьев К. Методологические задачи при подготовке учебника «История управленческой мысли» // Государственное управление. Электронный вестник. 2023. № 101. С. 205–212. DOI: 10.24412/2070–1381–2023–101–205–212 Дата обращения: 02.04.24
4. Корогодин В. С. Современные подходы к изучению лидерства // Международный научно-исследовательский журнал. 2023. № 8 (134). URL: <https://research-journal.org/archive/8–134–2023–august/10.23670/IRJ.2023.134.98> Дата обращения: 18.04.2024
5. Blake R. & Mouton J. The Managerial Grid: The Key to Leadership Excellence. Houston: Gulf Publishing Co., 1964. URL: <https://archive.org/details/managerialgridke00blak/mode/2up> Date of access: 22.03.24
6. Burns J. Leadership. New York: Harper & Row, 1978. URL: https://archive.org/details/leadership00burn_0/mode/2up Date of access: 24.03.24
7. Bass B. From transactional to transformational leadership: Learning to share the vision // Organizational dynamics. 1990. Vol.18, No.3, pp.19–31. URL: [https://doi.org/10.1016/0090–2616\(90\)90061-S](https://doi.org/10.1016/0090–2616(90)90061-S) Date of access: 24.03.24
8. Bass B. & Avolio B. Transformational Leadership and Organizational Culture // Quarterly Journal of Public Administration. 1993. Vol.17, No.1, pp. 112–121. URL: <https://www.jstor.org/stable/40862298> Date of access: 24.03.24
9. Хамзина Ю. Сила трансформационного лидерства // Вестник Омского университета. Серия «Психология». 2022. № 2. С. 41–46. DOI: 10.24147/2410–6364.2022.2.41–46. Дата обращения: 14.04.24
10. Дайл Д., Канджеми Д., Ковальски К. Трансформирующее действительность лидерство // Психология. 2004. Том 1. № 1. С. 96–109. URL: https://psyjournals.ru/journals/psychology/archive/2004_n1/24829 Дата обращения: 18.04.24
11. Kuhnert K. & Lewis Ph. Transactional and Transformational Leadership: A Constructive/Developmental Analysis // The Academy of Management Review. 1987. Vol.12, № 4, pp. 648–657. URL: <https://doi.org/10.2307/258070> Date of access: 10.04.24
12. Балабанова Е., Деминская В. Руководитель как трансформационный лидер: роль личностных качеств и управленческих практик // Российский журнал менеджмента. 2017. Том 15. № 3. С. 263–288. URL: <https://publications.hse.ru/pubs/share/direct/210777239.pdf> Дата обращения: 17.04.24

Связь психологических границ со стратегиями поведения в конфликте в юношеском возрасте

Ясенева Марина Вячеславовна, студент магистратуры

Научный руководитель: Шаповаленко Ирина Владимировна, профессор, кандидат психологических наук, доцент
Московский государственный психолого-педагогический университет

В статье автор исследует связи психологических границ личности в юношеском возрасте со стратегиями поведения в конфликте.

Ключевые слова: психологические границы, стратегия поведения, конфликт, юношеский возраст, психологическое пространство, конфликтная ситуация.

Работа посвящена исследованию связей между уровнем суверенности личности и выбором ее стратегии поведения в конфликте в юношеском возрасте. В разные периоды, в процессе становления личности, психологические границы становятся наиболее актуальной темой. Одним из таких периодов является юношеский возраст. В данный период происходит активное самопознание личности, формирование «Я-концепции», увеличение количества контактов, и как следствие, активное развитие психологических границ.

Сталкиваясь в высшем учебном заведении или на работе с новыми нормами поведения и правилами, юноши и девушки претерпевают перестройку и формирование психологических новообразований, столкновение интересов в конфликте. Была поставлена цель выяснить, есть ли связи между психологиче-

скими границами личности и стратегиями поведения в конфликте в юношеском возрасте.

В исследовании приняли участие 76 студентов «Государственного Университета Управления» города Москвы 2 и 3 курсов в возрасте от 18 до 20 лет, среди них 38 юношей и 38 девушек.

Для проведения эмпирического исследования мы применили методики диагностики:

1. «Суверенность психологического пространства» (С. К. Нартова-Бочавер)
2. «Границы Я» Н. Браун в адаптации Е. О. Шамшиковой.
3. «Методика Томаса — Килманна на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации» К. Томас, Р. Килманн (в адаптации Н. В. Гришиной).

Выделяют несколько подходов в изучении феномена психологических границ: средовой, субъектный и субъектно-средовой.

С. К. Нартова-Бочавер основатель субъектно-средового подхода впервые применяет термин «суверенность» к исследуемому феномену [1]. Психологические границы являются показателем суверенности психологического пространства личности.

В своих исследованиях мы придерживаемся данного подхода.

Согласно концепции Э. Эриксона для человека свойствен поиск себя, поиск эго — идентичности, ориентированность на мнение окружающих. Психологические трудности вызывают одновременное желание приобрести независимость от общества и самостоятельно принимать решения, нести за себя ответственность, но также желание сохранить некую зависимость с близкими людьми, которые заботятся о тебе [2]. Несмотря на пластичность личных границ, в юношеском периоде они претерпевают значительную трансформацию под влиянием нового социального окружения в процессе получения образования и профессионального становления.

Говоря о стратегиях конфликта и самом конфликте, как феномене, в трудах Л. А. Петровской, В. В. Бойко, А. Г. Ковалева, Ф. М. Бородкина, Н. М. Коряк, А. А. Ершова термин «конфликт»

получил психолого-педагогическую интерпретацию, как проявление столкновения личностей из-за несовместимости целей, потребностей, мотивов и установок, взглядов в форме борьбы и связано с острыми эмоциональными реакциями [3].

К. Томас в своей классификации поведения в конфликте, выделил два критерия для разделения всех способов реагирования. Первым критерием является напористость, а именно тенденция отстаивания человеком своих собственных интересов, его стремление к этому. Вторым критерием К. Томас выделяет кооперацию, когда человек в своих действиях и стратегиях реагирования стремится учитывать интересы других. Основываясь на данных критериях, психолог выделил пять способов реагирования людей в конфликтных ситуациях: соревнование (конкуренция); приспособление (улаживание); избегание (уклонение); компромисс; сотрудничество [4].

Для проверки общей и частных гипотез исследования, полученные данные диагностического этапа мы проанализировали с помощью статистического анализа с применением критериев Колмогорова-Смирнова, U-критерия Манна-Уитни.

Также мы провели анализ собранных данных с помощью коэффициента корреляции Спирмена, в таблице 1 представлены полученные значимые связи между показателями психологических границ и стратегиями поведения в конфликте.

Таблица 1

Психологические границы	Стратегии поведения в конфликте		
	Общая выборка (n=76)	Юноши (n=38)	Девушки (n=38)
Границы Я	Приспособление (0,248*)		
Суверенность психологического пространства	Приспособление (0,269)	Компромисс (0,324*)	Избегание (0,321*) Приспособление (0,326*)
Суверенность территории	Приспособление (0,231*)		
Суверенность мира вещей	Приспособление (0,242*)		Приспособление (0,390*)
	Избегание (0,230*)		
Суверенность привычек	Приспособление (0,265*)		
Суверенность социальных связей		Избегание (–0,370*)	
Суверенность физического тела	Компромисс (0,314)**	Компромисс (0,326*)	
**. Разница значима на уровне 0,01			
*. Разница значима на уровне 0,05			

Можно сделать вывод, что общая гипотеза о том, что существует связь между уровнем суверенности психологического пространства личности и стратегиями поведения в конфликте в юношеском возрасте — подтверждена.

Выбор стратегии поведения «компромисс» связан с уровнем суверенности физического тела. Предполагается, что ощущение безопасности на физическом уровне позволяет быть более открытым к мнению оппонента в конфликте.

Выбор стратегии «избегание» связан с суверенностью мира вещей. Это можно объяснить таким образом, высокий уровень

безопасности материальной составляющей позволяет избегать конфликтов или сложных разговоров, без страха потерять опору под ногами, например, в виде денег.

Интересным выводом стала статистически значимая связь психологических границ со стратегией поведения «приспособление». Внимательно учитывать желания и потребности других, не быть полностью сосредоточенным на себе это необходимо для адаптации в мире взрослых, для поиска и удержания партнера, для построения карьеры, для успешного обучения. После подросткового максимализма поведение

юношей и девушек в большей мере транслирует уважение к ценности своего Я и других людей. Именно это позволяет им принять себя, а также спокойно уживаться с разными индивидуумами.

Исходя из полученных результатов статистического анализа, мы пришли к выводам, что общая гипотеза о том, что существует связь между психологическими границами личности и стратегиями поведения в конфликте в юношеском возрасте — подтверждена.

Дополнительно мы проанализировали, какие стратегии поведения в конфликте выбирают лица юношеского возраста с оптимальным уровнем суверенности психологического пространства и с оптимальным уровнем границ «Я».

Среди 13 человек с оптимальным уровнем суверенности психологического пространства, у 15% одной из ведущих стратегий поведения в конфликте является «конкуренция», у 46% «сотрудничество», у 31% «компромисс», у 62% «избегание», у 15% «приспособление» [рис. 1].

Среди 49 человек с оптимальным уровнем границ «Я», у 20% одной из ведущих стратегий поведения в конфликте является «конкуренция», у 49% «сотрудничество», у 43% «компромисс», у 35% «избегание», у 12% «приспособление» [рис. 2].

Анализ показал, что юноши и девушки с оптимальными психологическими границами чаще выбирают стратегии поведения в конфликте «сотрудничество» и «компромисс», а также они демонстрируют стратегию избегания.

Лица с оптимальным уровнем психологических границ стремятся учесть свои интересы в конфликте, но также настроены услышать мнение оппонента, выбирают наиболее эффективную стратегию в зависимости от ситуации.

Данные, представленные в таблице, позволяют сделать вывод, что имеются значимые различия между юношами и девушками только по шкале «Суверенность ценностей».

Это значит, что у юношей и девушек разный уровень свободы вкусов, мировоззрений и ценностей. Так, у юношей выше суверенность ценностей, чем у девушек. Можно выдвинуть

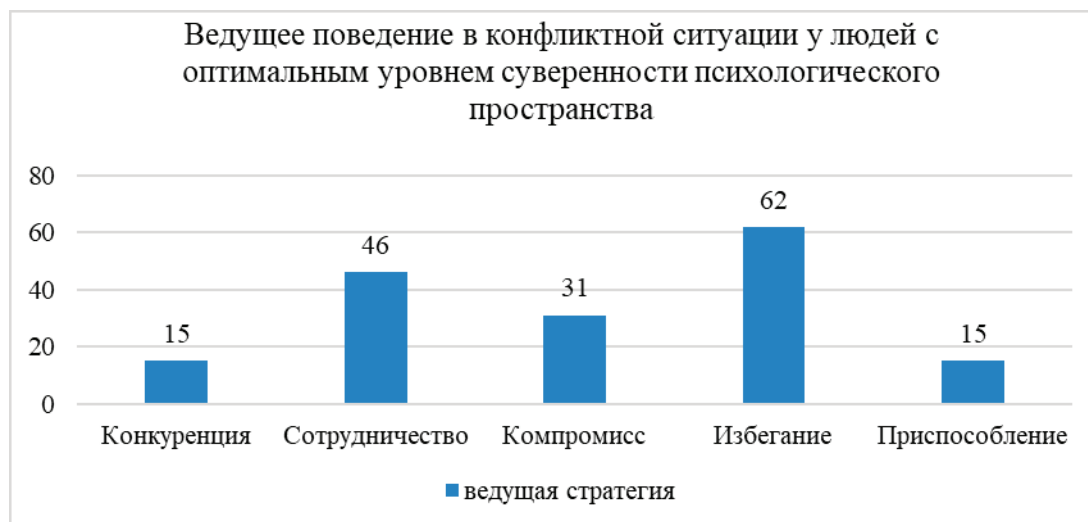


Рис. 1 Ведущее поведение в конфликтной ситуации у людей с оптимальным уровнем суверенности психологического пространства

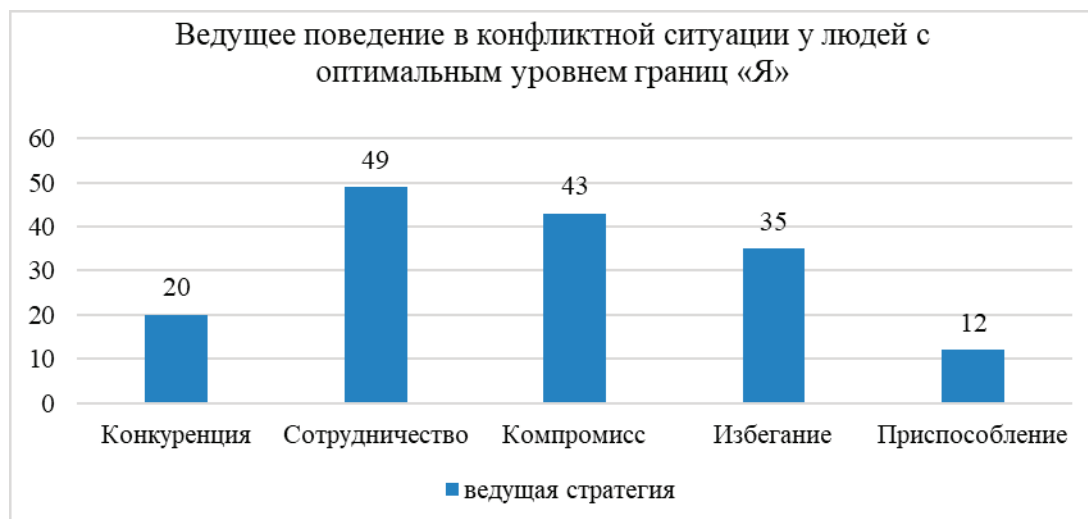


Рис. 2. Ведущее поведение в конфликтной ситуации у людей с оптимальным уровнем границ «Я»

Таблица 2

Психологические границы	Средний ранг у юношей	Средний ранг у девушек	U Манна-Уитни	Значимость
Суверенность ценностей	45,64	31,36	450,5	0,003

предположение, что на лиц женского пола окружение влияет больше, чем на лиц мужского пола.

Резюмируя, тема границ и конфликтов в психологии как никогда многогранна и важна. Изучение связи между психологическими границами и стратегиями поведения в конфликте помогает понять, какие факторы влияют на выбор конкретной

стратегии поведения в конфликте, и, следовательно, какие методы и подходы могут быть эффективными для предотвращения и разрешения конфликтов среди личностей юношеского возраста. В дальнейшем полученные результаты исследования могут быть использованы для разработки программ поддержки и развития юношей и девушек в конфликтных ситуациях.

Литература:

1. Нартова-Бочавер, С. К. Современное состояние психологии суверенности как учения о личностных границах / С. К. Нартова-Бочавер // У истоков развития. Сборник научных статей / Ред.: Л. Ф. Обухова, И. А. Корепанова. — М.: ГБОУ ВПО МГППУ, 2011. — С. 56–67.
2. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис = Identity: Youth and Crisis: перевод с английского / Э. Эриксон. — Москва: Прогресс, 1996. — 344 с
3. Бойко, В. В., Ковалев А. Г., Панферов В. Н., Социально-психологический климат коллектива и личность. — М.: Мысль, 1983.
4. Thomas, K. W., and Kilmann, R. H. The Thomas–Kilmann Conflict Mode Instrument (Mountain View, CA: CPP, Inc., 1974)

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Использование видеосъемки для фиксирования результатов при тестировании баскетболистов тренировочной группы

Асхадуллина Виктория Евгеньевна, студент магистратуры
Научный руководитель: Снигирев Александр Сергеевич, кандидат педагогических наук, доцент
Сургутский государственный университет

Работа посвящена теоретическому обоснованию использования способа видеофиксации при тестировании баскетболистов.

Ключевые слова: видеофиксация, баскетбол, взрывная сила.

Способность к максимальной концентрации мышечных и волевых усилий в минимальный отрезок времени при преодолении вертикального и горизонтального расстояний, играет очень значительную роль в процессе подготовки баскетболистов. При этом скоростно-силовые нагрузки более разносторонне и эффективно адаптируют организм к выполнению работы, создавая предпосылки для роста не только силы, но и быстроты. Рационально качественный подход к процессу спортивной подготовки предусматривает постоянную оценку адекватности конкретной тренировочной программы и обеспечение быстрой коррекции несоответствия. Текущий контроль динамики физической подготовленности рассматривается как главный компонент управления физической подготовкой в процессе занятий, который является основой дальнейшего планирования [1, 4].

Взрывная сила, проявляется в действиях, где наряду с силой требуется высокая скорость движений (легкоатлетические прыжки и метания, спринт, бокс, рывок штанги и т.д.). Они характеризуются непределёнными напряжениями мышц, проявляемыми с необходимой, часто максимальной мощностью в упражнениях, выполняемых со значительной скоростью, но не достигающей, как правило, предельной величины [3].

В системе мониторинга взрывной силы применяются различные методы фиксирования и оценки результатов тестирования. В настоящее время наиболее часто предлагается использовать «прыжковый» тест — выпрыгивание вверх, в котором Ланда Б. Х. предлагает замерять данный тест при помощи измерительной ленты, а также без нее [2].

Для определения высоты выпрыгивания без измерительной ленты используется доска с делениями, которая крепится на стену. Субъект мониторинга стоя, касается доски как можно выше. Далее прыгает вертикально вверх и касается еще раз разметки. Расстояние между двумя точками касания — оценка высоты прыжка [5]. Этим же тестом измеряется и скоростно-силовая выносливость: выполняются серии прыжков с интервалом в 3 сек. Количественная оценка теста осуществляется путем эргометрического анализа, позволя-

ющий получить ряд показателей, характеризующих скоростно-силовую выносливость: максимальная высота выпрыгивания и количество прыжков, выполняемых с максимальной высотой.

Выпрыгивание с измерительной лентой заключается в использовании приспособления, которое представляет собой упругий зажим, наглухо прикрепленный к полу. Методическая особенность этого теста заключается в том, что испытуемый после выпрыгивания должен приземляться в квадрат размером 40 x 40 см, что затрудняет выполнение теста [1].

В нашей работе мы использовали видеофиксацию измерения теста выпрыгивание вверх с разбега со взмахом рук. Камеру необходимо зафиксировать так чтобы было видно отрыв и приземление стопы на площадку для точного замера времени. Далее мы воспользовались формулой из системы The Power-time, чтобы определить высоту прыжка:

Высота прыжка (h, см) измеряется по формуле (1.1.):

$$h = \frac{980 \times \text{длительность бесконтактной фазы}^2}{8} \quad (1)$$

Мы пользовались расчетами данной системы, но без применения платформы, а с использованием видеофиксации. Данный метод фиксирования результата можно использовать при отсутствии необходимого оборудования.

Измерение результата осуществляется при помощи программы для раскадровки видео Filmora X. Разрешение записи видео 720x1280 пикселей, частота 60 кадров в секунду [4].

Такая система оценивания развития взрывной силы применяется на этапе спортивного совершенствования, но наша задача будет состоять в приучении спортсменов пользоваться данной системой оценки для дальнейшего совершенствования и понимания их возможностей развития.

Преимуществами данного способа является не только оценка высоты прыжка, но также поккадровое отслеживание технически правильного выполнения теста.

Данным способом мы так же фиксировали время затраченное на прохождение теста Маргариа, Камера была установлена сбоку от лестницы, чтобы фиксировать начало и окончание теста. Отсчет начинался с касания 3 ступеньки и заканчивался на 9. Далее время подставлялось в формулу для измерения анаэробно-алактатной мощности:

P — анаэробно-алактатная мощность (P , Вт) измеряется по формуле (2):

$$P = \frac{m \times 9,807 \times h}{t} \quad (2)$$

где P — анаэробно-алактатная мощность, Вт;

m — масса тела испытуемого, кг;

h — вертикальная высота между первым и вторым датчиками тайминговой системы, м;

t — время бега от 1 до 2 датчика тайминговой системы, сек.

Таким образом, в данном тесте можно использовать видеofиксацию для более точного измерения за отсутствием датчиков тайминговой системы.

Заключение. Таким образом, видеосъемку можно использовать для фиксирования результатов тестирования баскетболистов и отслеживать динамику как техники выполнения, результата, а так же замерять отдельные фазы выполнения теста.

Литература

1. Брискин Ю. А. Система мониторинга скоростно-силовых способностей / Ю. А. Брискин, О. З. Блавт // Международный научно-исследовательский журнал. — 2013. — № 10 (17).
2. Брискин Ю. А., Блавт О. З. Система мониторинга скоростно-силовых способностей // МНИЖ. 2013. № 10–4 (17).
3. Курамшин Ю. Ф. Теория и методика физической культуры: учеб. / Ю. Ф. Курамшин. — М.: Советский спорт, 2010. — 464 с.
4. Можуло, В. Е. Развитие скоростно-силовых способностей баскетболистов 13–15 лет / В. Е. Можуло. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2023. — № 20 (467). — С. 150–152.
5. Chimera NJ, Swanik KA, Swanik CB, Straub SJ. Effects of Plyometric Training on Muscle-Activation Strategies and Performance in Female Athletes. J Athl Train. 2004 Mar;39(1):24–31.

Группы мышц, задействованные при стрельбе из пистолета Макарова, и их развитие

Жуков Кирилл Сергеевич, курсант;

Коняшин Никита Александрович, курсант

Научный руководитель: Лысухин Антон Михайлович, старший преподаватель
Кузбасский институт Федеральной службы исполнения наказаний России (г. Новокузнецк, Кемеровская обл.)

