

**Министерство здравоохранения Российской Федерации**

Северный государственный медицинский университет  
Кафедра гуманитарных наук

**II МЕЖДУНАРОДНЫЙ МОЛОДЕЖНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ФОРУМ  
«МЕДИЦИНА БУДУЩЕГО – АРКТИКЕ»**

*Симпозиум 18*

**«ГТО: путь к здоровью северян»**

**Материалы межвузовской научной  
студенческой конференции**

**14 мая 2015 года**

**Выпуск III**

Архангельск  
2015

УДК [61 + 608.1+75](082)  
ББК 5я431 + 87.751.5я431  
М 42

**Редакционная коллегия:**

Г.Н. ЧУМАКОВА, доктор медицинских наук, профессор  
Т.И. ТРОШИНА, доктор исторических наук, доцент  
М.Ф. ЛОЗОВИЦКАЯ, кандидат исторических наук, доцент  
А.Ю. ЛАВРЕНТЬЕВА, кандидат философских наук  
М.А. СМЕРНОВА, кандидат исторических наук

**Составитель и ответственный редактор:**

А.В. МАКУЛИН, кандидат философских наук, доцент, заведующий кафедрой гуманитарных наук

*Печатается по решению редакционно-издательского совета  
Северного государственного медицинского университета*

**Медицина и гуманитарные знания: области соприкосновения:**  
М42 материалы межвуз. науч. студенч. конф.— Архангельск, 2014— .

**Вып. III** : ГТО: путь к здоровью северян : материалы межвуз. науч. студенч. конф. (Архангельск, 14 мая 2015 г.) / сост и отв. ред. А.В. Макулин. — 2015.— 175 с. : табл., диагр.— (II Международный молодежный медицинский форум «Медицина будущего Арктике», 13–14 мая 2015 г. Симп. 18).

**ISBN 978–5–91702–211–6**

В сборнике представлены статьи студентов и преподавателей СГМУ и САФУ им. М.В. Ломоносова. Они отражают основные направления научной работы кафедры гуманитарных наук СГМУ и развитие гуманитарных аспектов медицинского знания в рамках научного студенческого общества СГМУ.

**УДК [61 + 608.1+75](082)  
ББК 5я431 + 87.751.5я431**

**ISBN 978–5–91702–211–6**

© Северный государственный  
медицинский университет, 2015  
© Макулин А.В., составление, 2015

## СОДЕРЖАНИЕ

От составителя.....	5
---------------------	---

### **I. Комплекс ГТО: история, проблемы, перспективы**

<i>Долбаненко В.С.</i> Преграды на пути движения ГТО. Определения факторов, препятствующих внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди подростков .....	6
<i>Занина Т.В.</i> ГТО и здоровый образ жизни .....	14
<i>Запорова О.М.</i> Символы ГТО в фалеристике, филателии .....	16
<i>Игумнова С.А., Подольская А.Ю.</i> Отношение молодого поколения к соединению программы «ГТО» со спортивными молодёжными субкультурами.....	22
<i>Кичигина К.Е., Потапова В.А.</i> Здоровые зубы или спорт?.....	30
<i>Лаврентьева А.Ю.</i> Преграды на пути движения ГТО .....	37
<i>Окулов А.С.</i> ГТО. История исчезновения в СССР и появления в России .....	42
<i>Подьякова В.Д.</i> К вопросу о необходимости обновления норм ГТО .....	45
<i>Смирнова М.А.</i> История сокольского движения .....	47
<i>Статкевич Н.С.</i> ГТО и молодёжные спортивные субкультуры .....	53
<i>Андреева А.В., Сабуров Г.О.</i> Из истории ГТО. Уникальная выставка в Музейном комплексе СГМУ .....	60

### **II. История и медицина. Философские вопросы медицины**

<i>Дитятев Г.Г.</i> Антагонистические и неантагонистические противоречия: модернизация понятий.....	64
<i>Лозовицкая М.Ф.</i> Некоторые теоретические аспекты формирования организационной культуры компании .....	69
<i>Макулина Е.Ю.</i> Город, семья, дети. Многоэтажная ловушка.....	74
<i>Минак М.С.</i> История интимной гигиены .....	78
<i>Повилайтис А.В.</i> Курс «История Отечества» в медицинском вузе: особенности преподавания дисциплины .....	87
<i>Такиulina Е.С., Булатова Е.А.</i> Дофилософское мировоззрение.....	92