Стрельба из пистолета Макарова — это спортивная и прикладная дисциплина, требующая высокой техники и физической подготовки. Для достижения успеха необходимо учитывать не только техническую сторону, но и развивать мышечную силу и координацию движений. В настоящей статье мы рассмотрим различные упражнения, которые могут быть эффективными для развития задействованных групп мышц при стрельбе из пистолета Макарова.

Цель работы — исследовать влияние специальных тренировочных упражнений на развитие групп мышц, участвующих в нажатии на спусковой крючок при стрельбе из пистолета Макарова. Цель состоит в том, чтобы определить эффективные упражнения, которые могут повысить эффективность стрелка и его мастерство в обращении с оружием. Исследование демонстрирует, что целенаправленная тренировка мышечных групп может привести к повышению точности, ускорению реакции и улучшению общего контроля над огнестрельным оружием.

Техника стрельбы из пистолета Макарова является стандартной для большинства пистолетов, и требует навыков, связанных с управляющими движениями и ориентацией тела. Мы рассмотрим основные аспекты техники стрельбы и анализируем задействованные мышечные группы.

Техника стрельбы из пистолета Макарова

Пистолет Макарова следует держать двумя руками. Левая рука должна быть сжата в кулак и удерживать оружие рядом с затвором, а правая рука должна быть сжата в кулак и удерживать рукоятку пистолета. Тело должно быть наклонено вправо прицелом на цель. Прицельные приспособления пистолета Макарова состоят из прямого механического прицела. Прицел горизонтальный, а вертикальный прицел — вертикальная линия. Для прицеливания на цель, необходимо настроить прицельные линии на цель. Для точной стрельбы, дыхание должно быть спокойным и постепенно выдохнуть при нажатии на спусковой крючок. Спусковой крючок должен быть нажат ровно и немного назад, чтобы обеспечить точный выстрел.

Техника стрельбы из пистолета Макарова зависит от работы различных мышечных групп, которые обеспечивают стабильность и точность при выстреле. Мышцы шейного отдела спины и шеи играют важную роль в поддержании вертикальной ориентации головы и сохранении стабильности глаз. Мышцы груди, такие как передняя зубчатая, большая и малая, помогают удерживать пистолет близко к телу и обеспечивают стабильность при стрельбе. Мышцы плечевого сустава, такие как дель-

товидная и плечевая, играют важную роль в стабилизации пистолета во время выстрела. Мышцы, такие как паховые мышцы и большие и малые верхние бедренные мышцы, помогают поддерживать положение пистолета и обеспечивать стабильность при стрельбе. Мышцы спины, такие как спинная мышца и широчайшие, способствуют стабилизации пистолета и предотвращению излишнего поворота тела во время стрельбы. Мышцы ног, такие как мышцы бедра и тазобедренных суставов, помогают поддерживать стабильность тела во время стрельбы и предотвращают излишнего поворота.

Развитие мышечной силы и координации движений при стрельбе из пистолета Макарова зависит от нескольких физиологических механизмов. Эти механизмы включают в себя нервную систему, мышечную систему, координацию движений и тренировочный процесс. Невусная система играет ключевую роль в стрельбе из пистолета Макарова. Она отвечает за передачу информации от глаз и ушей к мозгу, а затем за передачу команд к мышцам тела.

Влияние световой и звуковой информации на нервную систему помогает стрелку быстро и точно реагировать на цель. Развитие мышечной силы, особенно в руках и плечах, является важным аспектом для эффективной стрельбы. Мышцы, такие как мышца предплечья, запястье, плечо и локоть, играют ключевую роль в управлении оружием и управлении прицелом. Координация движений является важным механизмом, который помогает стрелку точно управлять оружием и прицелом. Это требует навыков сопряжения глаз, рук и ума, чтобы обеспечить точную и эффективную стрельбу. Тренировка и практика играют ключевую роль в развитии мышечной силы и координации движений. Регулярная тренировка помогает улучшить реакцию на скорость.

Если ваши плечи и грудь не сильны, в конце концов, ваши мышцы будут уставать даже от того, что вы просто держите пистолет. Когда это произойдет, вы начнете сутулиться и больше не сможете попасть в цель.

Поэтому вы должны тренировать и укреплять грудь и плечи, если вы хотите улучшить свои результаты. Сосредоточьтесь на упражнениях, которые нацелены на вращательные движения в плечевых суставах и дельтовидные мышцы, чтобы стабилизировать плечевой сустав и обеспечить большую поддержку той руке, которую вы используете, чтобы держать пистолет. Выполняйте жим лежа на скамье, отжимания и другие

подобные упражнения для укрепления мышц груди. Если вы увлекаетесь силовыми тренировками, то подъем тяжелых грузов также может улучшить ваши стрелковые навыки. Добавление нескольких лишних килограммов при тренировке заставит вас использовать более сильный хват и сосредоточиться на технике. Приседая, выжимая и поднимая, крепко держите штангу и задействуйте предплечья и запястья для завершения каждого подхода. В дополнение к упражнениям на предплечья, плечи и грудь обязательно работайте со спиной, ногами и корпусом. Практикуйте движения, которые направлены на несколько мышц одновременно, чтобы вы могли укрепить все ваше тело. Это улучшит осанку и общую физическую форму, так что вы сможете стрелять лучше и дольше по времени.

Говоря о тотальных тренировках тела, бокс, безусловно, поможет любому стрелку. Этот вид спорта включает в себя аэробную и силовую тренировку, которые обязательно улучшат ваши навыки стрельбы. Также он отлично тренирует выносливость. Удар по груше — неважно, насколько мощный, — в любом случае требует достаточно большой нагрузки на руку, усилий верхней и нижней частей тела и всего корпуса в целом. Упражнения с подвижными грушами также могут помочь вам улучшить зрительно-моторную координацию, что очень важно для поражения вашей цели — на ринге и на полигоне. Быстрый отскок и непредсказуемость этих спортивных снарядов будут держать вас в постоянном тонусе и в конечном итоге улучшат мелкую моторику и рефлексы.

Как и в любом виде спорта, отдых и восстановление так же важны, как и нагрузка. Большинство людей могут воспользоваться холодными и горячими контрастными ваннами, массажами и сном. Однако многие стрелки поднимают свою реабилитацию на новый уровень с помощью смеси активного и пассивного восстановления. Помимо массажа и сна, они также занимаются регулярной растяжкой, чтобы снять напряжение с мышц и расслабиться. Если вы хотите улучшить свои стрелковые навыки с помощью активного восстановления, начните с растягивания мышц, которые вы используете для обращения с оружием. Выберите активные и пассивные растяжки, направленные на руки, предплечье, плечи и корпус. Вы даже можете взять несколько уроков инь-йоги, чтобы научиться различным техникам, а также тому, как расслаблять и растягивать каждую мышцу.

Адаптивная физическая культура и спорт: актуальные проблемы и пути их решения

Клюева Виктория Александровна, студент

Научный руководитель: Курганова Елена Владимировна, старший преподаватель

Кемеровский государственный университет

Актуальность данной темы обусловлена тем, что несмотря на постоянное развитие адаптивной физической культуры и спорта, в этой области все же присутствуют проблемы. Данная статья исследует и раскрывает основные проблемы адаптивной физической культуры и спорта на современном этапе. Рассматриваются различные аспекты данной области, включая во-

просы доступности спортивных объектов, подготовку квалифицированных специалистов, а также предлагаются приоритетные направления по их устранению.

Ключевые слова: адаптивный спорт, физическая культура, лица с ограниченными возможностями здоровья.

Люди с ограниченными возможностями здоровья — это наиболее незащищенная категория населения. По данным Росстата, на 1 января 2023 года в России насчитывалось почти 11 миллионов инвалидов. Из них около 722 тыс. из общего количества инвалидов приходится на детей до 18 лет. В Кузбассе по состоянию на 01.01.2023 численность граждан с инвалидностью составляет 214480 человек, в том числе 14560 детей-инвалидов. Для таких людей физическая активность является жизненно необходимой, так как влияет не только на результат и скорость физической реабилитации, но и помогает адаптироваться в социуме, обрести уверенность в себе, а также реализовать свои способности.

Нормативное закрепление адаптивной физической культуры и адаптивный спорт получили в 2007 году, с момента принятия ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Данный закон содержит понятие адаптивной физической культуры, принципы развития спорта инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, а также организационные аспекты строительства специальных учреждений.

За последнее десятилетие в нашей стране отмечается рост внимания, содействия и помощи к лицам с ограниченными возможностями здоровья. Роль и значение адаптивного спорта значительно возросли во всех регионах страны благодаря программам развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта со стороны государства.

Так, например, в Кемеровской области-Кузбассе был создан «Региональный центр спортивной подготовки по адаптивным видам спорта», который занимается подготовкой кузбасских паралимпийцев и сурдлимпийцев, ведущих спортсменов, членов сборных команд Российской Федерации и Кемеровской области по адаптивным видам спорта. С 2017 года свою работу начала «Федерация адаптивного спорта», задача которой заключается в организации мест и направлений спорта для спортсменов-инвалидов. Благодаря ещё одной комплексной программе «Физкультура и спорт как средство реабилитации инвалидов, детей инвалидов» действующей с 2020 года в Кемеровской области — Кузбассе были созданы клубы инвалидного спорта для разных возрастов и групп инвалидности, учреждения дополнительного образования для детей инвалидов, спортивные комплексы для спортсменов инвалидов, такой как «Спартавец», который находится в городе Ленинск-Кузнецк.

Однако, несмотря на все эти положительные моменты, существуют и проблемы, связанные с развитием адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

Во-первых, нехватка кадров. Большая часть тренеров работает со здоровыми спортсменами, обладая лишь общими знаниями физической культуры. Поэтому их знаний будет недостаточно, ведь для адаптивного спорта необходимы познания в области медицины, психологии, физического воспитания спортсменов-инвалидов. Также в нашей стране не так много учебных центров, которые могут обучить всем тонкостям работы со спортсменами-инвалидами. [1, с. 103]

Следующие проблемы носят организационный и инфраструктурный характер. Данная проблема заключается в нехватке спортивных залов, спортсооружений и спортивного инвентаря для людей с ОВЗ. Помимо этого, специализированных учреждений не так много, большая часть из них находится в крупных городах.

В-третьих, это проблемы финансового плана. Спорт для людей с ограниченными возможностями требует дополнительных расходов из федерального бюджета и бюджета государственных внебюджетных фондов на адаптивное оборудование, медицинскую поддержку и тренерское сопровождение. Данные финансовые мероприятия выполняются, но не в полном объеме. [2, с. 273]

В-четвертых, отсутствие целостной системы государственной пропаганды и популяризации физической культуры и спорта среди инвалидов, что значительно затрудняет вовлечение лиц с ограниченными возможностями здоровья в занятия физическими упражнениями и спортом

В-пятых, управление физической культурой и спортом в сельской местности остается на низком уровне. Неразвитая в данных регионах сеть физкультурно-оздоровительных комплексов и спортивных сооружений приводит к низкому уровню физической подготовки населения с ОВЗ.

Социальные стигмы и недостаток поддержки от общества тоже можно отнести к проблемам АФК и спорта. Многие люди с ограниченными возможностями здоровья сталкиваются со стигматизацией и дискриминацией в обществе, с недостатком поддержки от общества. Это может приводить к негативному отношению к адаптивному спорту или страху включиться в него. [3, с. 235]

Еще одной проблемой, с которой сталкиваются участники адаптивного спорта, является ограниченный доступ к спортивным соревнованиям и мероприятиям. Часто адаптивные спортивные события не получают достаточного внимания со стороны организаторов и спонсоров, что ограничивает возможности участников для продвижения в спорте.

Помимо основных проблем можно выделить также: отсутствие осведомленности, ведь многие люди с ОВЗ или их родственники не знают о возможностях, предлагаемых адаптивным спортом; недостаточное внимание к проблемам адаптивного спорта в научных исследованиях; недостаток информации о достижениях и успехах адаптивного спорта на международном уровне; отсутствие единых стандартов и программ адаптивного спорта;

Для устранения вышеперечисленных проблем требуется усилить государственное финансирование, которое будет направлено на создание адаптивных спортивных объектов, наибольшее внимание следует уделить сельской местности. Спортивные организации и учебные учреждения должны разрабатывать специальные программы подготовки для тренеров и предоставлять соответствующие образовательные ресурсы. Также важно создать возможности для обмена опытом и взаимного об-

учения между тренерами разных спортивных дисциплин, модернизировать процесс обеспечения физического воспитания в спортивных и образовательных учреждениях, нужна разработка новых теоретических положений об управлении адаптивным спортом, необходимо повысить сотрудничество с центрами реабилитации и специалистами, способными оценить требования и нужды участников.

Очень важно увеличивать информационную доступность мероприятий и привлекать компании к участию в спонсиро-

вании адаптивных спортивных соревнований. Также важно проводить обучающие программы и просветительскую деятельность, чтобы привлекать больше людей к адаптивному спорту и расширять его популярность. В рамках программы вовлечения населения в адаптивный спорт и АФК возможно привлекать местные СМИ, которые могли бы анонсировать запланированные мероприятия и рассказывать об историях успеха учеников школ и клубов адаптивного спорта. Такие меры могут помочь и в привлечении опытных специалистов.

Литература:

1. Симашенков П. Д., Буков А. В. Актуальные проблемы организации адаптивного спорта в РФ // Вестник международного института рынка. 2018. № 2. С. 100–105.
2. Перькова Е. Ю. Финансирование адаптивного спорта в России // Азимут научных исследований: экономика и управление. 2020. № 1(30). С. 272–274.
3. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник / Евсеев С. П. Москва.: Спорт, 2016. 616 с.
4. Изаак с. И., Малиц В. Н., Рожков П. А. Развитие адаптивной физической культуры и спорта в современной ситуации общественного развития // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2017. № 9 (151). С. 104–109.
5. Воронов Н. А. Современные вопросы адаптивной физической культуры // Эпоха науки. 2018. № 14. С. 231–233.

Влияние регулярных физических упражнений на общее здоровье и благополучие

Кокотов Ростислав Денисович, курсант

Научный руководитель: Гаджиев Исмаил Азимович, преподаватель

Кузбасский институт Федеральной службы исполнения наказаний России (г. Новокузнецк)

Данная статья представляет обзор влияния регулярных физических упражнений на сердечно-сосудистую систему, общее психоэмоциональное состояние и важность физической активности для профилактики хронических заболеваний. Подробный анализ современных исследований выявляет, как физическая активность становится фундаментальным фактором в поддержании оптимальной работы всего организма.

Ключевые слова: самочувствие, здоровье, физическая активность.

Физическая активность оказывает многогранный и благотворный эффект на сердечно-сосудистую систему. Регулярные упражнения:

- Укрепляют сердечную мышцу
- Улучшают ее эффективность
- Увеличивают емкость легких
- Под воздействием физической активности происходит:
- Улучшение кровообращения

Более эффективная транспортировка кислорода и питательных веществ к клеткам организма

Это способствует:

- Стабилизации артериального давления
- Снижению уровня холестерина в крови

Также физическая активность помогает снизить риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, таких как артериальная гипертензия и ишемическая болезнь сердца.

Физическая активность имеет значительное влияние на общее психоэмоциональное состояние человека. Регулярные занятия спортом и физическими упражнениями способствуют выработке эндорфинов — естественных анальгетиков и гор-

монов счастья, которые вызывают ощущение приподнятости и улучшают настроение. Кроме того, физическая активность способствует снижению уровня стресса и тревожности, поскольку помогает организму справляться с накопившимся напряжением и агрессией. Регулярные тренировки также способствуют улучшению качества сна, что положительно влияет на психическое состояние и способствует более эффективной работе мозга в течение дня. Кроме того, физическая активность может способствовать повышению самооценки и уверенности в себе благодаря достижению физических целей и улучшению физической формы. В целом, регулярные занятия спортом и физическими упражнениями играют важную роль в поддержании психического здоровья, улучшении настроения и общего психоэмоционального состояния человека.

Физическая активность играет ключевую роль в профилактике хронических заболеваний и обеспечении общего здоровья. Многочисленные исследования показывают, что регулярные физические упражнения способствуют снижению риска развития таких хронических заболеваний, как сердечно-сосудистые заболевания, диабет, ожирение, артериальная

гипертензия и даже рак. Физическая активность помогает контролировать уровень сахара в крови, улучшает чувствительность клеток к инсулину, снижает уровень холестерина и артериального давления, укрепляет сердечно-сосудистую систему и поддерживает нормальный вес тела. Кроме того, регулярные занятия спортом способствуют улучшению обмена веществ и функционированию органов и систем организма, что в целом повышает его устойчивость к различным заболеваниям. Таким образом, физическая активность является неотъемлемой частью здорового образа жизни и играет важную роль в профилактике хронических заболеваний, помогая поддерживать организм в оптимальной форме и предотвращая развитие многих заболеваний.

Физическая активность оказывает значительное влияние на качество сна и общее самочувствие человека. Регулярные занятия спортом и физическими упражнениями способствуют улучшению сонливости и глубины сна. Это происходит благодаря уменьшению времени, необходимого для засыпания, сокращению количества пробуждений во время ночи и увеличению времени глубокого сна, что способствует более эффективному восстановлению организма. Кроме того, физическая активность помогает снизить уровень стресса и тревожности, что также благоприятно сказывается на качестве сна. Улучшение сна, в свою очередь, влияет на общее самочувствие человека, делая его более бодрым и энергичным в течение дня.

Более качественный сон способствует повышению концентрации и продуктивности, а также снижению уровня раздражительности и улучшению настроения. Таким образом, физическая активность является важным фактором для улучшения качества сна и общего самочувствия человека.

Исследование позволило получить ценные данные о важности физической активности для различных аспектов здоровья и благополучия человека. Влияние физических упражнений на сердечно-сосудистую систему было обнаружено в виде улучшения работы сердца и кровеносных сосудов, снижения артериального давления и улучшения общего кровообращения. Касательно психоэмоционального состояния, физическая активность доказала свою способность снижать уровень стресса и тревожности, улучшать качество сна и общее самочувствие. Важность физической активности для профилактики хронических заболеваний также подтверждена, в частности, она снижает риск развития атеросклероза, ишемической болезни сердца, а также других серьезных заболеваний. Эти результаты подчеркивают необходимость включения регулярных физических упражнений в повседневную жизнь для поддержания здоровья и благополучия. Дальнейшие исследования в этой области могут быть направлены на изучение оптимальных методов тренировок и разработку персонализированных подходов к физической активности с учетом индивидуальных особенностей каждого человека.

Литература:

1. Белоногова С. В., Авад Э. О. М. О., Володько О. А. Влияние физических упражнений на развитие сердечно-сосудистой системы // E-Scio. 2023. № 8 (83).
2. Максимова Елена Николаевна, Алексеенков Андрей Евгеньевич Физическая активность и психическое состояние человека // Наука-2020. 2019. № 4 (29).
3. Мишина И. Е., Астафьева А. Н., Малкова М. С., Веретенникова А. В., Устинова А. А. Ключевые аспекты физической активности и её роль в первичной профилактике сердечно-сосудистых заболеваний с позиций доказательной медицины // Вестник ИвГМА. 2019. № 3.
4. Сулейманов Муса Маратович Связь между физической активностью и сном // Вопросы науки и образования. 2019. № 18 (65).
5. Калашникова, Р. В. Физическая активность и её влияние на здоровье человека / Р. В. Калашникова, Л. Э. Перевалова // E-Scio. — 2023. — № 3(78). — С. 155–161.

Как полезнее работать: стоя или сидя

Нарватова Дарья Михайловна, студент
Самарский государственный технический университет

Работа, как сидя, так и стоя, дает большую нагрузку на человека, поэтому важно учитывать индивидуальные особенности каждого человека, их здоровье, а также специфику выполняемой работы. Рекомендуется периодически менять позы, делать разминки, принимать короткие перерывы для разминки и упражнений. Важно также оборудовать рабочее место эргономично, чтобы уменьшить возможные негативные последствия как от сидячей, так и от стоячей работы.

Ключевые слова: работа, упражнения, разминка.

Цель работы. Определить какой вид работы лучше, и разработать комплекс упражнений

Методы и организация исследования. При написании работы авторы использовали специальную литературу по данной

теме, на основе анализа и структурировании которой были собраны важнейшие моменты данной проблем

Введение

Малоподвижный образ жизни может усиливать риск развития болей в спине, при этом само по себе сидение, по имеющимся данным, их не вызывает.

Когда человек много сидит, это означает, что он ведет малоподвижный образ жизни. Недостаток движения увеличивает риск возникновения ожирения, диабета второго типа, сердечно-сосудистых заболеваний.

Считается, что длительное сидение замедляет обмен веществ, а это негативно влияет на способность организма регулировать уровень сахара в крови и артериальное давление, расщеплять жировые отложения.

Сидячая работа может иметь негативное воздействие на организм из-за длительного нахождения в неподвижном положении. Вот некоторые потенциальные опасности сидячей работы:

1. Проблемы со спиной: длительное сидение приводит к неравномерному распределению нагрузки на позвоночник, что может вызвать боли в спине, особенно в области поясницы. Мышцы спины и шеи могут стать слабыми и натянутыми из-за постоянного напряжения.

2. Ухудшение кровообращения: длительное сидение может приводить к снижению кровотока в ногах и повышенному риску образования тромбов из-за застойного явления.

3. Проблемы с сердечно-сосудистой системой: сидячий образ жизни ассоциируется с повышенным риском развития сердечно-сосудистых заболеваний, таких как гипертония, атеросклероз, инсульт и др.

4. Ожирение и метаболические расстройства: сидячая работа может снижать метаболизм и уменьшать количество ка-

лорий, сжигаемых организмом, что может привести к набору лишнего веса, ожирению и развитию диабета.

5. Психологические проблемы: длительное сидение связано с ухудшением психического здоровья, повышением уровня стресса, тревожности и депрессии.

Для снижения рисков сидячей работы рекомендуется регулярно делать перерывы для физических упражнений, растяжки, коротких прогулок, а также обеспечивать правильную эргономику рабочего места. Важно также заботиться о разнообразии движений в течение дня и включать в свой рацион здоровое питание.

10 упражнений, которые вы можете выполнять, чтобы снять напряжение и усталость, возникающие при сидячей работе:

1. Разминка для глаз: каждый час смотрите вдаль на 20–30 секунд, чтобы расслабить глазные мышцы.

2. Упражнения для шеи и плеч: поворачивайте голову влево и вправо, наклоняйте ее в стороны, поднимайте и опускайте плечи.

3. Разминка для рук: круговые движения пальцами, сжатие и разжимание кулаков, растяжка запястий.

4. Упражнения для спины: выполняйте наклоны туловища в разные стороны, повороты корпуса.

5. Статические упражнения: например, выполняйте упражнение «планка» для укрепления мышц спины и живота.

6. Дыхательная гимнастика: сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов, чтобы насытить клетки кислородом.

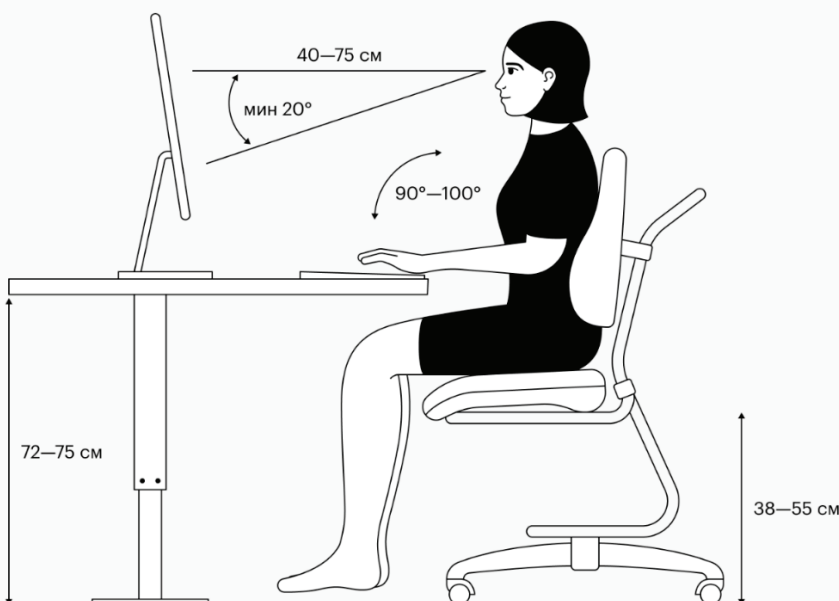
7. Подъемы на носочки: укрепляют мышцы ног и помогают улучшить кровообращение.

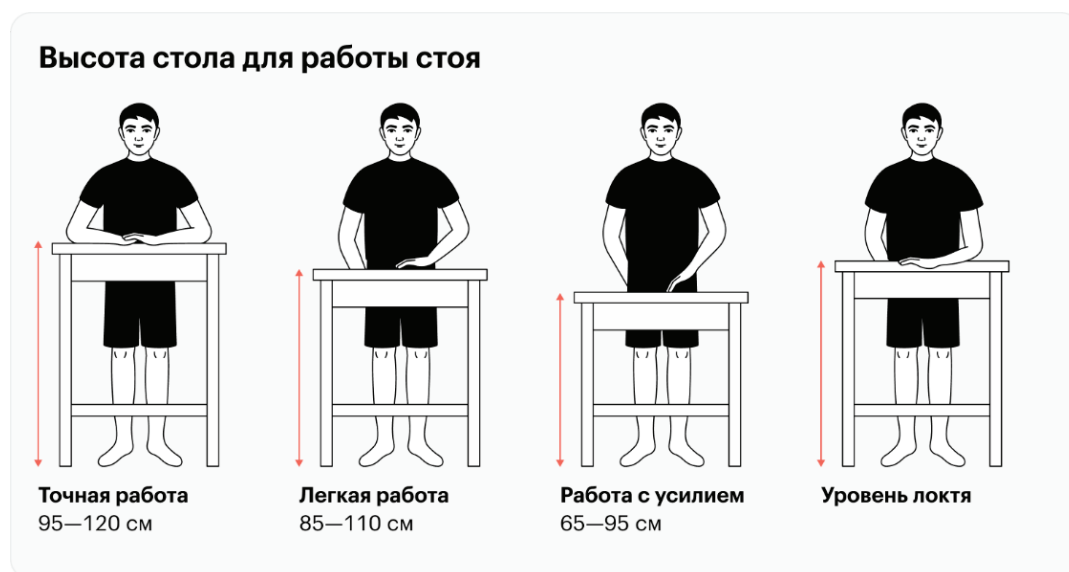
8. Стретчинг: выполняйте упражнения на растяжку для мышц спины, шеи, ног.

9. Вставайте и делайте короткие прогулки каждый час, чтобы разогнаться и активизировать кровообращение.

10. Упражнения для правильной осанки: сидьте прямо, опираясь спиной на спинку стула, соблюдайте естественное положение шеи и позвоночника.

Как правильно сидеть за компьютером





Да, работа за столом в стоячем положении может иметь ряд положительных эффектов на здоровье по сравнению со сидячей работой. Вот несколько преимуществ работы в стоячем положении:

1. Улучшение осанки и снижение напряжения на спине: при работе стоя мы естественным образом вынуждены сохранять правильное положение тела, что способствует укреплению мышц спины и снижает риск развития болей в спине.

2. Увеличение кровообращения: работа в стоячем положении способствует активации кровообращения, что помогает снизить риск тромбообразования и улучшить общее состояние организма.

3. Повышение энергии и концентрации: исследования показали, что работа в стоячем положении может способствовать повышению уровня энергии и улучшению концентрации на рабочих задачах.

Уинстон Черчилль любил работать стоя. Эрнест Хемингуэй, стоя на шкуре антилопы, печатал на машинке больше страниц текста, чем за письменным столом. [1]

Однако следует помнить, что крайности в любом случае нежелательны, поэтому важно соблюдать баланс между работой в стоячем и сидячем положениях. Рекомендуется чередовать положения тела, делая перерывы для растяжки и разминки.

Важно также подобрать правильную обувь и комфортную поверхность для работы в стоячем положении.

Самая главная проблема находится в вашей голове. Это значит, что вы боитесь косых взглядов, упреков или непонимания. В таком случае можете сказать, что это вам нужно для лечения спины (доктор, т.е. я прописал) или это классический стол гимназии 17–19 века и вы просто возрождаете традиции. Ничего нового. [2]

Вывод

Подводя итоги, можно сказать, что

- и сидячая, и стоячая работа могут быть одинаково вредны для здоровья, если человек ведет малоподвижный образ жизни;
- можно чередовать положения сидя и стоя. При этом каждый период не должен превышать 30 минут. А каждые 50–60 минут нужно делать перерыв на ходьбу и другую физическую активность — это полезнее для здоровья, чем то или иное положение во время работы. Так же полезно устраивать различные соревнования, к примеру, В Краснодарском крае большое внимание уделяется возрождению Спартакиады трудовых коллективов. Популярность этих соревнований среди населения Кубани растет с каждым годом. [3]

Литература:

1. Правда, что работать стоя полезнее, чем сидя? // Электронный ресурс: <https://vc.ru/promo/482969-stand-up-for-yourself>
2. Можно или нужно работать стоя? // Врач Андрей Беловешкин // Электронный ресурс: <https://xn—b1ahgb4arh9h.xn—p1ai/sta>
3. Виноградов П. А. Физическая культура и спорт трудящихся / М.: Советский спорт, 2015.

Важность пеших прогулок на свежем воздухе для жизни и здоровья человека

Пасечников Михаил Васильевич, студент

Научный руководитель: Рыбакина Наталья Борисовна, старший преподаватель

Самарский государственный технический университет

Данная статья исследует важность пеших прогулок на свежем воздухе для здоровья и благополучия человека. В ней рассматриваются психологические и физиологические выгоды пеших прогулок, а также их влияние на общее состояние организма. Авторами представлены результаты последних научных исследований, подтверждающих позитивный эффект прогулок на свежем воздухе на физическое и психическое здоровье людей.

Ключевые слова: пешие прогулки, физическое здоровье человека, психическое здоровье человека.

С тем фактом, что нужно гулять и «дышать свежим воздухом» каждый человек знаком с детства. Об этом ребенок слышит от родителей и учителей в школе, а также на протяжении всей жизни от врачей, передач по телевизору и так далее. Но какая конкретно польза от прогулок на свежем воздухе, как часто нужно гулять, сколько и в каких случаях? На все эти вопросы мы постарались ответить в рамках данной статьи.

Из-за современных технологий (доставка еды и продуктов, система «Умный дом» и др.), сделавших нашу жизнь удобной и комфортной, увеличилось время, которое люди проводят в сидячем положении [1]. Негативную роль в этом отношении сыграл карантин в период эпидемии вируса COVID-19 — люди привыкли к тому, что не нужно затрачивать много усилий, чтобы раздобыть продукты и одежду, включить свет и телевизор. Теперь достаточно установить приложение на смартфон и, не вставая с дивана, выполнить необходимое действие, на которое ранее приходилось затратить определенное количество усилий, к примеру, сходить в магазин в соседнем доме. Все это негативно сказывается на здоровье основной массы людей [2], оставляя след на психическом и физическом состоянии.

Психическое состояние. В работе Комогорова А. В. описано влияние прогулок на свежем воздухе на организм человека и эффективности, как одного из методов борьбы со стрессом [3]. По данным опроса 126 человек на тему «Совершаете ли вы прогулки по вечерам?» и результатам САН-опросника (самочувствие, активность, настроение) показано, что те, кто совершают прогулки, имеют более высокие показатели и, следовательно, лучшее психологическое состояние. Согласно исследованиям ученых Гарвардского медицинского института, свежий воздух помогает расслабиться и повысить настроение. Происходит это из-за того, что во время прогулки снижается уровень активности области мозга, ответственной за негативные эмоции, и благодаря этому значительно снижается чувство усталости и стресса [3].

Кроме того, есть разница между влиянием на психику человека прогулки по городу и на природе. Сотрудники из Стэнфордского университета провели исследование, в котором приняли участие 39 добровольцев. На протяжении полутора часов часть добровольцев гуляла на природе, а остальные — по городу. После анализа полученных данных, специалисты установили, что у гуляющих на природе людей возникало меньше навязчивых и негативных мыслей. Они не заикливались на своих неудачах, а активность в области их мозга, которая свя-

зана с большим риском психических заболеваний, была ниже, чем у других добровольцев. У респондентов из второй группы подобного эффекта не наблюдалось.

Физическое состояние. Продолжая рассмотрение вопроса о пользе прогулок для здоровья человека, нужно принять во внимание тот факт, что пешая прогулка — это физическая нагрузка, необходимая для поддержания здоровья. Такой вид физической активности как прогулка является доступным и одним из основополагающих способов поддержания жизненного тонуса. Далее будет рассмотрено несколько аспектов, на которых сказывается польза от пеших прогулок.

1. **Иммунитет.** Иммунитет — это особая система, которая защищает организм от различных вирусов, бактерий и других угроз. Физическая активность стимулирует секрецию Т-лимфоцитов, которые борются с вирусами, улучшает работу лёгких, усиливает кровообращение и повышает количество кислорода, поступающего к тканям и органам [1].

2. **Кровообращение.** Насыщению тканей тела кислородом возможно из-за движения крови по сосудам, на которое положительно влияют ежедневные прогулки на свежем воздухе. Благодаря этому можно постепенно восстановить подвижность суставов и активность мышц всего тела.

3. **Сон.** Проведенные исследования показали, что женщины в возрасте от 50 до 75 лет, совершавшие часовые утренние прогулки, с большей вероятностью избавлялись от бессонницы, чем женщины, которые не ходили [4]. Ходьба на свежем воздухе может способствовать расслаблению и снижению беспокойства.

4. **Лишний вес.** Борьба с лишним весом включает в себя не только соблюдение диет и походы в зал. При прогулке продолжительностью не менее часа повышается обмен веществ, происходит интенсивное расщепление жиров, а также улучшается пищеварение [1].

5. **Старение.** Прогулка в более быстром темпе может продлить жизнь. Проведенные исследования показали, что ходьба в среднем темпе по сравнению с медленной снижает риск общей смерти на 20%. Но ходьба в быстром темпе (не менее 5 километров в час) снижает риск на 24%. В исследовании изучалась связь более быстрой ходьбы с такими факторами, как общие причины смерти, сердечно-сосудистые заболевания и смерть от рака.

Говоря об оптимальном времени прогулок нужно учитывать время дня, лучшее время — это утро или вечер. Средняя продолжительность прогулки на свежем воздухе не должна быть менее 20 минут, т.к. за меньшее время организм не успеет по-

лучить полезную дозу кислорода. При недостатке свободного времени можно пройтись на работу или учебу пешком и аналогичным способом вернуться. При этом рекомендуем данную полезную привычку сделать каждодневным явлением в жизни каждого человека.

Вывод. Исходя из всего сказанного, пешие прогулки на свежем воздухе имеют огромное значение для здоровья и об-

щего благополучия человека. Они способствуют улучшению физического состояния, укреплению иммунитета, уменьшению стресса и улучшению настроения. Проведение времени на свежем воздухе также помогает снизить риск развития различных заболеваний, улучшает сон и общее качество жизни. Поэтому важно уделять достаточно времени для пеших прогулок и наслаждаться пребыванием на природе.

Литература:

1. Остапенко, В. А. Ходьба: мощный инструмент для укрепления здоровья / В. А. Остапенко, Е. В. Иванова // Вопросы экспертизы и качества медицинской помощи. — 2023. — № 10. — С. 34–37.
2. Гришан, М. А. Физиологические последствия гиподинамии для организма человека / М. А. Гришан // Журнал научных статей Здоровье и образование в XXI веке. — 2018. — Т. 20, № 12. — С. 70–73.
3. Комогоров, А. В. Влияние ходьбы на свежем воздухе на здоровье человека / А. В. Комогоров, А. В. Цинис // StudNet. — 2022. — Т. 5, № 1. — С. 65–71.
4. Цюпа, В. В. Ходьба (спортивная): польза для здоровья и советы для начинающих / В. В. Цюпа // Наука и образование: сохраняя прошлое, создаём будущее: сборник статей XXXI Международной научно-практической конференции — 2020. — Т. 1, ч. 2. — С. 189–192.

Влияние плавания на организм человека

Степанова Юлия Максимовна, студент

Научный руководитель: Рыбакина Наталья Борисовна, старший преподаватель

Самарский государственный технический университет

История плавания насчитывает тысячи лет и тесно связана с развитием человеческой цивилизации и культуры.

Уже в древние времена люди использовали плавание для пересечения рек и океанов. Доказательства этого можно найти в археологических находках различных культур, включая древние египтяне, греков, римлян, и индейцев.

В Древней Греции и Риме плавание было важным элементом спортивных соревнований. Греки проводили соревнования по плаванию в рамках Олимпийских игр, а римляне использовали плавание как часть военной подготовки. Плавание стало одним из основных видов спорта на Олимпийских играх. Первые олимпийские соревнования по плаванию прошли в 1896 году.

В течение истории плавание постоянно развивалось, приводя к появлению новых стилей и техник плавания. Например, стиль брасса и кроль были разработаны в конце XIX — начале XX века.

Плавание стало одним из основных видов спорта на Олимпийских играх. Первые олимпийские соревнования по плаванию прошли в 1896 году.

В XX веке плавание стало популярным видом отдыха и спорта для широких масс. Появление общественных бассейнов и аквапарков способствовало распространению этого вида активности.

В настоящее время плавание продолжает оставаться одним из самых популярных видов спорта и рекреации. Оно включено в школьные и университетские программы физического воспитания, а также широко используется для здорового образа жизни и реабилитации.

Плавание играет значительную роль в жизни человека, оказывая положительное влияние на физическое и психическое здоровье, а также становясь источником развлечения и спортивной активности.

Регулярные занятия плаванием способствуют поддержанию здорового образа жизни, укреплению сердечно-сосудистой системы, улучшению физической формы и контролю веса. Оно является популярным способом проведения свободного времени, особенно в летний период. Купание в бассейне, озере или море приносит удовольствие и помогает расслабиться.

Для некоторых людей плавание становится не просто хобби, а серьезным видом спорта. Участие в соревнованиях по плаванию позволяет развивать спортивные навыки, стремиться к новым достижениям и формировать характер.

Для профессиональных спортсменов плавание является неотъемлемой частью тренировочного процесса.

1. Укрепление мышц: Плавание является отличной формой кардио-тренировки, которая также развивает силу и выносливость мышц. Это особенно важно для спортсменов, чьи дисциплины требуют хорошей физической подготовки.

2. Минимизация травм: Плавание — это низкоударный вид тренировок, который снижает риск получения травм, связанных с нагрузкой на суставы и мышцы. Это особенно ценно для спортсменов, восстанавливающихся после травм или подверженных повторяющимся травмам.

3. Развитие дыхательной системы: Плавание требует хорошего контроля дыхания и развивает емкость легких. Это улуч-

шает кислородное обеспечение организма и повышает выносливость в других видах спорта.

4. Улучшение техники: Плавание развивает координацию движений и улучшает технику, что может быть полезно для спортсменов, занимающихся другими видами спорта, требующими точности и хорошей координации.

5. Восстановление после тренировок: Плавание может быть отличным способом восстановления после интенсивных тренировок в других видах спорта. Водная среда помогает расслабиться и снять напряжение с мышц.

6. Улучшение психологического состояния: Плавание способствует выделению эндорфинов — гормонов радости, что улучшает настроение и помогает бороться со стрессом и тревогой.

7. Улучшение работы сердечно-сосудистой системы: При плавании тело человека принимает горизонтальное положение, осуществляются циклические движения руками и ногами, задействованы все группы мышц, повышается давление воды на подкожное венозное русло, диафрагмальное дыхание становится глубоким, а состояние гидростатической невесомости способствуют притоку крови, что существенно облегчает сердцу работу. [1]

В целом, плавание является важным элементом тренировочного процесса для многих профессиональных спортсменов, помогая им улучшить физическую форму, снизить риск травм и повысить общую выносливость.

В повседневной жизни занятия плаванием могут стать поводом для общения с другими людьми. Групповые занятия или посещение бассейна с друзьями способствуют укреплению социальных связей и формированию новых дружеских отношений. Знание плавания и навыки водной безопасности могут спасти жизнь в экстремальных ситуациях, связанных с утоплением или другими водными происшествиями.

Плавание отличная альтернатива фитнесу, благодаря плаванию можно добиться оптимальной физической формы, как мы знаем, в воде человеческий организм тратит большое количество энергии, это объясняется тем, что происходит учащение

дыхания, увеличивается частота сердечных сокращений, тонус периферических кровеносных сосудов возрастает. Происходит повышенная теплоотдача, а в следствии повышается обмен веществ. Также температура тела человека выше температуры воды, за счет этого организм расходует энергию на «обогрев», а чтобы этот процесс состоялся, вынужден сжигать калории, а соответственно масса тела приходит в норму. Плюс к выше сказанному такие температурные манипуляции идут на пользу иммунитету и являются профилактикой простудных заболеваний [1].

Влажная среда в закрытых бассейнах делает плавание отличным занятием для людей, страдающих астмой. Не только это, но и дыхательные упражнения, связанные со спортом, такие как задержка дыхания, может помочь увеличить объем легких и получить контроль над дыханием.

Плавание может помочь лучше спать по ночам. Изучая влияние плавания на пожилых людей, страдающих бессонницей, исследователи сделали вывод об улучшении качества жизни и сна после регулярного плавания. Это очень актуально, так как около 50 процентов пожилых людей в той или иной степени страдают бессонницей. Поэтому плавание является лучшим выбором для пожилых людей, страдающих бессонницей, так как находится в общем доступе.

Таким образом, плавание играет важную роль в жизни человека, предоставляя множество возможностей для здорового образа жизни, развлечений, спортивных достижений и социального взаимодействия.

Плавание является достаточно редким увлечением, что делает человека, занимающегося им еще более интересным. Данный вид человеческой активности, несомненно, является одним из самых полезных и продуктивных, с точки зрения развития и укрепления физической формы. Каждый человек примерно раз в жизни регулярно, хоть и не осознанно занимался плаванием, возможно, это было в детстве с друзьями, а может в более зрелом возрасте на отдыхе, но так или иначе первое впечатление сыграло свою роль, как в физическом, так и в психическом развитии. [3]

Литература:

1. Плавание: Учебник для вузов / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. — М.: Физкультура и спорт, 2001. — 400 с., ил.
2. Булгакова, Н. Ж. Обучение плаванию в школе / Н. Ж. Булгакова. — М., «Просвещение», 1974. — 192 с. с ил.
3. Бартенева Е. В., Гурьев С. В. Влияние плавания на здоровье человека // Здоровьесбережение как инновационный аспект современного образования: Материалы V Международной научно-практической заочной студенческой конференции, Екатеринбург, 27 марта 2019 г. С. 33–36.

Граундхоппинг: первые выезды за московское «Торпедо»

Фомин Дмитрий Игоревич, соискатель

Саратовский государственный университет генетики, биотехнологии и инженерии имени Н. И. Вавилова

В статье автор исследует понятие и особенности граундхоппинга, а также популяризацию данного хобби в России.