### **III. Актуальные проблемы биоэтики**

<i>Берников М.А.</i> Эмоциональное состояние как показатель работоспособности .....	100
---	-----

*Лозовицкий Д.В., Матюнина В.Д.* Особенности комплексной медико-социальной реабилитации инвалидов вследствие ампутации нижних конечностей..... 106

*Обухова А.Д., Попова О.В.* Одиночество как болезнь ..... 112

#### **IV. Неклассические проблемы медицины**

*Бекетова Е.В.* Влияние кино на человека. Кинотерапия ..... 115

*Борисенко А.В., Лебедев И.М.* Искусственное вмешательство в характер человека ..... 118

*Киприянова Ю.А., Жукова Ж.В.* Обзор вмешательства различных религиозных догм в медицинскую практику и их последствия для здоровья людей ..... 123

*Карельская А.Н.* Больничная клоунада как форма оказания медико-психологической помощи ..... 125

*Тараненко К.Р.* Музыкотерапия..... 130

*Химаншу Г.* Йога..... 132

#### **V. Студенчество и медицина**

*Антонова И.Г.* «Айфонофилия» или «айфономания»? Потребность в качестве или дань моде? ..... 138

*Кирилловская А.Д., Соколова О.А.* Студент и электронные устройства: зависимость или необходимость? ..... 146

*Радченко Н.В.* Эпидемия «сэлфи» ..... 152

*Тарасова Ю.В., Цветкова К.В.* Плагиат и студент: академическая честность в студенческой сфере..... 155

*Чекалкина С.А.* Адаптация к экзаменационной сессии у 1 и 6 курса ..... 158

*Шалаурова А.Ю.* Проблема адаптации студентов-первокурсников медицинского вуза ..... 164

*Шишелова Д.С.* Что такое счастье? Уровень счастья у студентов СГМУ .... 168

## От составителя

Третий выпуск сборника продолжает заявленную в первом выпуске тему – «Медицина и гуманитарные знания: области соприкосновения» и обобщает опыт научно-исследовательской деятельности преподавателей кафедры гуманитарных наук Северного государственного медицинского университета, а также образованного на её базе научного студенческого кружка «Колумбово яйцо».

Основное содержание третьего выпуска сборника – материалы студенческой научно-практической конференции, проведённой 14 мая 2015 г. в рамках II Молодёжного медицинского форума «Медицина будущего – Арктике». Тема 18 симпозиума – «ГТО: путь к здоровью северян» – показала интерес студентов к дисциплинам, которые они изучают на кафедре. Традиционные разделы (II–V): История и медицина. Философские проблемы медицины; Актуальные проблемы биоэтики; Неклассические проблемы медицины; Студенчество и медицина – привлекают студентов. Особенно наполненным стал раздел, связанный со студенчеством. Открывает сборник раздел «Комплекс ГТО: история, проблемы, перспективы», он отражает материалы проведённой конференции «ГТО – путь к здоровью северян». Конференция предварялась практическим действием – тестовой сдачей 26 апреля 2015 г. норм ГТО, в которой принимали участие и студенты, и преподаватели. Праздничное настроение в этот день помогли создать сотрудники государственных автономных учреждений Архангельской области: «Центр патриотического воспитания и допризывной подготовки молодёжи» (А.В. Буглак, А.Н. Тугаринов) и «Центр развития массового спорта» (С.В. Владыкин), спортивный клуб СГМУ (В.М. Едовин), с которыми кафедра гуманитарных наук активно сотрудничает.

Внутри разделов материал расположен по алфавиту первого автора. В студенческих статьях указан научный руководитель. Публикации преподавателей не выделены из общего массива статей, а включены в соответствующие тематике заглавий разделы. Статьи снабжены библиографическими списками литературы и сносками.

Приглашаем заинтересованных лиц (студентов вузов, аспирантов, преподавателей) принять участие в следующем выпуске, где наряду с традиционными пятью разделами, будет шестой, посвящённый информационной безопасности и влиянию её на здоровье населения.