Ключевые слова: «Торпедо», футбол, граундхоппинг.

После того как в XIX веке был придуман футбол и стали образовываться первые клубы, появились и первые болельщики. В Англии практически все клубы собирали стадионы. Изначально команды поддерживали исключительно на домашних стадионах. Они были оборудованы как стоячими, так и сидячими местами. По мере развития самого футбола развивалась и культура болельщиков — от спокойного просмотра матчей до появления атрибутики и скандирования речевок, так называемых зарядов. В каждой стране были свои особенности и нюансы, но общие тенденции были похожи. Все изменилось, когда первые фанаты поехали поддержать свою команду в другой город.

Московское «Торпедо» не стало исключением. У команды всегда были преданные болельщики, готовые поддерживать любимых футболистов в любой точке земли. Клуб был успешен на внутренней арене, а впоследствии и на европейских турнирах. В советский период «Торпедо» было постоянным участником Высшей лиги союзных чемпионатов. Торпедовцы собрали впечатляющую коллекцию медалей и титулов:

- чемпионы СССР 1960, 1965 и 1976 (осень) годов;
- серебряные призеры 1957, 1961 и 1964 годов;
- бронзовые призеры 1945, 1953, 1968, 1977, 1988 и 1991 годов;
- шестикратные обладатели Кубка СССР (1949, 1952, 1960, 1968, 1972, 1986 годы).

В разные годы «Торпедо» представляли такие известные во всем мире игроки, как Эдуард Стрельцов, Валентин Иванов, Виктор Шустиков, Валерий Воронин, Александр Пономарев, братья Савичевы, Сергей Пригода и многие другие выдающиеся футболисты.

Российский период истории «Торпедо» ознаменован победой в Кубке России (1993) и бронзовыми медалями Чемпионата страны (2000) [1].

Безусловно, все это создавало условия для того, чтобы следовать за командой везде, — для граундхоппинга. «Потому что всем нам известно: быть болельщиком — нечто гораздо большее, чем сама игра!» [2]

Граундхоппинг (англ. groundhopping) дословно переводится как «прыгающий по земле». По сути это хобби футбольных фанатов, которое предполагает посещение максимального количества стадионов, где в момент посещения проходит матч. Таких болельщиков называют «прыгуны» или «путешественники» от английского groundhoppers. Они, как правило, придерживаются нейтральных взглядов в футболе или поддерживают несколько клубов одновременно, например из разных стран. Главная цель — это посещение как можно большего количества футбольных матчей на как можно большем количестве площадок.

Зародилось это направление, как и сам футбол, в Великобритании примерно в 70–80-х годах прошлого столетия. Одними из первых к англичанам присоединились болельщики из Германии. В настоящее время граундхоппинг особенно популярен в Великобритании, Германии, Нидерландах и Бельгии, но любители такого вида путешествий есть во всем мире, в том числе и в России.

Как таковых правил граундхоппинга нет. У приверженцев данного хобби есть ряд противоречий, и, на мой взгляд, довольно существенных. Например, долгое время до конца было неясно, является ли условие посещения стадиона именно в момент футбольного матча существенным. Если сам матч необязателен и важно посетить стадион как локацию на карте, то это в значительной степени упрощает коллекционирование. Посещение подобных мест можно приурочить к командировке, отпуску или любой другой поездке. Если же необходимо на стадионе посмотреть футбольный матч полностью или частично для пополнения своей коллекции, то это будет куда сложнее. На мой взгляд, футбольный матч должен являться главным и неизменяемым условием.

Из-за подобных сложностей и появилось понятие **граундспоттинг** (англ. groundspotting), или «обнаружение на земле». Коротко говоря, граундспоттинг — это граундхоппинг без матчей. Для тех, у кого время ограничено профессиональными или личными делами, но тяга к путешествиям и футболу велика, эта разновидность граундхоппинга, безусловно, является выходом.

Одним из самых известных клубов по граундхоппингу является «Клуб 92» в Англии. Это сообщество граундхопперов стало первым. Оно действует и поныне, но давно перестало быть единственным. Также можно вспомнить, например, его шотландский аналог — «Клуб 38», или Немецкую ассоциацию граундхопперов (V. d. G. D.), или английский «Клуб 100 футбольных полей». В наши дни таких сообществ в разных странах достаточно много, счет идет чуть ли не на десятки; сайтов и блогов околоспортивных путешественников — сотни, а посещенных стадионов в списках рекордсменов этого увлечения — тысячи. Российское объединение граундхопперов называется Russian Groundhopping League. Внутри организации проходят турниры, в которых каждый год выбирают самого активного граундхоппера.

Кроме того, помимо футбольных путешественников, безусловно, есть и хоккейные. Аналогом граундхоппинга в хоккее является **айсхоппинг** (англ. icehopping), иными словами, «прыжки по льду».

Существует мнение, что граундхоппинг не подразумевает поддержки одной конкретной команды. С этим утверждением можно и нужно поспорить. Если клуб на постоянной основе играет на еврокубках, то перед его болельщиками открываются

широкие возможности для путешествий. Каждый год — новые страны и стадионы.

Если же команда не так успешна и играет преимущественно на внутренней арене, то открываются возможности для туризма внутри страны. Различные турниры позволяют играть между собой командам из разных по уровню лиг. Это позволяет путешествовать по различным городам и стадионам, как крупным, так и не очень.

Болельщики московского «Торпедо» всегда активно поддерживали свой клуб как внутри страны, так и за ее пределами. Например, некоторые автозаводцы в 1990 году положили в копилку «Рамон Санчес Писхуан». Это домашний стадион футбольного клуба «Севилья», с которым «Торпедо» играло в 1/16 кубка УЕФА сезона 1990/1991. Матч вошел в историю всего советского фанатского движения. Несколько болельщиков «Торпедо» добрались до Севильи и активно поддерживали команду на стадионе. И это был первый выезд отечественных фанатов в капиталистическую страну — именно такой термин тогда применяли в отношении государств Западной Европы.

В сезоне 1992/1993 в 1/32 финала все того же кубка УЕФА соперником «Торпедо» был «Манчестер Юнайтед». И те, кто попали на «Олд Траффорд», безусловно, будут помнить это событие всю жизнь. Домашний стадион клуба «Манчестер Юнайтед» можно назвать одним из самых желаемых для посещения стадионам у болельщиков всего мира. По итогам двух встреч «Торпедо», победив «Манчестер Юнайтед», вышло в следующий круг турнира.

Двадцать первого октября 1992 года автозаводцы отправились в Мадрид играть в 1/16 финала кубка УЕФА. «Реал Мадрид» — это самый титулованный клуб мира. Его стадион «Сантьяго Бернабеу» — магнит для туристов со всего мира. Увидеть его воочию — это несомненная удача, тем более когда на нем играет любимая команда.

Разумеется, эти игры для автозаводцев были сложными. Первые два круга турнира — и сразу лучшие клубы мира. Однако в рамках граундхоппинга это было незабываемое приключение, где удалось поддержать свою любимую команду и побывать на лучших стадионах планеты.



Литература:

1. История. — Текст: электронный // Футбольный клуб «Торпедо Москва»: [сайт]. — URL: <https://torpedo.ru/club/history/>
2. Бримсон Д. Убийцы футбола. Почему хулиганство и расизм уничтожают игру. — СПб: Амфора, 2007. — 383 с. — Текст: непосредственный.

Some methods of equipping badminton competition tactics for non-specialist students

Tran Minh The, M. Sc

The University of Danang — The Faculty of Physical Education, Vietnam

In a sports match, competition tactics are an essential factor contributing to determining the performance of athletes. This is very interested in high-performance sports competitions but has yet to be focused on the content of teaching sports in schools. This article summarizes the position and role of tactics in badminton competition, thereby analyzing the fundamental issues of technical teaching methods and equipping students with skills to apply tactics for non-professional badminton students.

Keywords: competition, badminton, tactics, techniques, non-specialist students

1. Introduction

Tactics are the art of organizing an athlete's match in a competition. The content of the strategy is to determine the methods and forms of competition that best suit the specific situation of the whole match and ensure the best results for the athlete. Historically, tactics have often been associated with high-performance sports and professional sports that have received little attention in the process of non-specialized teaching program in schools. This article summarizes the position and role of tactics in badminton competition, thereby analyzing the basics of technical training methods and equipping badminton learners with skills to apply tactics as an elective module in the current university physical education program. The study was conducted on students studying Physical Education at the University of Da Nang.

2. Overview of teaching competition tactics in the badminton module

2.1. Content of teaching competition tactics in the badminton module

According to the current program of the Faculty of Physical Education — University of Da Nang, badminton belongs to the group of elective modules distributed continuously in semester 2,3,4 during the 4-semester period applied to teach students of the general system (non-specialized). Each module's teaching content ranges from subject introduction, competition rules, and basic techniques to competition organization. The tactical content was allocated at week 13,14 out of 15 weeks of study. Although the objective duration is short, in terms of the total time of formal teaching, this is quite a suitable time. At the same time, after being equipped with basic techniques and exercises to develop general physical qualities, the content of competition tactics and auxiliary exercises is considered as the advanced and deepening content of the technical part. Therefore, the four periods of time for one semester are enough to equip the content according to the required output standards. However, the most significant difficulty is that teachers themselves must understand the position of tactical equipment as well as have appropriate teaching methods to maximize the effectiveness of this content in the program.

2.2. The role of tactics in badminton competitions

2.2.1. Meaning of tactics

In badminton, the factors that determine the victory of each match include:

- Guiding thought.
- Technical level.
- Competition tactics.
- Physical strength, psychological state of competition.

Tactics are deliberate operational measures that consider the specific conditions in the competition of each match to win. Both opponents want to dominate each other in badminton competitions to gain initiative. It is important to use your strengths to attack the opponent's weaknesses, minimize the opponent's strengths, and hide your weaknesses. The competition is very fierce therefore each side can rely on the different characteristics of the opponent to use reasonable tactical measures to win the opponent, which is the meaning of tactics.

2.2.2. Requirements for using tactics

To control the game, gain the initiative, players must keep in mind the requirements when applying tactics as follows:

Promote advantages: Always promote your advantages and hide your weaknesses.

Attack on weaknesses and limit the opponent's strengths, with the principle of making offense the main approach, combined with active defense, and being proactive.

- Prepare well in terms of technique, physical strength, and psychology of competition.
- Learn carefully about the opponent to develop a reasonable playing strategy.

Always be creative, and be proactive when applying tactics; each match is different, and different subjects must use different strategies.

When defining tactics, there must be consistency between the coaches and the athletes; the athlete must be loyal to the tactics set out in the situations of the match.

3. Methods of technical training and equipping skills to apply tactics

3.1. Tasks: Fully and comprehensively equip students with formal teaching techniques of badminton content so that:

- Master and coordinate techniques in complex competition conditions.
- Promote efficient and effective use of techniques in complex situations and competition conditions.
- Regularly improve techniques in combination with the development of related qualities and competencies to enhance the effectiveness of using techniques in training and competition.

3.2. Requirement

The technical training process should comply with the following requirements:

- Ensure that the requirements of teaching principles go from easy to difficult, from simple to complex.
- Technical teaching must be conducted in a reasonable sequence in such a way that the laws of technical movement in movement teaching can be taken advantage of.
- Regularly monitor the progress of acquiring techniques to correct mistakes that learners make promptly.
- Use scientific and reasonable coordination of training methods in physical education to help learners quickly acquire the techniques to be equipped during training.

3.3. Stages of badminton technical training:

3.3.1. Initial training phase:

At this stage, it is necessary to teach learners a proper awareness of the purpose and task of the movement they need to learn through the use of visual methods to learn the correct thinking concept of the teacher's technique, with complex techniques when carried out that can be simplified by using division methods or complementary exercises to guide practitioners to efficiently perform the technique accurately with high quality.

3.3.2. Deep training phase:

This stage needs to improve the learner's technique to a relatively complete level. Technical details must be fully absorbed with high precision regarding space, time, and rhythm. Technical exercises need to be performed continuously with increasing difficulty. Although the implementation of the technique at this stage is still single, the exact requirements of the technique, the standard when hitting the shuttlecock, the requirements for using strength, and the difficulty must be increased.

3.3.3. Consolidation and completion phase.

At this stage, the teaching techniques of badminton content need to be strengthened and perfected to suit the individual characteristics of the learners and can be implemented reasonably in different competition situations.

During these stages, the practitioner must perform coordination exercises, especially exercises that coordinate movement techniques with different badminton techniques at many points on the court, exercises required by tactics, and competitive exercises with comprehensive limitations so that the practitioner gradually adapts to complex requirements in the badminton competition.

3.3.4. Sequentially conduct training in badminton competition techniques

Step 1: Demonstrate — In this step, teachers need to explain and model the technique to students 2 to 3 times (depending on the teaching subject), including the position of application of the

technique. The stages of performing the technique range from basic posture to movement execution and finally to the end of the movement. The characteristics of space and rhythm must be fully introduced in combination with accurate modeling movements so that students have concepts and thinking about the movements they need to learn.

Step 2: Conducted with exercises that simulate technical movements. These exercises are usually shown according to signals such as counting rhythm and clapping rhythm so that students repeat the technique continuously in the first turns, then gradually decrease until the movement shaping is formed. At this step, it is possible to perform exercises that hit the shuttlecock on the fixed box and need to pay attention to correct mistakes when performing the technique for students at this stage. The teaching method is to use repeated exercises in groups, each group from 30 to 60 seconds with unspecified breaks so that students have time to think about the technique and teachers correct mistakes for students.

3.4. Methods of teaching badminton competition tactics

Teaching competition tactics or, more precisely, tactical training in badminton is often used in a combination of all the different teaching methods of physical education. Different methods can be used depending on each stage, but exercise is still considered the primary method in teaching tactics. The process of using the exercise method for tactical training should take into account the following conditions:

The exercises should involve a reasonable amount of movement and be suitable for the student's characteristics and personal level.

Regularly use repeated exercises to gradually improve skills and techniques for using tactics for students. Reduce the way of implementing tactics but focus on the intention of using that strategy so that it brings the highest efficiency after each application.

3.4.1. Steps to conduct tactical teaching.

Step 1: For the primary form of tactics, the verbal method can be used initially. This method includes the purpose, meaning, method, and situation in which the tactic is used. Then, the teacher shows how tactical exercise will be applied.

Step 2: Learners need time to think or discuss tactics before practicing. Based on analysis and observation, you can determine the concept, content, intention, and application development, as well as how to conduct that tactical training.

Step 3: Perform tactics on the court (not in contact with the shuttlecock) or on the drawing with lines showing the method of tactical training, which includes preparation position, movement methods, and techniques, as well as badminton points and the badminton way.

Step 4: Coordinate tactical moves with performing bridge contact as required by the tactic, using repetitive exercise methods that become increasingly difficult in aspects such as strength, accuracy, the direction of hitting the bridge, and the sense of space and time.

Step 5: Implement tactics in competitive exercises, coordinating tactical exercises in each specific situation of each match. Incorporating the creative application thinking of individual students.

3.4.2. Complementary exercises

— Strength development exercises

The characteristic of badminton competition is that players always must move continuously at high speed within their court area by running and jumping, along with the combination of reasonable, fast, and strong stroke, to realize tactical intentions. Therefore, the strength in shuttlecock kicking is shown in starting movements, jumping movements, and the ability to move quickly. From there, it shows us that the strength in badminton is the power of speed.

From the theoretical basis as well as the point of view of advocacy, training, and badminton competition. Exercises to develop strength, speed, and badminton expertise are included for students to practice the following exercises.

Exercise 1: Exchange shot

Purpose: Create a feeling of controlling the ball and then passing it to the other person.

Preparation: Each student has a badminton ball and one racket standing opposite each other at a distance of 5m.

How to practice: Stand in 4 horizontal rows + 2 vertical rows, facing each other 5m apart, one arm span.

The teacher blows the whistle to give the command, and players in two rows, each holding a shuttlecock, hit a shot toward the opposite row.

Exercise 2: Sideways movement

Purpose: Create a sense of movement on the field

Preparation: badminton court

How to practice: Move sideways and chase steps in the singles court; in 30 seconds, counts the number of times achieved. The teacher is controlled by a whistle and stopwatch seconds.

Exercises to develop strength.

In badminton training and competition, speed is a fundamental quality. It is manifested in the shuttlecock trajectories with a fast speed that changes the landing point and requires a quick reaction when moving. Badminton is a sport without cycles, so its reaction process depends on the movement's speed. The most important thing is the speed to move to perform the movement technique. So, the exercises that are included to develop the strength of the students chosen are:

Exercise 1: Rope skipping

Purpose: To develop ankle strength and hand-to-foot motor coordination. Facilitate moves to perform bridge technique.

Preparation: 12 to 13 single jump ropes

How to practice:

— Measuring the rope: Hold the rope with both hands so that when you fold it in half and place it at the 'navel' area (between the chest and the abdomen), the rope should touch the tips of your feet.

— Implementation: When there is a teacher's command, each horizontal row exercises in unison; pay attention when jumping rope; the knees must not bend only using ankle strength and jump continuously without accompaniment.

Duration: 2 minutes per group

Exercise 2: Move 6.0 m sideways to pick up the shuttlecock

Preparation:

+ 10 to 15 shuttlecock / student (can use broken one).

+ Court

— How to practice: Each row standing along the middle of the single badminton court. With the whistle command, all move to the right, pick up each shuttlecock in the right vertical line, move to the left, and put it in the basket outside the left vertical line.

— Time: Divided into alternate groups, 1 minute each

— Endurance development exercises

In badminton, endurance has its characteristics. Training and competition require practitioners to move quickly and make quick judgments to receive the opponent's demands. In addition, competition activities are deployed in rounds, not limited in time. Therefore, the time for each match is not fixed. Therefore, endurance in badminton competitions is expressed in solid endurance and fast endurance. To develop these two types of endurance, we need the following exercises:

Exercise 1: Jump forward, jump backward

— Purpose: Develop muscular endurance of leg muscles to increase leg endurance.

— How to do it: Practice simultaneously in a 4-row horizontal formation separated by one arm span.

Students with two hands on their hips, sitting on two heels. There is a signal for student to start bouncing up and down continuously (pay attention to turning on the maximum length of 40 cm) for 1 minute per group. The break between groups is 1 minute.

Exercise 2: Move four corners of the court

— Purpose: Develop fast endurance and endurance moves coordinated.

— How to practice: Deploy for students to stand in the right corner of the court when ordered to run to the corner of the upper court, move horizontally to the upper left corner of the court, then move backward to the left corner of the court, move horizontally to the right corner of the court and vice versa. Practice 2 students per court; each child runs one forward round and one reverse round. The organization performs on two court.

Exercise 3: Move to pick up shuttlecocks

— Purpose: Coordination of types of movement development of motor capacities.

— How to practice: In each court, two people are divided by the line between the court and the net. Three waiters holding ten balls each stood in the corner of the court on the net. Perform a shuttlecock throw across the field for the practitioner to move, pick up, and throw on the net (the waiter throws the bridge in different positions on the field).

Do two people, then change two others, alternating the flow.

4. Conclusions and recommendations

Tactics are an essential factor determining victory in badminton competitions. However, there are other factors besides tactics that it is necessary to pay attention to, such as the technical level, physical strength, and psychological state of the athlete. Therefore, when equipping tactical awareness, teachers need to remind students of 3 principles: «Take yourself as the main thing», «Take fast as the main thing», and «Take the main work». Where:

— Take yourself as the main thing: It is necessary to pay attention to technical and physical conditions, physical qualities, psychological qualities, and characteristics of your fighting style, among others, when choosing tactics.

— Take fast as the main thing: it is necessary to show flexibility in terms of transformation and tactical transformation. After detecting any advantages and disadvantages of the enemy in terms of techniques and tactics, it is necessary to change tactics and need to promptly change from attack to defense, from manual to manual or from transition to attack, from attack to transition quickly and boldly. The conversion speed must be fast, must firmly grasp the beneficial opportunity to convert quickly. When competing, no single, consistent strategy needs to be flexible depending on the opponent and the course of the match to adjust accordingly.

— Take work as the main thing: When building tactical intentions, it is necessary to emphasize that the main thought is attack;

when defending, it is also necessary to emphasize active defense to find opportunities to attack.

Teaching competition tactics is the final stage in badminton teaching and training, when learners have achieved a particular understanding and technical level, undergoing basic physical training. Adherence to the main principle is paramount in effective teaching and applying tactics in actual competition. Doing these things not only helps to improve the quality of physical education teaching in schools but also connects the mission of physical education training with the practical application of physical education content to the physical training process for learners in life.

References:

1. Nguyen Van Duc (ed.), Tran Van Vinh, Truong Van Minh, (2015) Badminton curriculum (Curriculum for students of physical education and sports universities), Physical Education and Sports Publishing House.
2. Faculty of Physical Education — University of Da Nang, Physical Education Subject Program, issued in 2022, circulated internally.
3. Le Thanh Sang (2005), Badminton Practice, Sports Publishing House.
4. Nguyen Duc Thanh (ed.), Do Tan Phong, Le Kim Vu, Hang Long Nhut, Tran Manh Hung (2023), Badminton Textbook, Vietnam National University Press, Ho Chi Minh City.
5. Nguyen Hac Thuy (1997), Technical training — modern badminton tactics, Sports and Fitness Publishing House.
6. Dong Van Trieu, Le Anh Tho (2000) — Theory and methods of physical education in schools — TDDT Publishing House.

ФИЛОЛОГИЯ, ЛИНГВИСТИКА

Искомая страна в морфологии современной сказки «Невеста Ноября» Лии Арден

Акимова Дария Сергеевна, аспирант
Омский государственный педагогический университет

В статье рассматривается морфология современной сказки (славянского фэнтези) автора современной литературы Лии Арден, которая живет в Корее, ее книги также выпускаются на корейском языке. Популяризация славянской культуры международного уровня, секрет успеха новой волшебной сказки на примере книги Лии Арден «Невеста Ноября»

Ключевые слова: славянское фэнтези, современная литература, новая сказка, ретеллинг

The desired country in morphology modern fairy tales «The Bride of November» of Leah Arden

The article examines the morphology of a modern fairy tale (Slavic fantasy) by the author of modern literature Leah Arden, who lives in Korea; her books are also published in Korean. Popularization of Slavic culture at the international level, the secret of the success of a new fairy tale using the example of Leah Arden's book «The Bride of November»

Keywords: Slavic fantasy, modern literature, new fairy tale, retelling

Введение

Если вы до сих пор любите сказки, хотите расслабиться в холодный осенне-зимний вечер, то эта книга — находка для вас. Она наполнена теплом, приятной сказочной атмосферой, колоритом славянской культуры и романтикой — все это вы найдете на страницах книги «Невеста Ноября» Лии Арден — одиночный фэнтези-роман о Двенадцати месяцах и девушке — княжне, рожденной на рубеже осени и зимы.

Биографическая справка о писателе. Лия Арден (настоящее имя — Влада) родилась в городе Санкт-Петербург. Окончила Санкт-Петербургский государственный университет культуры и искусств по специальности Культуролог (Арт-менеджер). На данный момент уже более семи лет живет и работает в Корее.

Для писателей, работающих в жанре Young Adult фэнтези, приложить свой талант к созданию ретеллинга стало уже неким обязательным пунктом творческой биографии. Потому сегодня выделиться на этом фоне крайне тяжело, если только не придумать что-то очень оригинальное, или взять малоизвестную сказку, или написать ретеллинг на ретеллинг, как сделала это Лия Арден. Всем в России хорошо знакома пьеса-сказка «Двенадцать месяцев» в изложении Самуила Яковлевича Маршака, которая была опубликована в 1943 году. Но мало кто знает, что в её основе лежит сказка «О двенадцати месяцах» чешской писательницы Божены Немцовой, вышедшая в сборнике «Словацкие сказки» (1857–1958). На русский язык она была переве-

дена Николаем Семёновичем Лесковым и опубликована в газете «Северная пчела» 13 декабря 1862 года. Теперь мы дождались новой версии любимого с детства сюжета в виде романа «Невеста Ноября» от Лии Арден. В фольклоре с появлением нового старое не умирает, а продолжает существовать в иной форме, далее я сделала морфологический разбор современной сказки «Невеста Ноября» по книгам Владимира Проппа «Морфология волшебной сказки» и «Исторические корни волшебной сказки».

Начальная ситуация. Выход из дома [2, с. 54]. Главная героиня Яра покидает дом, свое государство Ренск, (выдуманное царство) и отправляется в Зимний лес, чтобы добыть целебной живой воды для своего больного отца, чтобы исцелить его. [1, с. 160] Это одна из первых основ композиции сказки, а именно странствование, и часто отражает собой представление о странствовании души в ином мире. Царство в которое попадает героиня отделено от отцовского дома и является непроходимым Зимнем лесом — единственным месте, где лежит снег, по легенде книги зимы люди не видели более сотни лет. Все зимние месяцы стоит ноябрьская погода без снега, редко бывает легкая изморозь. В нашем случае героиня оказывается в фантастическом месте по своей воле и душой и телом. Для нее Зимний лес Колдуна является желанной искомой страной. Это «тридесятое царство» вечной зимы и целебного снега, который является живой водой [3, с. 294].

Нарушение запрета. [2, с. 40] Героиня нарушает запрет о хождении в Зимний лес, где обитает Колдун. Покидает княжеский дом и город. Не говорит никому о своем побеге [1, с. 142].

Герой допытывается, подвергается нападению, чем подготавливается получение им волшебного средства [2, с. 54] Героиня (Яра) оказавшись в запретном Зимнем лесу, крадет снег, который она должна растопить в воду и собрать в емкость. Княжну ловит страж этих мест — Колдун, который там живет и охраняет этот лес и волшебный снег, Яра просит Колдуна о пощаде, объясняет, что она не воровка пришла riskовать жизнью ради отца, Колдун отпускает ее, но дает главной героине два задания, которые она должна выполнить, чтобы она могла забрать живую воду (третье задание он еще не придумал, но потом его даст героине) [1, с. 142–150].

Герой реагирует на действие Дарителя. [2, с. 57] Яра соглашается на все условия-задания Колдуна, положительно, несмотря на свой страх, который она старается не показать Дарителю — Колдуну [1, с. 148].

В распоряжение героя попадает волшебное средство. [2, с. 58] Яра приносит отцу живую воду, и он волшебным образом исцеляется и молодеет. Яра остается довольной, но она должна вернуться в Зимний лес (по первому условию Колдуна) и вернуть взятую живую воду, принести воду из своего колодца Колдуну [1, с. 139].

Преследование героя. [2, с. 72] Яра вернувшись, второй раз в Зимний лес подвергается нападению стражей ноябрьской части леса, здесь выясняется, что нарушен запрет: нельзя на эти земли приходить с золотом, но сестры Яры, зная про этот запрет, намеренно подкидывают ей в складки одежды золотое кольцо, чтобы она не вернулась [1, с. 207].

Применение волшебного средства \исцеление героя. [2, с. 79] На Яру нападают лисы и смертельно ранят ее, Колдун спасает Яру от лис, он рискует своими силами, а так же исцеляет Яру, Колдун поит героиню живой водой через поцелуй — здесь получается двойная магия: и первый поцелуй героев, и применение живой воды [1, с. 211].

Герою дается новый облик/ условия. [2, с. 80] Яра не может покинуть Зимний лес из-за нарушения запрета носить туда золото, она «пахнет» им, и лисы снова могут ее учуять даже спустя полгода. Героиня остается жить в доме Колдуна, получает новую одежду, он учит ее магии (чтобы добыть еду), Яра помогает всеми умениями Колдуну, так как он слепой [1, с. 225].

Наказание героя антагониста, воцарение главного героя [2, с. 81]. Колдун возвращает себе волшебные силы, с помощью своей невесты, которую он так нарек, когда она была младенцем. Герой побеждает «злодея» Ноября. Колдун оказывается месяцем Февралем, освобождает из плена братьев Декабря и Января. Возвращается зима, земли людей больше не отравлены осенней гнилью, накопившейся за сотню лет, земля напитывается живой водой [1, с. 406].

Вступление в брак. [2, с. 81] Главная героиня выходит замуж, уходит жить в дом мужа, рождает детей. На этом по классике жанра сказка заканчивается [1, с. 407].

Таким образом, новую сказку Лии Арден «Невеста Ноября», можно считать полноценной сказкой ретеллингом, она напоминает читателям сказки знакомые с детства сюжеты, имеет главные каноны и морфологию построения волшебной сказки. Может в этом секрет популярности книги среди молодежи и не только на данный момент времени.

Недостатки сказки. Для сказки в жанре славянского фэнтези, если судить по количеству неточностей, Лия Арден не постаралась уделить достаточного времени на сбор исторического материала. С одной стороны, в тексте присутствуют элементы старой Руси (до XVI века) от княжьего двора с его постройками до бытовой и праздничной одежды (кафтаны, кокошники, рясны). С другой — всё это перемежается с более поздними или даже современными атрибутами и обычаями. Конечно, жанр фэнтези позволяет творить с миром очень многое в угоду сюжету, но чтобы читателю было легко поверить в него и принять, он всё-таки должен быть более-менее аутентичным, то есть соответствовать какой-то одной определённой эпохе.

Не выдержана и стилизация под славянскую сказку в плане лексики. Приведу отрывок: «Я быстро перебираю ингредиенты для пирожков и похлёбки. — Что ты планируешь приготовить? — интересуется он. [1, с. 232] »Ингредиенты«, »планируешь«, »территория« и другие подобные слова современного русского языка, словно мелкие соринки, тоже вносят хаос в общую атмосферу повествования, если на них не обращать внимания, книга чудесная.

Выводы

Текст сказки Лии Арден «Невеста Ноября» обладает всеми характерными особенностями сказочного жанра, включая условность, линейность, подразумеваемую «истинную любовь», следование своим «законам» и «морфологии», что делает его сказочным.

Через оригинальный авторский мир естественно проступают традиционные элементы, не оставляющие оскомины клише: злые старшие сестры, мать, умершая рано, отец, не противодействующий семейному злу, живая и мертвая вода, встреча девицы и правителя зимних просторов. Эта современная сказка сложна концептуально, с интересными размышлениями о том, как часто мы полагаемся на ложную информацию, не ища правды, и о том, что «если зажигаются звёзды, это кому-то нужно». Описание красиво, оно создает для читателя атмосферу. Это интересная история, полная неожиданных поворотов и сюрпризов, с которыми сталкивается главная героиня.

Эта современная сказка, безусловно, нужна нашей российской литературе и читателям, особенно подросткам и взрослым, которые увлекаются сказочными метафорами, напоминающими изящное кружево, рассматривать которое можно бесконечно.

Литература:

1. Арден, Лия. Невеста Ноября / Лия Арден. — Москва: Эксмо, 2024. — 416 с.: с илл.
2. Пропп В. Я. Морфология волшебной сказки. — М.: Мартин, 2022. — 192 с.
3. Пропп В. Я. Исторические корни волшебной сказки. — М.: Мартин, 2022. — 384с.

Специфика употребления канцеляризмов в русском языке

Бадина Кристина Сергеевна, студент;
Мельникова Екатерина Михайловна, кандидат филологических наук, доцент
Ярославский государственный педагогический университет имени К. Д. Ушинского

В статье рассматривается становление канцеляризмов в русском языке, возникновение их функциональных особенностей. Затрагивается процесс зарождения речевых штампов и клише. Продемонстрирована классификация языкового материала, который может быть отнесён к канцеляризмам по критериям, рассмотренным в статье.

Ключевые слова: канцеляризмы, речевые клише, официально-деловой стиль.

The specifics of the use of clerical phrases in the Russian language

Badina Kristina Sergeevna, student;
Melnikova Ekaterina Mikhailovna, candidate of philological sciences, associate professor
Yaroslavl State Pedagogical University named after K. D. Ushinsky

The article examines the formation of clerical structures in the Russian language, the emergence of their functional features. The process of the origin of speech stamps and clichés is touched upon. The classification of linguistic material that can be classified as clerical according to the criteria discussed in the article is demonstrated.

Keywords: clerical phrases, speech clichés, official business style.

Канцеляризмами называют явление в русском языке, которое заключается в том, что слова, присущие официально-деловому стилю, используются в других литературных стилях, а также в разговорном языке.

Историю возникновения канцеляризмов связывают со становлением и развитием официально-делового стиля.

К XV–XVI векам на Руси стал формироваться особый язык, получивший название приказного, он включал специальные речевые обороты, которые использовались служащими приказов в делопроизводстве. К XVIII веку произошло становление канцелярского языка, связанного в последующем с документооборотом. Ближе к XVIII веку по причине появления новой системы государственного аппарата стали возникать жанровые разновидности деловой документации, которым свойственна строгость, формальность и шаблонность. К этому же времени следует относить становление канцеляризмов как особой речевой категории.

Канцелярские обороты отличны друг от друга и имеют разные особенности. Канцеляризмами становятся как отдельные слова, так и словосочетания.

Многими лингвистами совершались попытки систематизировать канцеляризмы. Одной из известных классификаций является классификация, которая принадлежит Ирине Борисовне Голуб. Лингвисту удалось разделить канцеляризмы на условные группы по средствам их выражения в языке и речи.

По мнению И.Б. Голуб, средство, которое употребляется слишком часто, может стать речевым штампом, это объясняет наличие в русском языке большого количества такого рода слов и выражений.

Канцеляризмы, проявляющиеся в отглагольных существительных, отымённых предлогах, речевых штампах мешают при получении информации из текста или из устного высказывания.

Канцеляризмы могут неосознанно активно использоваться в любом способе коммуникации: в СМИ, особенно в релизах

пресс-служб, в социальных сетях. Канцелиризм может использоваться также и в обыденной речи, особенно, если это публичное выступление. Однако такое обширное использование канцелиризмов не приносит пользы, а наоборот приводит к негативным последствиям.

Канцелиризмы могут использоваться для придания речи официальности, но текст, при этом лишается конкретных мыслей и идей, так как из-за избытка количества канцелиризмов становится трудным для понимания.

Сторонником мнения о негативном воздействии канцелиризмов на язык и речь был Корней Иванович Чуковский. Именно он назвал канцелиризмы серьёзным «недугом» русского языка [1, с. 44]

Несмотря на то, что сейчас количество канцелиризмов значительно уменьшилось, они все ещё широко используются. Более категорично отзывается о канцелиризме Нора Галь: *Это — самая распространённая, самая злокачественная болезнь нашей речи.* По её мнению, канцелиризмы лишь загрязняют язык и речь, так как они не вносят никакой новой информации в текст. Канцелиризмы лишают предложения динамики, нанося вред языку.

Под терминами канцелиризмы, иные их названия «канцелириты», «канцелирский язык» понимается сухой, казённый, бедный, невыразительный язык. Употребление в речи канцелиризмов не только утяжеляет фразу, делает её избыточной, но и может привести к бессмыслице. При чрезмерном употреблении канцелирских оборотов могут возникнуть следующие фразы: *Речь идёт об отсутствии наличия стремления к увеличению производительности* (из материалов прессы). В данном контексте лексический канцелиризм *наличие* избыточен, он не несёт существенной информации, его значение противоречит значению стоящего рядом слова *отсутствие*, что делает немым предложение в целом.

К типичным языковым чертам канцелярита относятся: тяготение к избыточности, многословию, перифразам (зеленый массив вместо лес или парк); тавтология, плеоназмы.

Канцелярит не является разновидностью официально-делового стиля, а лишь поверхностно напоминает его. Канцелярит является псевдостилем и остаётся им при выходе за рамки деловой речи. [4, с. 278]

Канцеляризм — слово или оборот речи, характерные для стиля деловых бумаг и документов. Акты, заявления, справки, доверенности пишутся с употреблением официальных формул и штампов деловой речи, которые иногда переходят в разговорный и литературный язык. Например: «лесной массив» вместо «лес», вместо «был пьян». Канцеляризмы могут отличаться от соответствующих элементов разговорного и литературного языка грамматически («имеет быть» вместо «будет»), но особенно характерны отличия в области лексики и синтаксиса.

Все жанры официально-делового стиля — это различные документы. Официально-деловой стиль имеет двойственную природу: он выражает конкретное содержание (и близок научному стилю), соприкасается с обыденной жизнью (например, в сфере административно-хозяйственной деятельности) и должен быть понятным любому человеку [4, с. 284].

Канцелярская лексика, основное стилистическое средство ОДС, например: супруга (а не жена), премьер-министр Англии посетил университет (а не прибыл в университет).

Литература:

1. Бузаджи Д. М. Нехорошая болезнь. Диагностика и лечение канцелярита в переводе // Мосты. — 2013. — № 3 (39). — С. 42–55.
2. Галь Н. Слово живое и мертвое / Н. Галь. — Москва: ФТМ, 1972. — 177 с.
3. Голуб И. Б. Стилистика русского языка / И. Б. Голуб. — Москва: Айрис Пресс, 2010. — 442 с.
4. Егорова Н. В. Лексико-семантические и стилистические особенности современных официально-деловых текстов // Электронная библиотека. — Оренбург

К вопросу классификации фразеологизмов (на примере рассказов А. П. Чехова)

Йулдошева Саодатжон Шухрат кизи, студент магистратуры

Научный руководитель: Джуманиязова Саломат Рузметовна, кандидат педагогических наук, доцент
Ургенчский государственный университет (Узбекистан)

В данной работе классифицируются фразеологические единицы как средство характеристики человека в рассказах А. П. Чехова по происхождению и с точки зрения их экспрессивно-стилистических свойств.

Ключевые слова: исконно русские и заимствованные фразеологизмы, нейтральные, книжные, разговорные фразеологизмы.

Фразеологические обороты играют значительную роль в художественном тексте, обогащая его и придавая особый колорит. Исследование фразеологизмов в литературных произведениях не только способствует более глубокому пониманию текста, но и позволяет раскрывать характеры персонажей, их внутренний мир и особенности поведения. В данной работе рассматривается использование фразеологических оборотов как средства характеристики человека в рассказах Антона Павловича Чехова с точки зрения происхождения и экспрессивно-стилистических свойств.

Канцеляризмы встречаются среди многих частей речи: глаголов — *ходатайствовать, уведомить, заслушать, препроводить*; существительных — *наказуемость, неявка, отгрузка, уведомление*; прилагательных и причастий — *надлежащий, должный, настоящий, нижеподписавшийся*; среди предлогов — *во избежание, на основании, по линии*.

Выделяют основные функции канцелизмов: организационная (уставы, положения, правила, инструкции), распорядительная (приказы, постановления, распоряжения, указания) и справочно-информационная (договоры, докладные записки, анкеты, разнообразные акты). Административно-канцелярский подстиль функционирует и в устной форме: в докладах, сообщениях, выступлениях, распоряжениях.

Канцелизмы всегда используются вне пределов официально-делового стиля, в разговорной речи или в художественном произведении. В первом случае канцелярский язык указывает на неумение говорящего участвовать в общении в официальной обстановке, во втором случае канцелизмы являются средством создания индивидуального стиля произведения, служат способом создать образы персонажей.

При обширном употреблении канцелизмов появляется негативное влияние явления на текст. Канцелизмы используются для придания высказыванию официального характера, но зачастую такие фрагменты текста лишены конкретики и трудны для понимания.

Для анализа фразеологических оборотов в рассказах Чехова был использован комплексный метод, основанный на исследовании текстов, выявлении фразеологизмов и их классификации. Для определения происхождения фразеологизмов был проведен сравнительный анализ с источниками и национальными фразеологическими словарями. Для выявления экспрессивно-стилистических свойств фразеологизмов использовался метод описания их значения, контекстуального анализа и определения эмоциональной окраски.

В результате исследования было выявлено, что Чехов активно использовал фразеологические обороты для характеристики своих персонажей. Например:

1) **Исконно-русские** фразеологизмы, в свою очередь, делятся на межстилевые, книжные и разговорно-просторечные:

— межстилевые: **на лице написано** — исконно-русский фразеологизм, имеет значение «все понятно по лицу». История его происхождения уходит во времена правления Елизаветы Петровны, когда был обычай наказывать крестьян, воров горячим железом — клеймить лица или лбы, оставляя уродливые и неизгладимые шрамы. Таким образом, у этих людей на лице действительно всегда можно было прочесть их горькое прошлое. В современном русском языке эта фразеологическая единица является метафорическим выражением, которое подразумевает то, что мысли человека, переживания его души также отражаются на его лице, и она используется во всех стилях речи. В рассказе «Дурак» есть пример: «Доброта, говорит, какая-то на лице написана!».

— книжные: **не стоил и гроша медного** — если мы поговорим об истории происхождения фразеологизма, то можно узнать, что грош в давние времена использовался в качестве одной из самых мельчайших разменных монет на Руси. Обычно это были медные монеты, реже — железные, их номинал составлял всего 2 копейки. Как результат, грош стал символом ничтожности, отсутствия денег и всего пренебрежительно малого, незначительного и крошечного. Это и послужило основанием для появления выражения «гроша ломаного (медного) не стоит», а также множества других пословиц, поговорок и фразеологизмов, в которых упоминается слово «грош». Можно наблюдать такой пример употребления фразеологического оборота в рассказе «Агафья»: «Слыл он за человека рассудительного и толкового, был грамотен, водку пил редко, но как работник этот молодой и сильный человек не стоил и гроша медного».

— **разговорно-просторечные:**

голова садовая — старая русская поговорка разговорного характера. Раньше она относилась к деревенской страшилке в виде головы из кочана капусты, тыквы или просто пустой кастрюли, которые использовались в огороде. Позднее это выражение стали применять в отношении необразованного, глуповатого, рассеянного человека, будто у него вместо головы находится пустая кастрюля или кочан капусты. Слово «садовая» здесь указывает на огород, на котором выращиваются овощи. Отсюда и другое выражение **«пугало огородное»** (в рассказе «Мертвое тело»)

точно вчера родился — исконно русский фразеологизм разговорного характера, употребляется в значении «глупый, несмышленный человек» (в рассказе «Злоумышленник»)

гол как сокол — это одна из старинных фразеологических единиц русского языка, которая используется для описания человека в крайне неблагоприятном положении. Она подразумевает полное отсутствие имущества, бедность и лишение прочих благ. Сокол, в данном контексте, представляет собой орудие, изготовленное из кованого железа или чугуна, имеющее форму массивного и длинного бревна или бревна, обшитого металлическими полосами. С его помощью разрушались ворота и отбойно-оборонительные стены крепостей. Сама поверхность со-

кола была чрезвычайно гладкой и ровной, словно бы она была лишена всякого покрытия. (в рассказе «Драма на охоте»)

2) **Заемствованные:**

— межстилевые: **козел отпущения** — современная фраза «козёл отпущения» возникла на основе древнееврейского обычая, который заключался в символическом возложении грехов на козла и его высылке в пустыню. Этот обычай предполагал, что человек, называемый «козлом отпущения», несет ответственность за вину других. И так как козел не мог быть виноват в совершенных ошибках, его превращение в символ истины неотделимо от понятия «отпущение». Этот фразеологизм используется для обозначения того, кто становится постоянной мишенью для виноватых в ошибках, проступках и грехах других людей. В его адрес бросают вину и обвинения несмотря на то, что он сам не является непосредственным источником этих проступков. Писатель — это вечный сирота, изгнанник, козел отпущения, беззащитное дитя... В примере из рассказа «Случай другой» фраза используется для описания героя.