# **I. Комплекс ГТО: история, проблемы, перспективы**

## **ПРЕГРАДЫ НА ПУТИ ДВИЖЕНИЯ ГТО. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ФАКТОРОВ, ПРЕПЯТСТВУЮЩИХ ВНЕДРЕНИЮ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» СРЕДИ ПОДРОСТКОВ**

**ДОЛБАНЕНКО Валерия Сергеевна**  
Архангельск, Россия

Северный государственный медицинский университет  
кафедра гуманитарных наук

3 курс. Стоматологический ф-т

E-mail: [leriya.valeriya@yandex.ru](mailto:leriya.valeriya@yandex.ru)

Науч. рук.: канд. филос. наук, зав.каф. КГН СГМУ  
**МАКУЛИН Артём Владимирович**

*Аннотация: В нашей стране возрождается Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». На этом пути его ждут серьёзные преграды, связанные с современными традициями общества. Отношение к спорту и комплексу ГТО у школьников г.Онеги выявил проведённый социологический опрос.*

*Ключевые слова: ГТО, преграды, социологический опрос, школьники Онеги.*

В 1930 г. «Комсомольская правда» обратилась к народам СССР с призывом быть здоровыми, сильными и спортивными. В обращении впервые говорилось о всесоюзных состязаниях на право получения значка ГТО («Готов к труду и обороне») [1].

Конечно, все мы помним, насколько славился наш народ и спортивными достижениями, и силой духа, с которой ничто не сравнится. Каких успехов добивался наш славный Советский Союз! Безусловно, в этом была огромная заслуга народа, на все эти достижения влияла и физическая подготовленность населения страны. Однако, в 1991 г., с распадом СССР, естественно, ушли в прошлое и нормы ГТО.

Указом Президента РФ от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)» утверждено положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»[2].

Действительно, возвращение к нормам ГТО – это очень важный шаг в развитии нашей страны, особенно в нынешнее, весьма непростое время. Народу необходимо подняться, восстановить в себе тот патриотизм, который

был у советского народа. Этот шаг также можно рассматривать как один из способов формирования здорового образа жизни, в чём также нуждается наше население.

О необходимости и оправданности внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» говорит очень многое. Тем не менее, следует обратить внимание и на другие факторы.

Ситуация в мире и в нашей стране с 1930 г. очень сильно изменилась: изменились идеалы, некоторые ценности, значительно возросли темпы жизни. Это говорит нам о существенных преградах на пути к возвращению к нормам ГТО.

Какие факторы представляют собой достаточно серьёзные преграды?

1. Изменение темпов жизни.

Это является значительным препятствием. Современные россияне практически всё своё время отдают работе, многие работают в нескольких учреждениях и даже иногда берут работу домой. У них уже не остаётся времени, чтобы пообщаться с детьми, правильно питаться, что уж там говорить о занятии физической культурой?

2. Пропаганда «асоциального» образа жизни.

В настоящее время существует значительная пропаганда неправильного образа жизни, в которой своеобразно участвуют многие знаменитости: рекламируются курение, безграничное употребление алкоголя, приём наркотических средств. Разумеется, при такой ситуации трудно говорить о ЗОЖ.

На данный фактор значительное влияние может оказывать отсутствие патриотизма у населения, вследствие чего люди гораздо легче подвергаются воздействию этих своеобразных «психологических вирусов», идущих к нам из-за границы.

3. Интернет.

Возможно, его следует поставить на первое место. Сейчас на улицах, в транспорте, в кафе часто можно увидеть людей со всевозможными гаджетами, увлечёнными поиском в социальных сетях. Это становится частью их жизни, без которой они не представляют своё существование.

Это, по моему мнению, лидеры из существующих преград.

Но вернемся к указу.

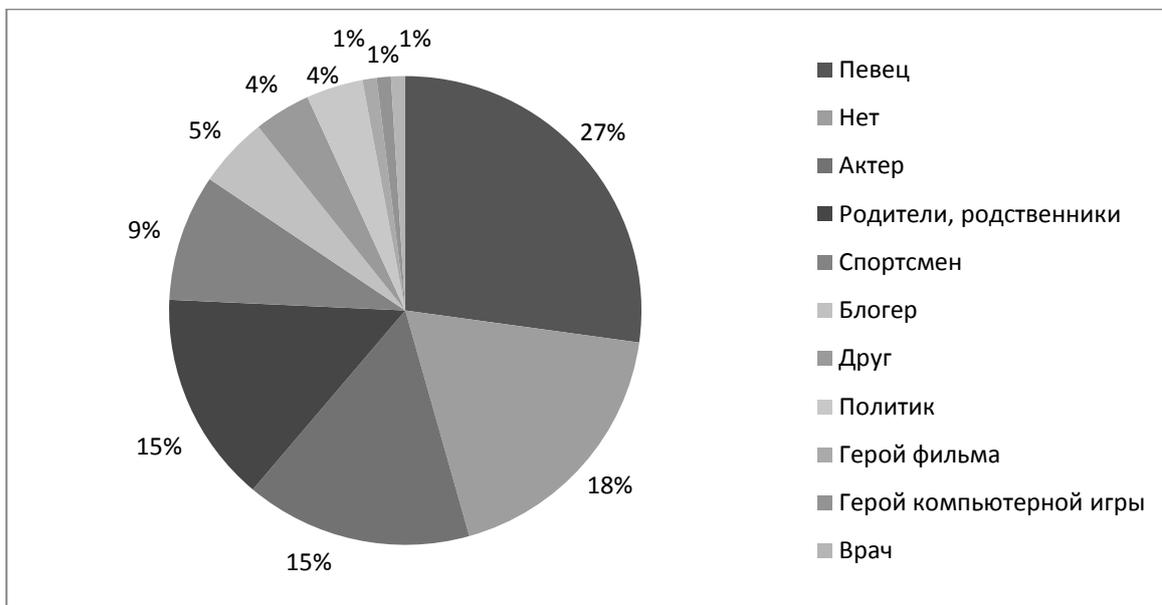
Началом возвращения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» является его внедрение в школы [3].

В ноябре 2014 г. на базе МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 4 г. Онеги» Архангельской области был проведён опрос среди учащихся

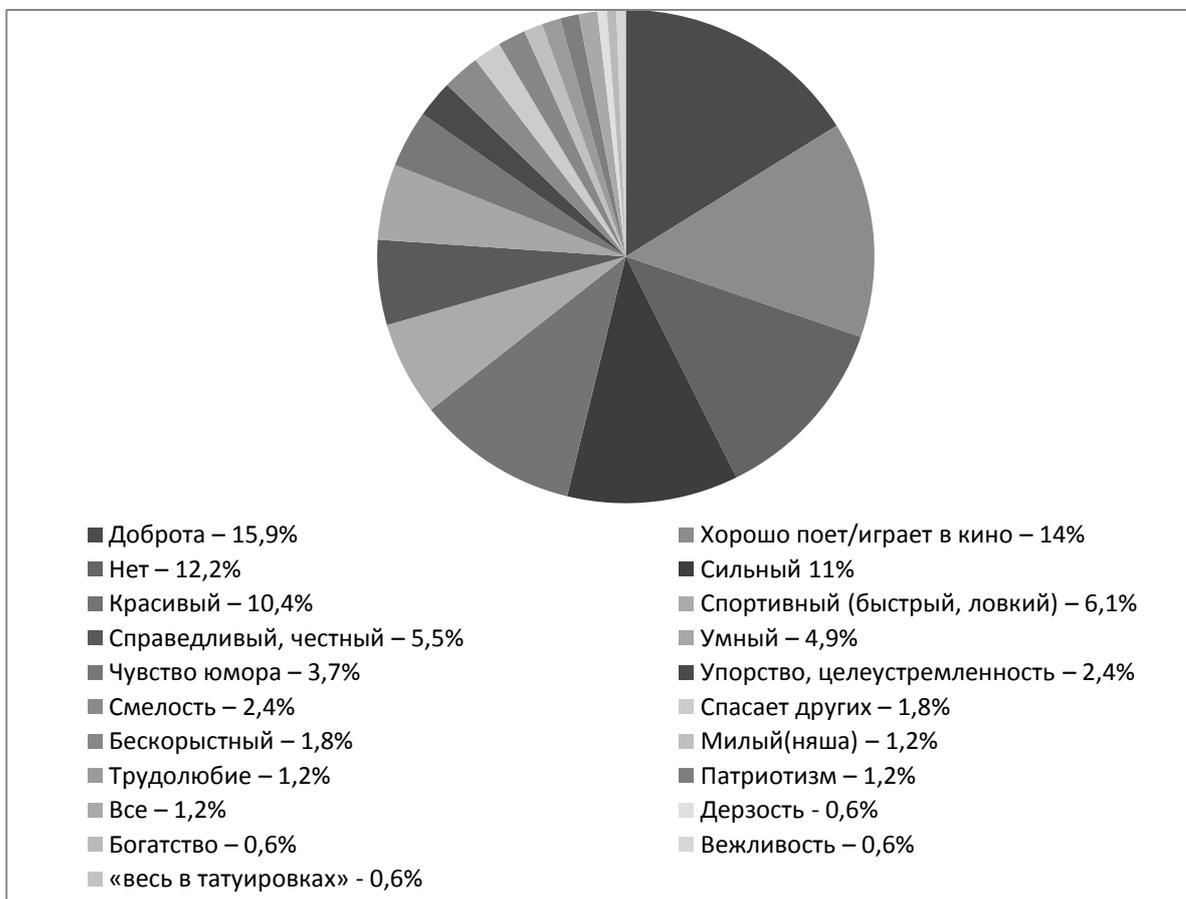
6–7 классов, целью которого стало выявление возможных факторов, препятствующих успешному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