— книжные: **млеет от ужаса** — идиоматическое выражение, имеющее свои корни в библейских текстах. Оно применяется для передачи сильного испуга или страха, и широко используется в художественных произведениях. В рассказе «Смерть чиновника» данная фраза использовалась для описания состояния главного героя. В одном из отрывков текста можно встретить следующий пример: «Неужели вы говорите все это искренно? — спросила она, почему-то млея от ужаса», оно применяется для описания эмоционального состояния главного героя.

— разговорно-бытовые: **хоть караул кричи** — существительное «караул» вошло в русский язык в начале XIV века и происходит от тюркского языка. «Кричать караул» дословно означает «позвать на помощь охрану», эта идиома отражает состояние отчаяния, бессилия и невозможности справиться с трудностями или безвыходной ситуацией (В рассказе «Медведь»): «Сидим, сидим и хоть бы один черт! Просто хоть караул кричи».

«Классификация фразеологических оборотов по происхождению позволяет выявить культурные и исторические особенности текста, а анализ экспрессивно-стилистических свойств помогает понять, каким образом фразеологизм влияет на общее впечатление от текста и персонажа». [2, с. 27]

Исследование фразеологических оборотов, характеризующих человека, в рассказах Чехова позволяет более глубоко понять характеристики персонажей, их внутренний мир и мотивацию. Подобные фразеологизмы не только обогащают текст, но и служат ключом к пониманию характеров и событий произведения. Классификация и анализ фразеологических оборотов по происхождению и экспрессивно-стилистическим свойствам помогает раскрыть глубину литературного произведения и авторское намерение.

Таким образом, изучение фразеологических оборотов в рассказах Чехова является актуальным исследованием, способствующим более полному пониманию литературного произведения и его художественных особенностей. В ходе исследования было рассмотрено 9 фразеологических единиц из рассказов А. П. Чехова («Смерть чиновника», «Случай другой»,

«Дурак», «Агафья», «Мертвое тело», «Драма на охоте», «Медведь») с точки зрения их происхождения (исконно русские и за-

имствованные) и употребления в разных стилях речи (межстилевые, книжные и разговорно-бытовые).

Литература:

1. Чехов А. П. Собрание юмористических рассказов в одном томе. Серия «Полное собрание сочинений (ЭКСМО)». Э; Москва; 2016. ISBN978-5-699-85290-1
2. Аппендикова Н. Н. Фразеология художественного текста. М.: Издательство МГУ, 2003.
3. Ларионов В. Л. Фразеология современного русского языка. М.: Высшая школа, 1990.

Особенности перевода поэмы Н. А. Некрасова «Кому на Руси жить хорошо» на китайский язык, выполненного Ван Фэйбаем

Мухаметова Софья Ильдаровна, студент
Казанский (Приволжский) федеральный университет

В статье автор рассматривает основные способы и особенности перевода поэмы Н. А. Некрасова «Кому на Руси жить хорошо» на китайский язык, выполненного переводчиком Ван Фэйбаем.

Ключевые слова: слово, перевод, переводчик, китайский язык, описательный перевод.

Китайский писатель Лу Синь писал: «Любой перевод должен учитывать оба аспекта. С одной стороны, он должен быть простым для понимания, а с другой стороны, он должен сохранять красоту оригинального произведения» [3]. При работе над переводом поэмы «Кому на Руси жить хорошо» Ван Фэйбай старался, используя разговорную речь и сленг, отразить язык и красоту оригинального произведения и точность сюжетных деталей. В оригинале поэма написана трехстопным, иногда четырехстопным нерифмованным ямбом. Переводчик придерживается свободного ритма, по мере возможности сохраняет рифму там, где она была в русском варианте, и добавляет в некоторых местах отсутствующие перекрестные рифмы.

Ван Фэйбай (汪飞白; Wāng Fēibái) (псевдоним — Фэй Бай (飞白; Fēibái), род. в 1929 г.) — китайский переводчик зарубежной поэзии, выпускник Чжэцзянского университета. В числе его переводов произведения таких авторов, как А. Т. Твардовский, Н. А. Некрасов, Никос Белояннис, Роберт Браунинг, В. В. Маяковский и др. В 1965 г. им был выпущен перевод поэмы Н. А. Некрасова «Кому на Руси жить хорошо». В 1999 году одно из изданий его перевода «Кому на Руси жить хорошо» (1998) получило награду третьей степени в области общественных наук департамента образования провинции Юньнань [2].

В поэме «Кому на Руси жить хорошо» ни одно имя или название не использовано просто так, в каждое вложен смысл, характеризующий мир поэмы и ее героев и создающий контекст повествования. «Практически каждое название вызывает какие-нибудь ассоциации, причем наряду с искусственно сконструированными топонимами, как, например, Горелово, Неелово, Неурожайка, фигурируют реально существующие на-

звания, найденные поэтом и работающие на создание сильного художественного образа...» [4].

При переводе топонимов Ван Фэйбай использует в основном прием перефразирования:

1. Подтянутая губерния — 勒紧裤带 (затянуть пояс потуже, экономить) 省 (губерния);
2. Уезд Терпигорев — 受苦受难 (быть в бедственном положении, страдать) 县 (уезд);
3. Пустопорожня волость — 一贫如洗 (обр. ни кола ни двора, гол как сокол) 乡 (волость);
4. Заплатово — 补丁 (заплата) 村 (деревня);
5. Неурожайка — 灾荒 (наводнение и засуха, неурожайный год) 庄 (деревня);
6. Испуганная губерния — 惊慌失措 (растеряться, прийти в смятение) 省 (губерния);
7. Уезд Недыханьев — 憋住呼吸 (задержать дыхание) 县 (уезд);
8. Деревня Столбняки — 打愣儿 (остолбенеть) 村 (деревня).

Герой поэмы крестьянин Савелий — «богатырь святорусский» провел молодость в месте под названием Корежина. Название восходит к реальному топониму Буйского уезда — реке Корега, правому притоку реки Костромы. Слово «Корега» созвучно со словом «корезить» — кривить, гнуть; приводить в возмущение. Ван Фэйбай переводит название «Корежина» словом 倔头村, дословно — «деревня упрямец».

Названия «Старо-Вахлацкая волость» и «деревня Большие Вахлаки» восходят к слову вахлак — «неповоротливый, неуклюжий и малокультурный человек» [8]. Лингвист М. Фасмер приводит однокоренной глагол «вахлять» — «делать небрежно» [4]. Ван Фэйбай переводит «Старо-Вахлацкая волость» как 老粗乡, «деревня Большие Вахлаки» как 大老粗村,

а «вахлак» как 大老粗. Большой китайско-русский словарь предоставляет такое толкование слова 老粗 — «мужлан, невежда; невоспитанный» [6], а 大老粗 — «необразованный, невежественный» [6]. Рассмотрим примеры перевода Ван Фэйбаем однокоренных производных от слова «вахлак», представленных во вступлении части «Пир на весь мир».

1. Вахлак ее не пел — 大老粗不唱这支歌;
2. Но радость их вахлацкая — 大老粗们的高兴;
3. Болел за всю вахлачину — 而是整个大老粗村.

Для перевода имен и фамилий персонажей поэмы Ван Фэйбай применяет сочетание транслитерации с перефразированием: Роман — 罗芒 (luó máng), Демьян — 杰勉 (jié miǎn), Лука — 鲁卡 (lǔkǎ), Губин — 顾丙 (gùbǐng), Иван — 伊凡 (yīfán), Митродор — 米特罗多 (mǐ tè luó duō), Пахом — 八洪 (bāhóng), Пров — 蒲洛夫 (púluòfū).

Имя Фогель Ван Фэйбай переводит чистой транслитерацией — 佛格尔 (fógē'ěr). Перевод имени Христьян представляется нам куда интереснее — переводчик присоединил к китайскому имени Христа — 基督 (jīdū) — иероглиф 安 (ān), и получилось 基督安 (jīdūān). Отчество он опускает.

1. Фогель Христиан Христианович — 基督安 (jīdūān) · 佛格尔 (fógē'ěr).

Герой главы «Помещик» Гаврила Афанасьевич Оболт-Оболдуев обладает по-настоящему «говорящей» фамилией. Переводчик транслитерирует только имя и вторую часть фамилии героя. Фамилия Оболт-Оболдуев происходит от слова оболдуй или оболтус — «глупый, неотёсанный человек; бездельник» [7]. Ван Фэйбай использует слово 饭桶 (fàntǒng) — «никчёмный человек; дармоед, туеядец» [6] и прибавляет к нему иероглифы 耶 (yē) и 夫 (fū), имитируя окончание -ов.

1. Гаврила Афанасьевич Оболт-Оболдуев — 格夫利乐 (géfūlìlè) 饭桶耶夫 (fàntǒngyēfū);

2. Мой предок Оболдуй — 我的祖宗老饭桶;
3. Татарину Оболту Оболдуеву — 赐予鞑鞑人饭桶耶夫.

В главе «Демушка» автор дает два варианта имени персонажа: Демушка и Демидушка. Переводчик решил не передавать разницу в корнях, а только обозначить уменьшительно-ласкательный суффикс -ушк- путем добавления к имени иероглифа 小 (маленький):

1. Носила я Демидушку — 我带着小蛟玛;
2. Звала, будила Демушку — 我拼命要叫醒小蛟玛.

Существует несколько способов перевода диминутивов с русского языка на китайский. Один из них — приставить к слову иероглиф 小 (маленький), как Ван Фэйбай поступает в случае с именем «Демушка». Однако сам переводчик в этом плане не всегда последователен, и уменьшительную форму он передает далеко не всегда:

1. Беден, нечесан Калинушка — 卡里拿 (kǎlǐnà) 没一件漂亮衣服;
2. Только расписана спинушка — 只有他脊梁 (спина) 上布满花纹;
3. Ай песенка!.. — 好歌! (песня).

Средства выразительности почти всегда переводятся дословно:

1. Как село солнце красное — 西山落了红太阳;
2. Как дойные коровушки — 雨云像一群群奶牛;
3. Щебечет, плачет пеночка — 母柳莺唧唧啾啾地哭.

В качестве примера исключения из правила можно привести сравнение «как убитый», которое везде заменено на нейтральный вариант.

1. Русь не шелохнется, Русь — как убитая! — 俄罗斯昏睡着, 一动不动!(букв. неподвижный);
2. Под утро как убитые Заснули мужики... — 趁天没亮睡了一觉,睡得还真香 (букв. очень крепко заснули).

Пословицы и поговорки Ван Фэйбай в основном переводит дословно:

1. И молвил: «Пташка малая, А ноготок востер! (Образовано от »Невеличка птичка, да ноготок остер«) — 说道:»小不点的雀儿,爪子倒尖着哩!

При переводе отрывка можно было бы использовать китайскую поговорку «麻雀虽小,五脏俱全» (мацюэ суй сяо, уцзан цзюй цюань; воробей хоть и маленький, но все органы у него на месте), схожую по значению с русской поговоркой «невеличка птичка, да ноготок остер».

Переводчик часто подбирает некоторым словам аналог, соответствующий китайским реалиям. Например, в русском языке слово «малина» употребляется, когда говорят «о чём-л. очень приятном, хорошем, доставляющем удовольствие. Не жизнь, а малина» [7]. В своем переводе Ван Фэйбай заменяет слово «малина» на 果子酱 — «варенье»:

1. Малина — не житье! — 日子甜得像果子酱!

Пирог — это «печёное изделие из теста с какой-либо начинкой (внутри или снаружи)» [7]. В переводе Фэй Бая мы видим вместо него слово 饽饽, означающее маньчжурские булочки из проса, риса и гаоляна.

1. Попов пирог — с начинкою — 神父家饽饽是带馅儿的.

Ван Фэйбай заменяет слово «каркать» — «предсказывать неудачу, беду» [7] на идиому 泼冷水 — дословно «облить холодной водой» — «гасить энтузиазм; охладить пыл; разочаровывать; вылить ушат холодной воды» [6].

1. Не каркай, пореши! — 不要泼冷水,快决定.

Иногда переводчик прибегает к генерализации. Например, шлея — часть сбруи, прикрепленная к бокам и телу лошади, в переводе становится сбруей (马具).

Пещур — это заплочный мешок или корзинка. В переводе пещур становится обычной плетеной корзиной (筐):

1. ...из пещура Достал краюху — ест — 从筐里掏出面包来嚼.

Если в оригинале помещик Оболт-Оболдуев встречает странников, едя на тройке лошадей, то в переводе вместо тройки употреблено слово 车 — экипаж, коляска.

1. ...Оболта-Оболдуева Та троечка везла — 车上坐的是附近的地主.

Для некоторых безэквивалентных слов применяется метод описательного перевода:

1. Кушай тюрю, Яша! — 喝面包渣汤(досл. суп из хлебных крошек) 吧,雅沙!
2. Не ригой, не амбарами... — 不是粮仓,不是烘谷棚(досл. постройка для сушки зерна);
4. К ней подошли гуськом... — 就一个个(досл. один за другим) 走到她跟前.

Просторечные слова и выражения Ван Фэйбай переводит более нейтральной речью:

1. Не любишь, **немчура**? —受不了吧,德国佬?
2. ...**втемяшится** В башку какая блажь —一旦怪念头钻进了脑袋.

Переводчик показывает свое мастерство и эрудицию, например, учитывая диалектные значения некоторых слов. Слово «сохатый» в обычном значении — «рогатый, с ветвистыми рогами» [7], но в поэме оно употреблено в диалектном значении «медведь» [5]. Для обозначения медведя переводчик использует слово 狗熊 — «чёрный медведь, бурый медведь» [6], а «сохатый» переводит как 老熊 — «старый медведь».

1. Нас только и тревожили **Медведи**... —我们对付狗熊;
2. Я сам страшной **сохатого**... —我比老熊还凶猛.

Таким образом, краткий анализ оригинала Н. А. Некрасова «Кому на Руси жить хорошо» и ее перевода на китайский язык, выполненный Ван Фэйбаем («谁能在俄罗斯过好日子»; шэй нэн цзай элосыго хао жицзы) показал, какие моменты представляют наибольшую трудность при переводе этой поэмы на китайский язык, и как переводчик Ван Фэйбай справился с ними.

Главное при переводе топонимов — отразить смысл, вложенный в них автором, для чего отлично подходит метод перефразирования. В переводе имен и фамилий важно передать не только значение, но и звучание. Если в имя вложен

особый смысл, то к простой транслитерации переводчик добавляет элементы перефразирования. Для упрощения восприятия китайским читателем, в переводе он опускает отчества, а также, при необходимости, унифицирует имена (например, Демидушка становится Демужкой). Переводя однокоренные производные имен существительных в разных частях речи, несущие различные смыслы, Ван Фэйбай, присоединяет к имени существительному, перед или после, такие иероглифы, как, например, 小, 们, 村 и др. Средства выразительности, а также пословицы и поговорки в основном переводятся им дословно, даже не смотря на наличие китайских вариантов со схожим значением. Некоторые моменты, например, связанные с темой смерти, подвергаются цензуре. Просторечия переводятся лексикой с более нейтральным оттенком. Часто Ван Фэйбай заменяет некоторые слова и фразы аналогом из китайских реалий. При работе с трудной для перевода или безэквивалентной лексикой он обычно использует генерализацию и описательный перевод. Несмотря на то, что «Кому на Руси жить хорошо» — достаточно объемная и насыщенная сложной лексикой поэма, у него получилось правильно передать значения многих просторечных и диалектных слов.

Литература:

1. Некрасов Н. А. Кому на Руси жить хорошо [Электронный ресурс] URL: <https://azbyka.ru/fiction/komu-na-rusi-zhit-horoshonekrasov/>
2. Ван Фэйбай (汪飞白) [Электронный ресурс] URL: https://baike.baidu.com/item/%E6%B1%AA%E9%A3%9E%E7%99%BD/8740580?fr=ge_al
3. Некрасов Н. А. (涅克拉索夫/著). Шэй цзай элосы нэнго хао жицзы (Кому в России жить хорошо; 谁在俄罗斯能过好日子) // Фэйбай и (пер. Фэй Бая; 飞白译). — Пекин: Жэньминь вэньсюэ чубань шэ (Издательство «Народная литература»; 人民文学出版社), — 2022.
4. Школьникова О. Ю. Древние бритты в поэме Н. А. Некрасова «кому на Руси жить хорошо»: к проблеме перевода единичных реалий // Карабахские научные чтения. Литература — усадьба — музей: диалог культурных пространств (от некрасовской эпохи до нашего времени): Материалы научно-практической конференции, Ярославль — Карабиха, 29–30 июня 2023 года / Редколлегия: М. С. Макеев, М. А. Михайлова, М. А. Нянковский, А. Е. Оторочкина. — Ярославль: Общество с ограниченной ответственностью «Академия 76», 2023. — С. 95–100.
5. Зонтиков Н. А. Н. А. Некрасов и Костромской край: страницы истории. — Кострома: ДиАр, 2008. — 384 стр.
6. Большой китайско-русский словарь [Электронный ресурс] URL: <https://bkrs.info/>
7. Большой толковый словарь русского языка. / Сост. и гл. ред. С. А. Кузнецов. — СПб.: «Норинт», — 2000. — 1536 с.
8. Сяньдай э хань шуан цзе цыдянь (Новый Русско-китайский словарь; 现代俄汉双解词典) // Вайюй цзясюэюй яньцзю чубань шэ чубань (Издательство «Иностранные языки»; 外语教学与研究出版社出版). — Пекин, 1998. — 1266 с.

The challenges and perspectives of guanyunyu historical research: interdisciplinary research and thinking

Nursapa Nurzhol, graduate student

Kazakh University of International Relations and World Languages named after Abylai Khan (Almaty, Kazakhstan)

This paper explores the challenges and prospects in the historical study of guanyunyu from an interdisciplinary perspective. It first analyzes the limitations faced in idiom research, including constraints on resources, methodological applications, interpretation of historical contexts, and cross-cultural comparisons. Subsequently, it proposes future research directions, including cross-cultural comparison of guanyunyu, integration

of guangyongyu with internet language development, idiomatic teaching methods, excavation of guangyongyu in historical literature, examination of guangyongyu' role in societal change, and the correlation between guangyongyu and cognitive science.

Keywords: *guangyongyu, historical research, interdisciplinary, challenges and prospects.*

Introduction

Guangyongyu constitute a rich and vibrant part of language, bearing the cultural and historical essence. However, in-depth research into the history of guangyongyu faces various challenges and limitations. This paper aims to explore the challenges of historical idiom research from an interdisciplinary perspective and proposes future research directions to advance the field.

Challenges and Limitations

The historical study of guangyongyu encounters numerous challenges and limitations. Firstly, limited research resources restrict the thorough exploration and interpretation of guangyongyu. Ancient literary materials have been largely lost over time, and the interpretation of surviving texts relies heavily on the subjective understanding of modern scholars. Therefore, fully reconstructing the true appearance of guangyongyu from each period poses an obstacle to in-depth historical research. Secondly, existing methodologies have limitations when applied to idiom research. For example, traditional literary analysis may overlook the influence of social context on idiom development, corpus-based research may suffer from incomplete data when dealing with early literary materials, and interview-based methods may prove inadequate for handling ancient guangyongyu. Additionally, idiomatic development is closely tied to historical contexts, but interpreting ancient social contexts is often constrained by limited and unreliable data, posing difficulties for interpreting the history of guangyongyu. Lastly, guangyongyu exhibit significant differences across different cultural backgrounds, so directly comparing idiom development in one cultural context to another may overlook deep-seated cultural disparities, potentially leading to biased comparison results.

Prospects and Research Directions

Addressing the aforementioned challenges and limitations, future research on the historical study of guangyongyu can explore and innovate in multiple aspects. Firstly, cross-cultural comparison of guangyongyu can help deepen our understanding of idiom formation and development in different cultural contexts. For instance, comparing guangyongyu in Western and Eastern cultures can reveal the influence of different cultural traditions and historical backgrounds on guangyongyu, thus expanding our knowledge of guangyongyu. Secondly, research on the integration of guangyongyu with internet language development can explore the impact of the internet age on guangyongyu and their evolution. With the widespread use of the internet, internet language has become an emerging form of language, and guangyongyu, as an integral part of language, are continuously influenced and changed by internet language. Therefore, studying the influence of internet language on traditional guangyongyu and its integration mechanisms is crucial for understanding the devel-

opmental trends of contemporary guangyongyu. In addition, research on idiomatic teaching methods, excavation of guangyongyu in historical literature, examination of guangyongyu' role in societal change, and the correlation between guangyongyu and cognitive science are all important future research directions.

Future research on the historical study of guangyongyu will require interdisciplinary and cross-cultural cooperation, making full use of modern technological means to open up new research perspectives and methodological paths, and driving continuous advancement in the field. Specifically, research can be conducted in the following areas:

Cross-cultural comparison of guangyongyu: Comparing the formation and development of guangyongyu in different cultural backgrounds to deepen our understanding of the influence of cultural differences on guangyongyu.

Integration of guangyongyu with internet language development: Exploring the influence of internet language on traditional guangyongyu and its integration mechanisms to understand the developmental trends of contemporary guangyongyu.

Research on idiomatic teaching methods: Conducting research on idiomatic teaching methods is of great value for improving teaching effectiveness and learning efficiency, especially in the field of second language acquisition.

Excavation of guangyongyu in historical literature: By delving into historical texts, a wealth of guangyongyu that have not yet been studied by modern research can be discovered, enriching the current resources for idiom research.