В исследовании приняли участие 99 человек. Результаты опроса получились следующие:

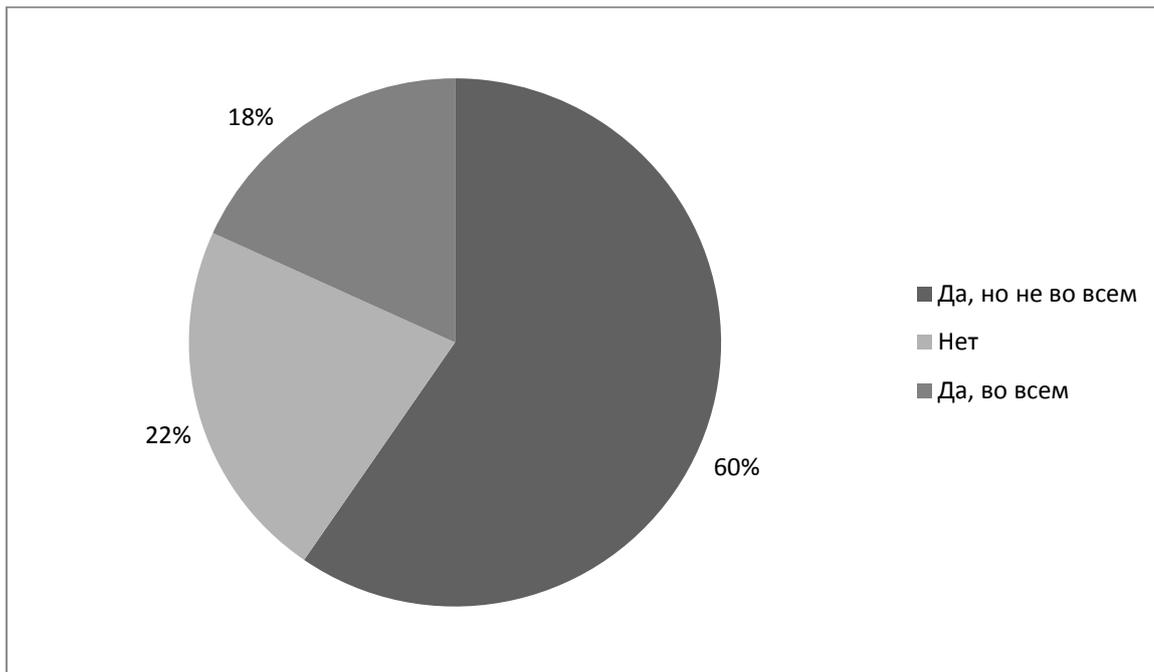
### 1. Ваш кумир?



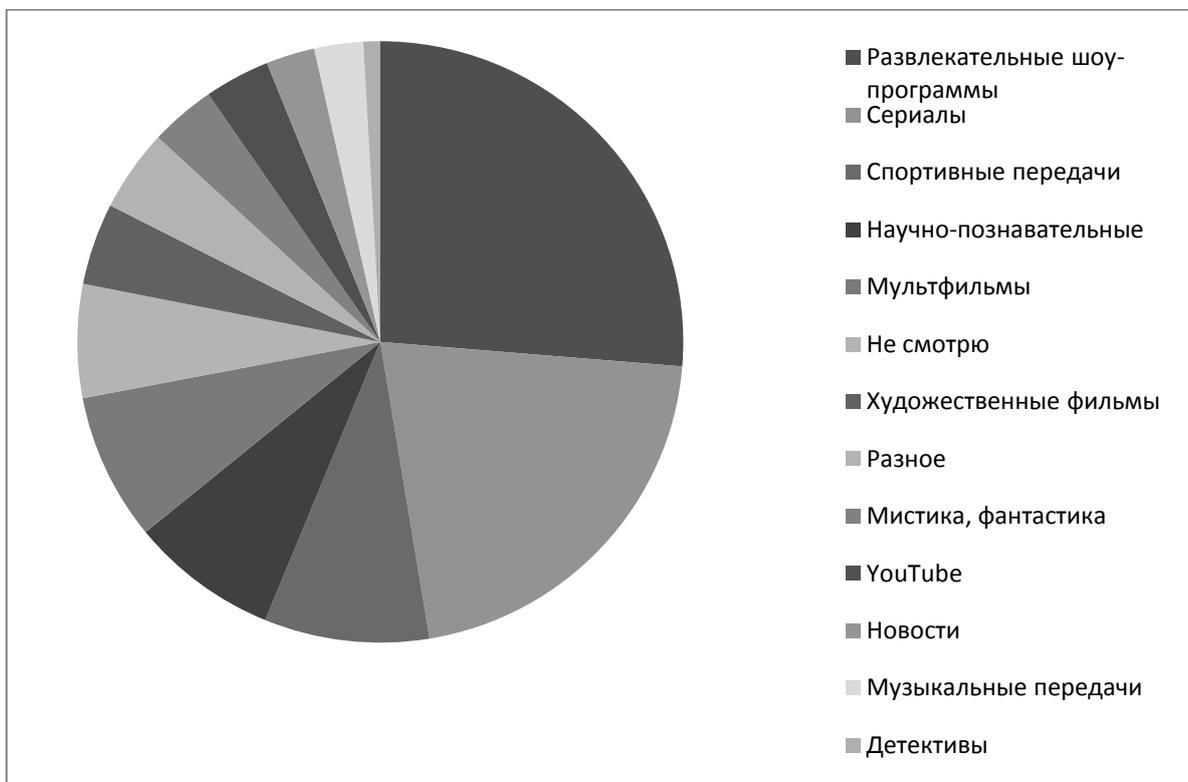
### 2. Какие качества Вы цените в нём/ в ней?