Study of guangyongyu' role in societal change: Researching the role and function of guangyongyu in social change processes, how they reflect social changes and cultural evolution, is of significant value for understanding the relationship between language and society.

Correlation between guangyongyu and cognitive science: Analyzing the cognitive mechanisms and psychological processes of guangyongyu from the perspective of cognitive science, exploring how people understand and produce guangyongyu, and the role of guangyongyu in thinking and cognition, provide new perspectives for in-depth idiomatic research.

Conclusion

In conclusion, while the historical study of guangyongyu faces various challenges, it also presents rich research opportunities and developmental prospects. Future research will require interdisciplinary and cross-cultural cooperation, utilizing modern technological means such as artificial intelligence and big data analysis to explore new functions and features of guangyongyu to meet the new demands of language communication in the era of globalization. In the process of continuous exploration, we believe that a more comprehensive and in-depth understanding of the history of guangyongyu will emerge, providing new opportunities and momentum for the de-

velopment of linguistics and related interdisciplinary fields. At the same time, we should also recognize that the path of historical idiom research is filled with challenges, which require an open mindset and innovative thinking to address and solve.

In future research, we should pay more attention to interdisciplinary collaboration, attracting scholars from different disciplinary backgrounds to participate in the exploration and research of historical guangyongyu. Through exchanges and cooperation among disciplines such as linguistics, history, sociology, and psychology, we can comprehensively understand the formation and evolution mechanisms of guangyongyu, reveal the correlation between guangyongyu and social culture, and expand the breadth and depth of historical idiom research.

Furthermore, we should fully utilize modern technological means, such as artificial intelligence and big data analysis, to assist in historical idiom research. By applying data mining and information technology, we can efficiently collect, organize, and analyze a large amount of language data, discover patterns and characteristics therein, and provide new insights and methods for historical idiom research.

Finally, we need to focus on the educational applications and social significance of idiomatic research. guangyongyu are an important way of using language and have significant implications for language learning and education. Therefore, we need to further research idiomatic teaching methods, explore more effective teaching strategies and methods, and improve learners' language proficiency and communicative competence. At the same time, we should also focus on the role and influence of guangyongyu in social communication, delve into their functions and significance in cultural inheritance and social interaction, promote the integration of idiomatic research with social practices, and enhance the value and role of idiomatic research in practical applications.

In summary, as an interdisciplinary field of study, the historical research of guangyongyu faces challenges but also holds tremendous potential and opportunities for development. Through continuous exploration and innovation, we can gain a more comprehensive understanding and grasp of the development laws and intrinsic mechanisms of guangyongyu, promote idiomatic research to higher levels and broader fields, and make new contributions to the development of human linguistics.

References:

1. Zheng, X. (2015). Early Chinese Language Learning and Cross-cultural Interpretation [Dissertation, Fujian Normal University].
2. Li, X. (2012). A Comparative Study of guangyongyu Related to Body Parts in Chinese and Korean [Journal Article, Journal of Language and Literature Studies (Foreign Language Education and Teaching)].
3. Mo, H. (2014). Research on Chinese Cultural Words in Advanced Chinese Rapid Learning Textbooks [Dissertation, Central China Normal University].
4. Zhu, H. (2016). Research on Pinyin Spelling Rules of Three-syllable guangyongyu Based on Database [Dissertation, Ludong University].
5. He, J. (2017). Research on Teaching Chinese Appellations Based on Korean Students [Dissertation, Northeast Normal University].
6. Kong, J. (2015). Investigation of Oral Style Rhetorical Questions and Application Research in Teaching Chinese as a Foreign Language [Dissertation, Shandong University].
7. Ma, L. (2017). Case Analysis of Cross-cultural Communication of Chinese Learners in Kazakhstan [Dissertation, Xinjiang University].
8. Zhang, M. (2015). Research on the Compilation of Cultural Textbooks for Foreigners Learning Chinese — «Study in Shandong» [Dissertation, Shandong Normal University].
9. Lee, Y. R. (2017). A Comparative Study of Metaphors in Chinese and Korean Food Vocabulary [Dissertation, East China Normal University].
10. Chen, S. (2015). Research on the Educational Thoughts of Laozi and Teaching Chinese Culture to Foreigners [Dissertation, Ludong University].

Пушкинский текст в лирике XX века (в стихотворениях-песнях Б. Окуджавы и В. Высоцкого)

Прасолова Юлия Алексеевна, студент магистратуры
Воронежский государственный педагогический университет

В статье рассматриваются пушкинские мотивы и реминисценции в творчестве российских бардов XX века. Было выяснено, что пушкинские традиции творчески осваивались и трансформировались в русской литературе XX века. Этот процесс постоянно имел место и в таком новаторском жанре, как авторская песня. В работе представлен анализ стихотворений Б. Окуджавы «Счастливчик», «Былое нельзя воротить, и печалиться не о чем...» и В. Высоцкого «Песня о вещем Олеге», «Я к вам пишу». Вни-

мание направлено на пушкинские тексты и образы в лирике поэтов-бардов. Основу данного исследования образуют следующие методы: описательный, культурно-исторический, интертекстуальный, сравнительно-сопоставительный, социальный.

Ключевые слова: Пушкин, Окуджав, Высоцкий, реминисценции, авторская песня, поэт, стихотворение, текст.

Одной из актуальных задач отечественного литературоведения является изучение литературных связей и особенностей функционирования классической традиции в поэзии и прозе русских поэтов и писателей XX века. В этом контексте творчество Б.Ш. Окуджавы представляет особый интерес. Синтез в его творчестве поэзии и прозы, актуализация проблемы бардовской песни как народного, национального искусства, гуманистический пафос — все это сделало Окуджаву властителем дум целого поколения и обусловило его глубинную связь с традициями национальной культуры.

В поэтическом пантеоне Булата Окуджавы образ Пушкина занимает одно из центральных мест. «Всечеловечность русского гения, уникальное свойство пушкинской литературы соединять в себе несоединимое позволяет Окуджаве воспринимать Пушкина как воплощённый идеал» [1, с. 23].

Среди лирической пушкинианы Булата Окуджавы выделяется стихотворение, озаглавленное при первой публикации «Счастливчик» (1967), но в устных выступлениях поэта неизменно именуемое «Счастливчик Пушкин»; под этим названием оно напечатано в итоговой книге «Чаепитие на Арбате» (1996). Комментарием к тексту может служить признание Окуджавы в одном из интервью, в котором он говорил, что только в сорок лет почувствовал Пушкина и стал смотреть на его произведения совершенно иным взглядом.

Другую сторону лирической субъективности Окуджавы оценил в своё время Ю.М. Лотман; полемизируя с Б.Ф. Егоровым по поводу своей биографической книги о Пушкине, он сделал стихотворение аргументом в защиту научной концепции: «... на мой взгляд, лучше всех Пушкина понял не исследователь, а поэт — Булат Окуджава. В его стихотворении «Александр Сергеевичу хорошо, ему прекрасно...» больше понимания личности Пушкина, чем во многих академических трудах, и я полностью разделяю пафос его последних строк: «Ему было за что умирать у Черной речки...»» [5, с. 347]. Подводя итог, Ю.М. Лотман определил героя своей книги как бы на языке Окуджавы: «Пушкин мне видится победителем, счастливцем, а не мучеником» [5, с. 348].

Пушкин в изображении Окуджавы — и некая светская икона, и живой человек, он нам близок, но и далек одновременно, это не близкий друг-приятель, а глубокоуважаемый Александр Сергеевич. Ему, как и Моцарту, свойственна простота гения. Пушкин находит путь к сердцу каждого русского человека:

*«И всё ему просто:
деньги в долг давали ему до самой смерти!..
Жандармы его стихи на память заучивали...
Даже царь приглашал его в дом...»* [7, с. 123].

При всем драматизме судьбы Пушкин был все-таки «счастливчиком», доказывает Окуджава. Его любила и читала вся

Россия, и время, в которое он жил, называют «пушкинской эпохой».

Через образ Пушкина Окуджава пытается показать девятнадцатый век, опоэтизировать его. Окуджава — романтик, поэтому весь дворянский век для автора — эталон поэтического и жизненного поведения. В подтверждение сказанного можно обратиться к стихотворению «Былое нельзя воротить, и печалиться не о чем...». Однако у поэта на первый план выходит не столько реальное время, сколько собственный поэтический образ былой эпохи, противопоставленный современности:

*«Былое нельзя воротить, и печалиться не о чем,
у каждой эпохи свои подрастают леса...
А все-таки жаль, что нельзя с Александром Сергеевичем
поужинать в «Яр» заскочить хоть на четверть часа.*

*Теперь нам не надо по улицам мыкаться ощупью.
Машины нас ждут, и ракеты уносят нас вдаль...
А все-таки жаль, что в Москве больше нету извозчиков,
хотя б одного, и не будет отныне... А жаль»* [7, с. 216].

Пушкин здесь — «символ тоски о прошлом, овеванном ореолом романтики, своеобразная молитва о вечном, несбыточном» [4, с. 126]. Окуджава не стремится поставить свое имя рядом с именем Пушкина, напротив, он признает превосходство Пушкина и гордится им. Александр Сергеевич у него — «свой» и «родной» человек и одновременно — недостижимый Бог.

В течение всей своей творческой жизни постоянно обращался к произведениям А.С. Пушкина и В.С. Высоцкий. Юмористические стихотворения Высоцкого, в которых весьма вольно пересказываются пушкинские сюжеты, у некоторых критиков вызвали представление о том, что Высоцкий проявляет кощунственное неуважение к творчеству классика. Однако в последние два десятилетия опубликованы серьезные работы ряда исследователей творчества Высоцкого (Б.С. Дыхановой и Г.А. Шпилевой, А.В. Кулагина и др.), в которых доказывалось, что Высоцкий не ставит задачей пародирование Пушкина, а через «сказочный мир ... смотрит на современную себе действительность» [2, с. 73], передает её несовершенство, состояние кризиса. По мнению известного высокоцковеда В.И. Новикова, само использование реминисценций у Высоцкого во многом идет от пушкинских традиций: «по-новому, творчески, неожиданно раскованно, как это делал Пушкин» [6, с. 79].

В стихотворении Высоцкого «Песня о вещем Олеге» явно ощущается присутствие героя-рассказчика. Этот человек дает своего рода фольклорный вариант пушкинского текста. История Олега передается в сниженном плане: в таком пересказе «врата Царьграда» становятся «воротами», вместо «вдохновенного кудесника» предстает человек, который «шепелявит чего-то», и волхвы, «разящие перегаром». Это «заземление» истории князя Олега как бы переносит ситуацию летописного сказания, поэти-

чески воссозданную Пушкиным, в реальную жизнь. В то же время трагическое по сути событие не воссоздается всерьез, как у Пушкина: о нем рассказывает повествователь, не без юмора передающий хрестоматийно известный факт:

*«Злая гадюка кусила его —
И принял он смерть от коня своего»* [8, с. 23].

Но переосмысление текста идет отнюдь не произвольно, а обусловлено идейно-тематическим содержанием пушкинского произведения.

Песня Высоцкого, имея в основе пушкинский источник, делает акцент на противостоянии князя и волхвов, причем, конфликт между ними у поэта нового времени становится резче: не князь спрашивает кудесника о своей судьбе, а волхвы пытаются предостеречь Олега. Это вызывает особое раздражение князя: действия волхвов, с его точки зрения, совершенно не мотивированы. Такая смелость по отношению к «могучему владыке» должна быть наказуема:

*«Ну, в общем, они не сносили голов —
Шутить не можете с князьями!
И долго дружина топтала волхвов
Своими гнедыми конями»* [8, с. 23].

Смерть Олега в стихотворении Высоцкого проистекает не оттого, что такова его судьба, а потому, что он не послушался волхвов. Таков не только Олег, но и другие власть имущие. А между тем князь обрел бы подлинное величие, послушав волхвов, представляющих наиболее мудрую часть народа.

Литература:

1. Абельская, Р.Ш. Каждый пишет, как он слышит. Поэтика Булата Окуджавы. Екатеринбург: УГТУ — УПИ, 2008. — 56 с.
2. Дыханова, Б.С., Шпилева Г. А. «На фоне Пушкина...» (К проблеме классических традиций в поэзии В. С. Высоцкого)//В. С. Высоцкий: исследования и материалы — Воронеж, 1990. — С. 73.
3. Кулагин, А. В. Поэзия В. С. Высоцкого. Творческая эволюция. — Москва: Серии б/и, буква Б, 1997. — С. 149.
4. Левина, Л. А. Грани звучащего слова. Эстетика и поэтика авторской песни. — Москва: Нефть и газ, 2002. — 252 с.
5. Лотман, Ю. М. Письма: 1940–1993. Москва: Языки славянской культуры, 2006. — 800 с.
6. Новиков, В. И. Высоцкий / В. И. Новиков. — Москва: Молодая гвардия, 2002. — 412 с.
7. Окуджава, Б. Избранное. Стихотворения. — Москва: Московский рабочий, 1989. — 335 с.
8. Песни и стихи Владимира Высоцкого: каталог / сост. А. Петраков. — Москва: ГЦКМ В. С. Высоцкого, 1995. — 64 с.

Стихотворение «Я к вам пишу» не только заставляет вспомнить строки из романа «Евгений Онегин», но и несмотря на шуточный характер поднимает тему очень важную и для Пушкина, и для Высоцкого. В этой песне говорится о той «народной тропе», которая проложена к творчеству Высоцкого:

*«Найдя стократно вытертые ленты,
Все хрип мой разбирали по слогам,
Так дай же Бог, мои корреспонденты,
И сил в руках, да и удачи вам!»* [8, с. 54].

Для истинного поэта очень важна связь с читателем, а еще очень важно чутко уловить ход времени. Стараясь осмыслить эту проблему, Высоцкий вновь обращается к Пушкину в стихотворении «Люблю тебя сейчас...» По мнению литературоведа А. В. Кулагина, Высоцкий в этом стихотворении отнюдь не полемизирует с Пушкиным, у которого «прошлое — уже в прошлом, будущее — еще только в будущем; сейчас же есть лишь только настоящее» [3, с. 61]. Впрочем, у Высоцкого в стихотворении несколько иная ситуация, чем в стихотворении пушкинском: у него нет оснований сомневаться в чувствах лирической героини, поэтому любовь для него находит свое полное выражение в настоящем времени.

Прошлое у Высоцкого предстает как настоящее. В этом как раз и проявляется феномен искусства: оживить прошлое, сделать его настоящим.

Как видим, авторская песня развивалась в русле классических традиций, вела диалог с Пушкиным, в новое время решая проблемы, поднятые им (власть и «маленький человек», «судьба художника», «народные идеалы и реальная жизнь»).

Способы перевода концепта love в творчестве группы Within Temptation

Савичева Ульяна Игоревна, студент магистратуры

Научный руководитель: Бабина Людмила Владимировна, доктор филологических наук, профессор

Тамбовский государственный университет имени Г. Р. Державина

В статье предложено краткое описание концепта love в текстах песен группы Within Temptation и рассмотрены некоторые способы перевода языковых единиц, репрезентирующих концепт.

Ключевые слова: Within Temptation, концепт, когнитивная лингвистика, концептуальный анализ текста, перевод.

В современной науке на протяжении нескольких десятилетий остаются востребованными когнитивные исследования языка. Ученых интересуют процессы категоризации и концептуализации мира. Данная статья сосредоточена на изучении способов перевода языковых единиц, репрезентирующих концепт love. В качестве материала для исследования были выбраны тексты песен нидерландской рок-группы Within Temptation. Группа была основана в 1996 году и играет в специфическом музыкальном жанре, известном как «симфо-рок» или «готик-рок». Хотя эта жанровая принадлежность условна, она может рассматриваться как доминантная. В текстах песен группы находят отражение основные человеческие проблемы, такие как смерть, свобода, взаимоотношения людей и прочие. Творчество Шарон ден Адель отличается эмоциональностью и образностью, поэтому оно представляет интерес для исследования.

По результатам исследования, выбранный концепт получает объективацию в 29 песнях. Его содержание дает представление о близких, родственных, романтических отношениях, часто с трагическим исходом или о том, как переживается трагедия, неудачный опыт. Ввиду специфики музыкального жанра часто встречаются религиозные мотивы. Языковые средства выражения концепта love, присутствующие в текстах песен группы Within Temptation, были проанализированы с точки зрения перевода. Поскольку художественный, поэтический перевод песен сложен, он редко обнаруживается в свободном доступе, однако тексты переводят. Чаще всего это так называемый пользовательский перевод, который может быть и любительским, и профессиональным. Именно через него широкий круг иноязычных слушателей может познакомиться со смыслом, вложенным в песню. В рамках данного исследования использовались переводы, представленные на крупнейших сайтах «Лингво-лаборатория» «Амальгама» и lursense.com. Наиболее репрезентативные примеры будут описаны далее.

В переводах песни The Last Time сочетание *you love them to death* передаётся дословно, однако в первом случае осуществляется лексико-грамматическая замена:

But the truth is *you love them to death*...

(1) Но правда в том, что *ты влюблён в них до смерти*...

(2) Но истина в том, что *ты любишь их до смерти*.

В песне «Restless» используется слово *embraced*, первый вариант перевода содержит уточнение: дополнение местоимения *его*, перевод не вполне эквивалентен, ввиду использования настоящего времени. Во втором варианте глагольное время соот-

ветствует оригиналу, но изменена структура: сделан акцент на действие за счет переноса глагола в конец предложения:

She *embraced*, with a smile.

(1) Она *обнимает* его с улыбкой.

(2) Она с улыбкой *обняла*.

Ассоциативная единица *embrace* присутствует не только в песне, представленной выше. Рассмотрим два перевода текста «Our Farewell». В первом из них лексема выражена эквивалентом *объятий*, во втором — использована конкретизация *тепло рук*:

I can almost see your smile

Feel the warmth of your embrace

(1) Я даже вижу твою улыбку

Чувствую тепло твоих объятий

(2) Я почти могу увидеть твою улыбку,

Почувствовать тепло твоих рук.

В переводах песни «The Promise» глагол *hold (tight)* в обоих случаях передан через языковые единицы, семантика которых включает сему ‘объятие’, при этом второй переводчик прибегает к добавлению, раскрывающему суть лексемы в оригинальном тексте (*стараясь удержать*), в первом же случае акцент не на удерживании (*hold*), а на силе объятия (*tight*):

I held you tight to me

(1) Я так крепко сжимала тебя в объятиях...

(2) Я обнимала тебя, стараясь удержать...

В песне «Another Day» также обнаруживается несколько средств выражения рассматриваемого концепта. Переводчики по-разному подходят к передаче средств на русский язык. Так, например, глагол *take (love) into* был воспринят переводчиками различным образом. Он имеет первичное значение ‘приносить’. Оба переводчика прибегают к контекстуальной лексико-семантической замене: во втором случае *переносу* соотнесено со временем глагола оригинального текста и ближе к значению ‘приносить’ (*перенесу* — ‘возьму с собой’ — ‘принесу’); вариант *оставлю* скорее относится к другому значению (семантическому признаку) глагола *перенести* — ‘отложить’ (на другой день). *I fell in love with your ways* в первом варианте перевода передаётся дословно, во втором же — сочетание *with your ways* генерализуется, переводится одним местоимением *тебя*, без уточнения о привычках и образе жизни:

I take my love into another day

In my thoughts you're with me

I fell in love with your ways.

(1) Я оставляю свою любовь на другой день.

В моих мыслях ты со мной,

Я влюбилась в твой образ, твои манеры.

(2) *Я переносу свою любовь в другой день.*

В моих мыслях ты со мной.

Я влюблена в тебя.

В песне «All I Need» присутствует метафорическое выражение *see the heart of me*. Во втором варианте перевода оно передается калькой, в первом наблюдается частный случай описательного перевода со снятием образности. В качестве аналога можно было бы предложить русский фразеологизм *читать в сердце* — ‘хорошо понимать кого-то’, но этот вариант не встречается:

Can you still *see the heart of me*?

(1) Ты всё ещё *видишь, что я чувствую?*

(2) Ты все еще *понимаешь мое сердце?*

В тексте песни «Sinéad» автор использует метафорическую номинацию *signals of love*. Лексема *signals* передана аналогом *знак*, хотя могут быть варианты, такие как *сигналы*, *послания*. Оригинальный текст содержит инверсию *have you left*, в переводе эта часть перенесена в начало предложения для более удобного восприятия:

I've gotta try it's not over yet

No signals of love have you left.

Я должна попытаться, ещё не всё кончено.

Ты не оставила никаких знаков любви.

В тексте песни «And We Run» раскрывается мысль о связи любви и свободы. В представленном фрагменте переводчиками принято решение объединить два предложения в одно сложное. В первом варианте почти сохраняется синтаксическая структура оригинала, подобран эквивалент; во втором варианте перевода синтаксическая конструкция упрощена, но смысл передается похожим образом:

You *were never free*,

And you *never realized*.

And *love*, is a *word you've never heard*.

(1) Ты *никогда не был свободен*

И *никогда этого не понимал*,

А *любовь* — это *слово*,

Которого ты никогда не слышал.

(2) Ты *никогда не был свободен*,

Никогда не понимал этого

И *никогда не слышал слова «любовь»*.

В припеве текста присутствует образное выражение *killing love*. Это словосочетание предложено перевести как *смертельная любовь*, где для *killing* выбран аналог, а для *love* — эквивалент. В другом варианте используется лексическая замена — прилагательное заменено существительным-приложением *убийцей*:

And we run for this *killing love*.

(1) Мы бежим за *любвью-убийцей*.

(2) И мы бежим вслед за этой *смертельной любовью*.

В тексте «Covered By Roses» несколько средств выражения концепта. Глагол *explode* имеет первичное значение ‘взорваться’, переводчики подобрали аналоги, которые сочетаются по смыслу с лексемой *particles*, переданной в одном случае как *частицы*, в другом — как *мелкие части* (описательно). Первый вариант предлагает стилистическое преобразование фразы *love is always here*, так как слово *пребудет* относится к книжной лексике. Во втором варианте *is* передается глаголом *жила*, что является контекстным аналогом, и *here* передается конкретизацией в нем — ‘в сердце’. Идиома *carved in stone* в первом случае переведена описательно, по значению фразеологизма, второй же вариант предлагает кальку:

I feel my heart explode to particles,

Love is always here and I told you so.

Restless in dreams, love carved in stone

(1) *Я чувствую, как моё сердце разлетается на частицы,*

Я же говорила: *любовь всегда пребудет здесь*.

Неутомимую в мечтах *любовь не изменить...*

(2) *Я чувствую, как моё сердце разбивается на мелкие части,*

Любовь всегда жила в нём, я ведь тебе говорила.

Неутомимая в своих мечтах *любовь высечена в камне...*

Еще один репрезентативный пример — песня «Firelight». Выражение *be in the way* в контексте песни имеет эквивалент в русском языке — ‘*стоять поперек дороги*’, в представленных переводах предложен другой эквивалент *стоять на пути*. Глагол *go away* может быть передан как *исчезнуть*, но в обоих случаях, исходя из предыдущей фразы и контекста, находятся иные аналоги: *никогда не покидает* и антонимическое — *остаётся навсегда*:

Isn't it strange that *love is in the way?*

It never goes away

(1) Разве не странно, что *любовь на нашем пути?*

Она никогда не покидает...

(2) Разве не странно, что *любовь мешает?*

Она остаётся навсегда.

Итак, исходя из транслатологического анализа, в большинстве рассмотренных подстрочных переводов авторы стремятся к эквивалентной передаче языковых единиц и калькированию. Но поскольку в языке перевода не всегда находятся эквиваленты, довольно частотным оказывается способ передачи языковых средств с помощью аналогов. Были также обнаружены случаи экспликации, лексико-грамматической и синтаксической замены, антонимического перевода. Способы разнообразны, но, поскольку основными являются эквивалентный перевод и передача языковых средств с помощью аналогов, можно сделать вывод, что концепт может репрезентироваться в русском и английском языках похожим образом, но с некоторыми несущественными расхождениями.

Влияние социальных сетей на китайский язык (на примере TikTok)

Чжан Шань, студент магистратуры

Научный руководитель: Глушкова Светлана Юрьевна, кандидат филологических наук, доцент
Казанский (Приволжский) федеральный университет

В статье автор исследует влияние социальной сети TikTok на китайский язык.

Ключевые слова: TikTok, социальные сети, онлайн-коммуникация, язык, коммуникативные практики.

С появлением социальных сетей язык онлайн-коммуникации стал более разговорным, экспрессивным и использование сокращений и эмодзи стало распространенным. Это отражает изменение коммуникативных практик и подчеркивает эволюцию языка в онлайн-среде. Кроме того, эмодзи и стикеры заменяют невербальные средства, делая коммуникацию более наглядной и привлекательной.

TikTok, запущенный в 2016 году, позволяет публиковать короткие видео, ведя прямые эфиры и обмениваясь сообщениями. Слияние с Musical.ly в 2018 году увеличило его аудиторию. Платформа популярна за счет встроенного редактора видео, разнообразия контента и простого интерфейса. Пользователи активно взаимодействуют, но администрация следит за достоверностью информации и борется с дезинформацией, удаляя поддельные видео, особенно касающиеся COVID-19.

В настоящее время в TikTok (Китай) работают более 10000 авторов, занимающихся созданием коротких видеороликов, демонстрирующих традиционную культуру. Среди них около 1000 признаны звездными создателями, каждый из которых имеет более 500 000 поклонников [1, с. 125].

Яркими примерами являются Ши Ихун из школы Мэй Шанхайского пекинского оперного театра, представивший захватывающие исполнения классических произведений пекинской оперы, таких как «Гора кукушки». Точно так же Сюй Бяосинь, актер национального уровня из Шанхайского театра Юэ, представляет сложные представления, такие как «облачная практика», а преподаватель вокала Сун Пипин из Шанхайского муниципального художественного музея очаровывает публику народными песнями Шаньси, такими как «Oh Liang Liang».

Институциональные пользователи также вносят значительный вклад: организации в культурной, музейной и оперной сферах взаимодействуют с аудиторией. Например, во Всемирный день театра в 2023 году Центральный комитет Коммунистического союза молодежи запустил акцию под названием «Хочу посмеяться от «национальной сути»», которая собрала почти 3,2 миллиарда просмотров и способствовала повышению интереса к пекинской опере среди молодежи.

Центр защиты наследия провинции Шаньси выпустил около 1200 коротких видеороликов, демонстрирующих более 40 проектов, не связанных с наследием, в том числе «Тень Хуачжоу», глиняную скульптуру Фэнсян, вышивку Чэнчэн и «Красный кулак». Аккаунт Национального музея в TikTok (Китай) запустил серию под названием «Изучение коллекции Национального музея», в которой рассказывается о происхождении, структуре, дизайне, функциях и ценности различных

артефактов, с юмором упоминая, что у «Терракотовых воинов» более 100 000 товарищей.

В китайском TikTok акронимы и аббревиатуры играют ключевую роль в коммуникации молодежи. Акронимы представляют собой слова, образованные из начальных звуков или слогов более длинных фраз или выражений. Они часто используются как самостоятельные слова и воспринимаются как цельные единицы языка. Отличительной особенностью акронимов от других форм аббревиатур является то, что они произносятся как полноценные слова, а не как набор отдельных букв или звуков.

Примером такого использования может служить акроним «TGIF» (Thank God It's Friday), который прочно вошел в деловую лексику как выражение радости по поводу наступления выходных. Этот акроним не только экономит время при общении, но и переносит эмоциональную окраску, усиливая связь между участниками коммуникации.

В контексте китайского TikTok, аналогичным образом, акронимы, такие как «LOL» (Laugh Out Loud) или «OMG» (Oh My God), становятся неотъемлемой частью общения, придавая контенту легкость и динамичность. Эти акронимы сэкономили миллионы символов, превращая сложные эмоциональные реакции в компактные выражения.

Помимо этого, акронимы также способствуют формированию собственного языка сообщества, что создает еще более сильные связи между его участниками. Например, вместо традиционного выражения «谢谢» (xièxiè), что означает «спасибо», пользователи могут использовать акроним «thx», который, несмотря на англоязычное происхождение, успешно вписывается в китайский интернет-контекст.

В китайском TikTok существует множество моделей сокращения слов и фраз, которые позволяют пользователям экономить время при общении и создавать более компактные выражения. Одной из распространенных моделей является усечение части компонентов словосочетаний, при этом сохраняются смыслообразующие элементы [2, с. 86].

Например, словосочетание «业余大学» (Yèyúdàxué), что означает «университет с заочным обучением», сокращается до «业大» (Yèdà). Это позволяет быстро и эффективно передавать тот же смысл, используя менее символов. При этом исходное и сокращенное выражения могут существовать параллельно, или же сокращенная форма может полностью вытеснить исходную.

Сокращенные слова и выражения активно заимствуются из других языков, в основном из английского, и интегрируются в китайский язык. Например, сокращение «BF» (бойфренд) ис-

пользуется молодыми китайцами вместо более длинного выражения «男朋友» (nán péngyou), что означает «парень». Это явление демонстрирует гибкость и адаптивность китайского языка к новым лексическим трендам, а также влияние межкультурных коммуникаций на его развитие.

Например, выражение «网友» (wǎngyǒu), что переводится как «интернет-друг», может быть сокращено до «友» (yǒu), сохраняя основной смысл и обозначая пользователя интернета. Этот подход позволяет сократить количество символов в сообщениях, не утратив при этом информационной ценности выражения.

На платформе TikTok такие сокращения пользуются популярностью, так как они помогают пользователям быстро и кратко выражать свои мысли и эмоции в интересной и непринужденной форме.

В китайском языке существует много сокращений, которые основаны на принципе созвучия и напоминают цифры. Это связано с тем, что китайский язык обладает высоким уровнем омонимии, то есть множеством слов, звучащих одинаково, но имеющих разные значения. Из-за этого возник специфический тип сокращений, который уникален для китайского языка.

Например, английское сокращение «404» означает «Couldn't find it», а в китайском языке «748» (читается как qī sībā) обозначает «去死吧» (qù sǐ ba), что переводится как «Пойди умри», «Отстань». Кроме того, в китайском языке такие цифровые сокращения могут передавать даже целые фразы, например, код «259758» имеет значение «爱我就要娶我吧» (Я хотел бы, чтобы ты вышла за меня замуж) [3, с. 66].

Такие сокращения пользуются особой популярностью среди китайской молодежи, потому что они позволяют передавать значимые сообщения с помощью небольших кодов, что удобно и эффективно в современном интернет-общении. На платформе TikTok такие сокращения широко используются, добавляя креативности и остроты в выражении мыслей и эмоций.

Графический сленг, включающий язык эмодзи и различные gif-изображения, является одним из популярных типов интернет-лексики TikTok в Китае. В то время как в Америке смеющийся до слез смайлик является самым распространенным, в Китае аналогичный смайлик также пользуется огромной популярностью.

Однако китайские пользователи обращают большее внимание на специфические эмоции, соответствующие их менталитету. В частности, смущение и выражение уважения являются двумя наиболее распространенными эмоциями, которые активно используются в китайском графическом сленге. На платформе WeChat, аналоге WhatsApp в Китае, можно найти около 7 различных смайликов, отображающих смущение.

Литература:

1. Ван Синхуа, Русские и китайские молодежные жаргонизмы как проявление национальной лингвокультуры и объект научного исследования. — Сибирский филологический журнал, 2017.
2. Гальперин И. Р. О термине «сленг». — МНКО, 1956.
3. Ли Сяобай, Полишук Е. В. Заимствования из английского языка в китайском языке (методический аспект). — МНКО, 2018.
4. Битков, Л. А. Социальные сети: между массовой коммуникацией и межличностным общением. — Вестник Челябинского государственного университета, 2012.

Китайцы предпочитают графические изображения, которые лучше отражают их эмоциональное состояние и соответствуют их культурным особенностям. Это делает их коммуникацию более выразительной и удобной в онлайн-общении. На TikTok китайские пользователи часто используют эти графические средства для передачи эмоций и создания веселого контента.

Еще одним видом сленга, о котором стоит упомянуть, является «ситуативный» сленг. С ростом популярности телевизионных сериалов и реалити-шоу появился новый вид сленга — фразы, случайно произнесенные актерами или вырванные из контекста кинофильмов, которые мгновенно становятся хитом в интернете. В китайском контексте такие выражения чаще всего появляются из китайских фильмов и сериалов и быстро вошли в обиходный словарный запас. Китайцы активно используют эти фразы в онлайн-общении, что делает их общение более ярким и выразительным. На платформе TikTok китайские пользователи часто создают и делятся видео, включающими такие ситуативные фразы, что придает их контенту особый шарм и привлекательность.

Например, в китайском интернете вирусной фразой стала фраза «我酸了» («Wǒ suān le»), что в переводе означает «Я кислый». Эта фраза стала популярной после того, как звезда интернета выразила своё разочарование и недовольство. Затем пользователи начали использовать эту фразу для выражения своего раздражения или недовольства ситуацией, при этом добавляя немного юмора.

Еще одним известным примером является фраза «别跟我唠嗑» («Bié gēn wǒ láo kē»), что можно перевести как «Не болтай мне уши». Эта фраза происходит из одного из китайских шоу, где персонаж выразил своё нежелание слушать назойливые разговоры. Теперь эта фраза активно используется в различных ситуациях, чтобы выразить своё желание избежать бессмысленного общения или назойливых бесед [4, с. 37].

Таким образом, анализ влияния социальных сетей, особенно платформы TikTok, на китайский язык показывает не только эволюцию языковых практик, но и формирование уникального онлайн-языка, который отражает культурные особенности и предпочтения китайской молодежи.

На примере TikTok становится ясно, что онлайн-коммуникация способствует развитию более экспрессивного и разнообразного языка, включающего в себя акронимы, сокращения, графический сленг и ситуативные фразы. Эти языковые инструменты помогают пользователям выражать эмоции, создавать связанные сообщества и делиться контентом в более доступной и увлекательной форме.

Влияние речи журналиста на его имидж

Чугреева Ангелина Витальевна, студент магистратуры
Тульский государственный педагогический университет имени Л. Н. Толстого

В статье автор исследует связь речи журналиста и его имиджа.

Ключевые слова: имидж, журналист, речь.

Имидж — искусственный образ, формируемый в общественном или индивидуальном сознании различными средствами с целью формирования определённого отношения к объекту. Идеальный имидж соответствует представлениям социального субъекта о самом себе и реальному образу в обществе. Границы идентичности совпадают с зоной свободы и ответственности. Если идентичность не достигнута, может возникнуть озабоченность имиджем.

Говоря про имидж журналиста, стоит отметить две стороны: как имидж человека и как имидж журналиста, представляющего СМИ. В первом случае имидж формируется самим журналистом, во втором — может меняться в зависимости от места работы.

Основным инструментом журналиста всегда было и остаётся слово. Поэтому важным аспектом работы журналиста является способность находить и использовать подходящие слова в конкретном контексте, которые не только передают информацию, но и воздействуют на общественное мнение, помогают аудитории ориентироваться на ценности и развивают культуру общения. Каждое слово, произнесенное журналистом, оказывает влияние на слушателей. Однако даже самые правдивые утверждения не всегда принимаются всеми без исключения. Общество всегда ставит под сомнение достоверность высказываний и событий, пытаясь выявить причины и последствия. Человек часто принимает решения и действует в соответствии со своими убеждениями, поэтому изменение взглядов и принципов влечет за собой изменение тактики поведения.

Речь журналиста играет важную роль в формировании его имиджа и восприятии его аудиторией. Какими словами он пользуется, какую информацию подчеркивает и как организует свой рассказ — все это влияет на то, как его воспринимают другие люди. Речь журналиста должна быть четкой, логичной и достоверной, чтобы вызывать доверие у аудитории и создавать положительное впечатление о нем как профессионале.

Многие исследователи считают, что современный журналист несет ответственность за формирование языковых предпочтений аудитории и культурного развития в целом [1]. Он должен быть осведомлен о тенденциях и изменениях в языке, следить за правильностью и точностью использования слов и выражений. Поимого этого, журналист должен уметь адаптировать свой стиль и подход к различным аудиториям, учитывая их языковые особенности и культурные контексты. Важно также учитывать влияние социокультурных факторов на языковое развитие и использование в средствах массовой информации.

В средствах массовой коммуникации важно понимать роль культуры речи, ее проблемы и тенденции. Искусство красноречия зародилось в древности, изучение культуры речи про-

водилось учеными. Современные журналисты важны как фигуры, отражающие состояние речевой культуры и влияющие на предпочтения зрителей.

Речь журналистов и тексты в СМИ отражают изменения в русском литературном языке. Профессиональные программы на телевидении и радио формируют культуру речи, особенно ведущего. В современном обществе наблюдаются изменения в языке, такие как расширение лексики, приближение к реальности, отказ от идеологизации.

Меняются и условия публичного общения, то есть ослабевает цензура, у каждого человека появляется возможность открыто выражать свои мысли, и каждый зритель может оценить профессионализм и красноречие медийной личности. Эти изменения оказывают положительное влияние на развитие языка.

Вместе с тем полученные социальные эффекты и текущая практика не в полной мере обеспечивают нужную результативность и не всегда соответствуют стремительно меняющимся реалиям. Заимствованные слова и жаргонные обороты все больше укрепляют свои позиции в речевой культуре современного общества, что особенно заметно среди молодого поколения. Также отмечается истощение лексических и фразеологических ресурсов.

Анализируя современные тенденции, можно увидеть, что характерными стилистическими особенностями речи, звучащей из динамиков и с экранов телевизоров, являются эмоциональная окраска, призыв к действию, общедоступность. Эти качества часто приводят к неточному использованию выражений, внедрения жаргона, просторечий, сленга в высказываниях, не являющихся литературной нормой. Большая часть аудитории считает, что средства массовой информации транслируют эталонную речь. Но, к сожалению, это не всегда правдиво.

Распространенной ошибкой работников телевидения и радио также является то, что ведущие используют слишком высокую скорость в своей речевой деятельности. Это порождает неразборчивую дикцию. Кроме того, часто бывают случаи, когда вещание отклоняется от нормы орфоэпии. Часто гости студии допускают ошибки в ударении на словах. В прямом эфире могут быть неточно использованы слова и словосочетания.

Высокий уровень речевой культуры журналиста неизбежно влияет на широкую аудиторию, формируя языковую культуру общества. Грамотное умение говорить, используя все богатство словарного запаса русского языка, является главным критерием профессионализма ведущего, помимо прочих преимуществ.

Журналисты используют публицистический стиль речи в прессе, на радио и телевидении, чтобы быстро и легко транс-

лизовать последние новости из России и всего мира, комментировать текущие события, поднимать злободневные проблемы и вопросы для на обсуждение публике. Речь, звучащая в эфире, является устной разновидностью публицистического стиля.

Культура речевого этикета требует адекватной оценки ситуации и выбора принятых слов. Нарушение правил может привести к грубости и разрушению коммуникативного контакта. Культура мышления включает формулирование мыслей, понимание цели общения и ориентацию в условиях общения. Культура языка подразумевает соблюдение орфоэпических, словообразовательных и грамматических норм. Культура речи отражает способ формулирования мыслей и включает умение связывать микротемы и перестраивать текст. Соматический язык, такой как жесты и мимика, может дополнять информацию или помешать ее пониманию.

Поскольку язык постоянно развивается, а средства массовой информации взаимодействуют как с литературным языком, так и с нелитературными формами национального языка, это приводит к расширению границ литературного языка. Представление о норме в общественном сознании меняется. Чем чаще журналист использует «нелитературные» слова в своей речи, тем быстрее они становятся, если не литературными, то приемлемыми для использования, хотя с определенными ограничениями. СМИ оперативно реагируют на появление новых слов и конструкций. Журналисты начинают их использовать в своих материалах, оказывая влияние на аудиторию и формируя языковой вкус своей аудитории.

Вопрос влияния речи журналистов на формирование новых языковых норм был изучен многими исследователями и лингвистами. Например, М. Б. Серпикова [2] отмечает, что в языке

СМИ всегда присутствует интерстилевое тонирование, проявляющееся в использовании элементов разных стилей, таких как жаргон, просторечие и разговорная речь. Использование таких элементов может привести к тому, что зрители перестают различать языковые нормы и принимают сниженные лексические единицы за стандарт. Однако иногда использование сниженной лексики может помочь журналисту привлечь внимание аудитории, поскольку такие элементы выделяются стилистически. Важно помнить, что демократизация языка может повысить доверие к журналисту со стороны аудитории, если он говорит на их языке. Однако профессиональный журналист должен уметь привлекать внимание к теме, не нарушая языковых норм, и способствовать развитию языковой культуры у зрителей.

Таким образом, можно заключить, что СМИ оказывают влияние не только на мнения общества, на события и проблемы, но также на нормы поведения, включая речевые. Речь журналиста должна быть точной, правильной, логичной, уместной и выразительной, как отмечают исследователи.

Журналист стоит перед задачей формирования мировоззрения, ценностных ориентаций и общественных идей. Массмедиа имеет значительное влияние на массовое сознание и общественное мнение, и для этого журналисты используют различные методы речевого воздействия, такие как доказывание, убеждение и внушение.

Чтобы привлечь внимание аудитории, журналисты все чаще прибегают к разговорной и упрощенной лексике, чтобы говорить на «одном языке» с аудиторией. Они также используют различные языковые приемы, такие как эпитеты, метафоры, сравнения, олицетворения и гиперболы, для создания ярких образов.

Литература:

1. Амбарцумян Маргарита Артуровна Особенности речевого поведения журналиста // Международный научный журнал «Слово в науке». 2023. № 12. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-rechevogo-povedeniya-zhurnalista> (дата обращения: 05.04.2024).
2. Серпикова М. Б. Язык и стиль СМИ: курс лекций. — М.: РУТ (МИИТ), 2017. — 333 с.

Молодой ученый

Международный научный журнал

№ 17 (516) / 2024

Выпускающий редактор Г. А. Кайнова

Ответственные редакторы Е. И. Осянина, О. А. Шульга, З. А. Огурцова

Художник Е. А. Шишков

Подготовка оригинал-макета П. Я. Бурьянов, М. В. Голубцов, О. В. Майер

За достоверность сведений, изложенных в статьях, ответственность несут авторы.

Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов материалов.

При перепечатке ссылка на журнал обязательна.

Материалы публикуются в авторской редакции.

Журнал размещается и индексируется на портале eLIBRARY.RU, на момент выхода номера в свет журнал не входит в РИНЦ.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ФС77-38059 от 11 ноября 2009 г., выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).

ISSN-L 2072-0297

ISSN 2077-8295 (Online)

Учредитель и издатель: ООО «Издательство Молодой ученый». 420029, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.

Номер подписан в печать 08.05.2024. Дата выхода в свет: 15.05.2024.

Формат 60×90/8. Тираж 500 экз. Цена свободная.

Почтовый адрес редакции: 420140, г. Казань, ул. Юлиуса Фучика, д. 94А, а/я 121.

Фактический адрес редакции: 420029, г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.

E-mail: info@moluch.ru; <https://moluch.ru/>

Отпечатано в типографии издательства «Молодой ученый», г. Казань, ул. Академика Кирпичникова, д. 25.