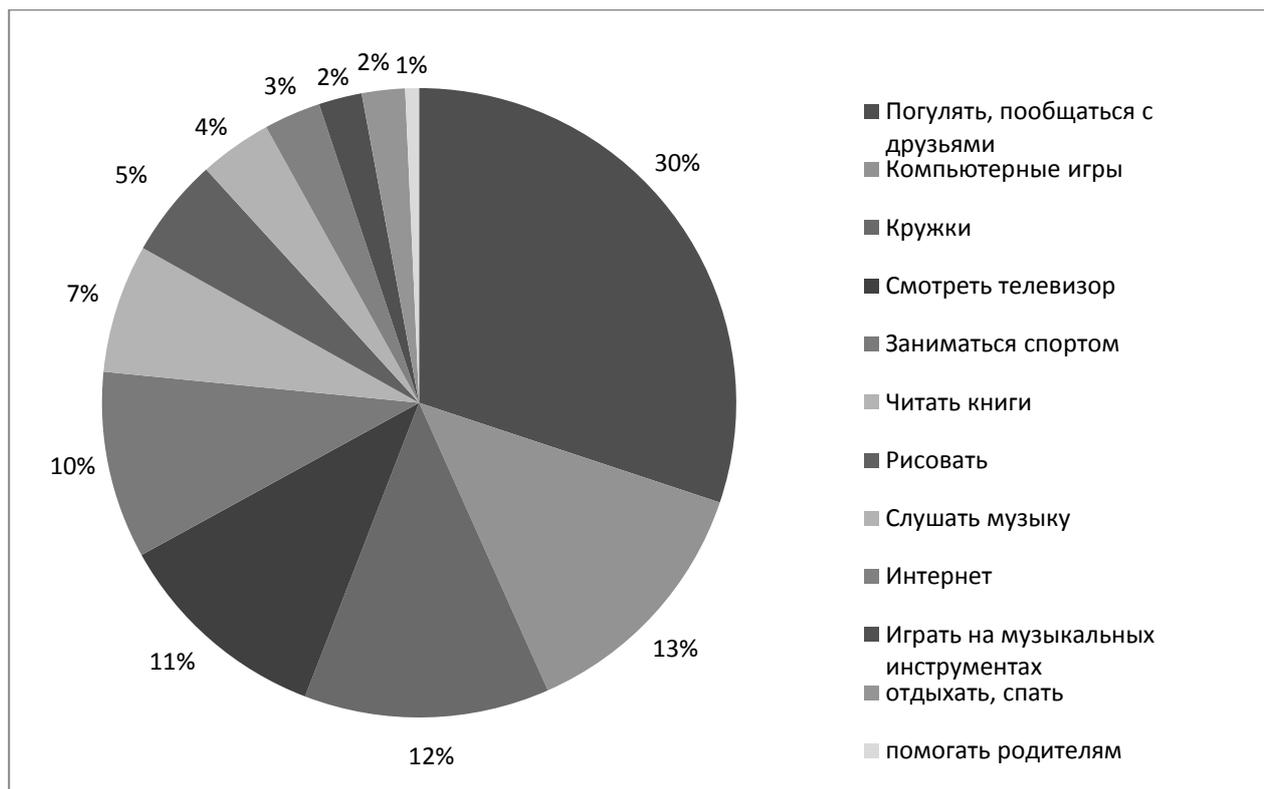
### 3. Стремитесь ли Вы подражать ему?



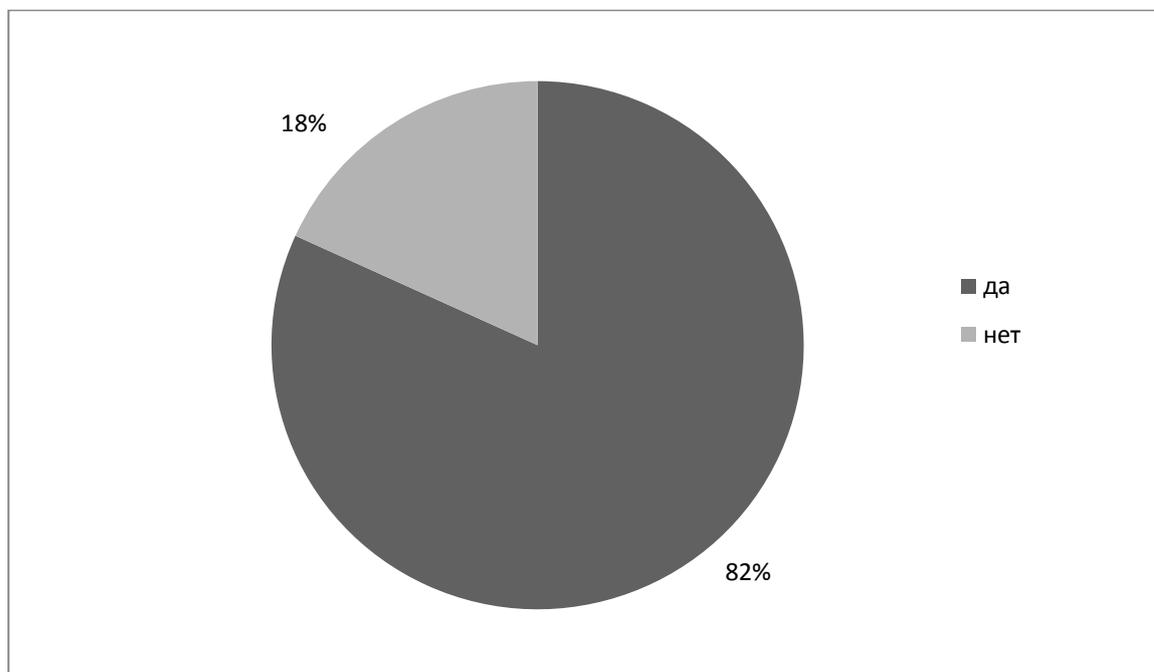
### 4. Какие передачи предпочитаете смотреть по телевизору/ в интернете?



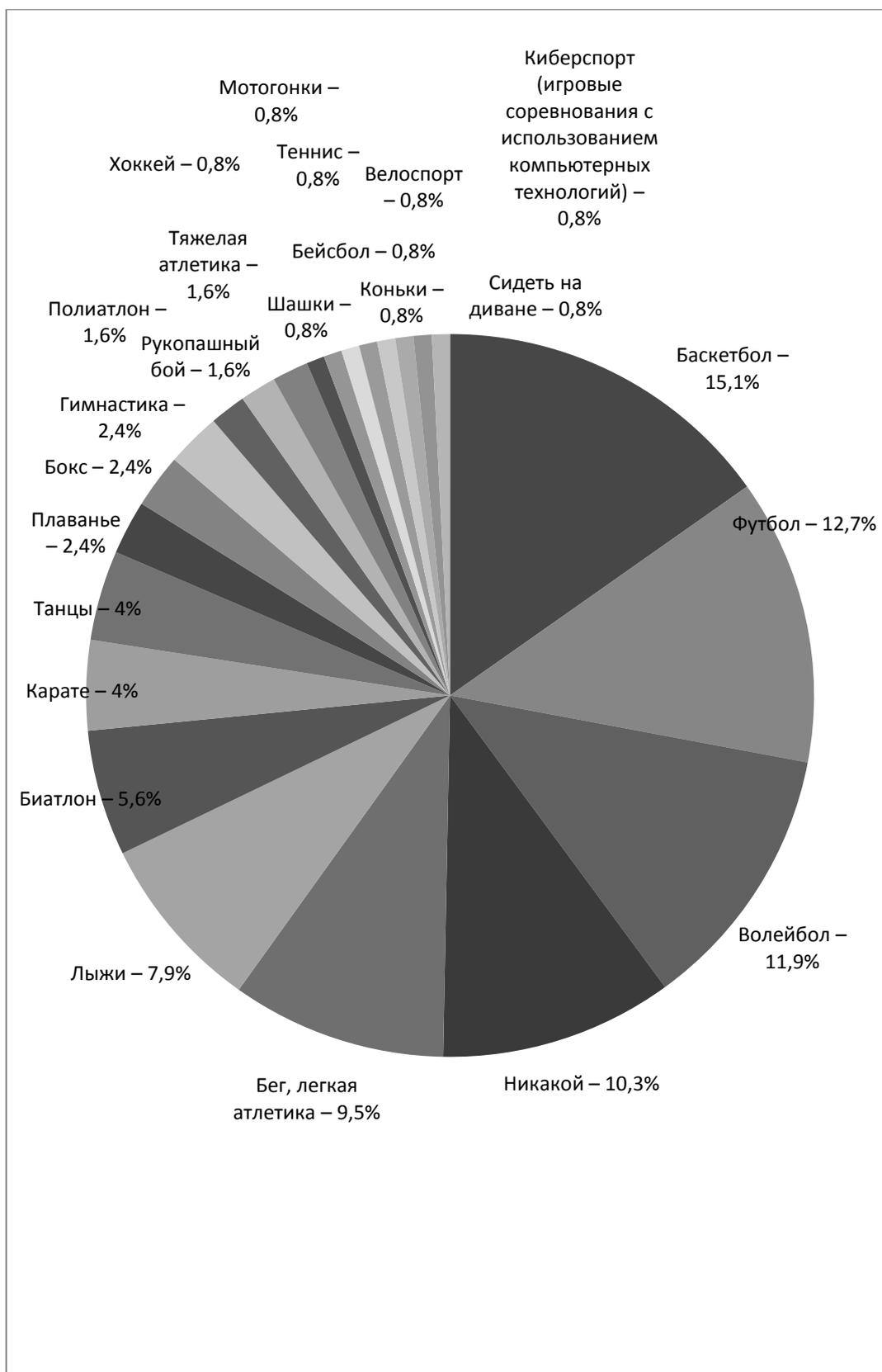
5. Чем бы Вы решили заняться в свободное время?



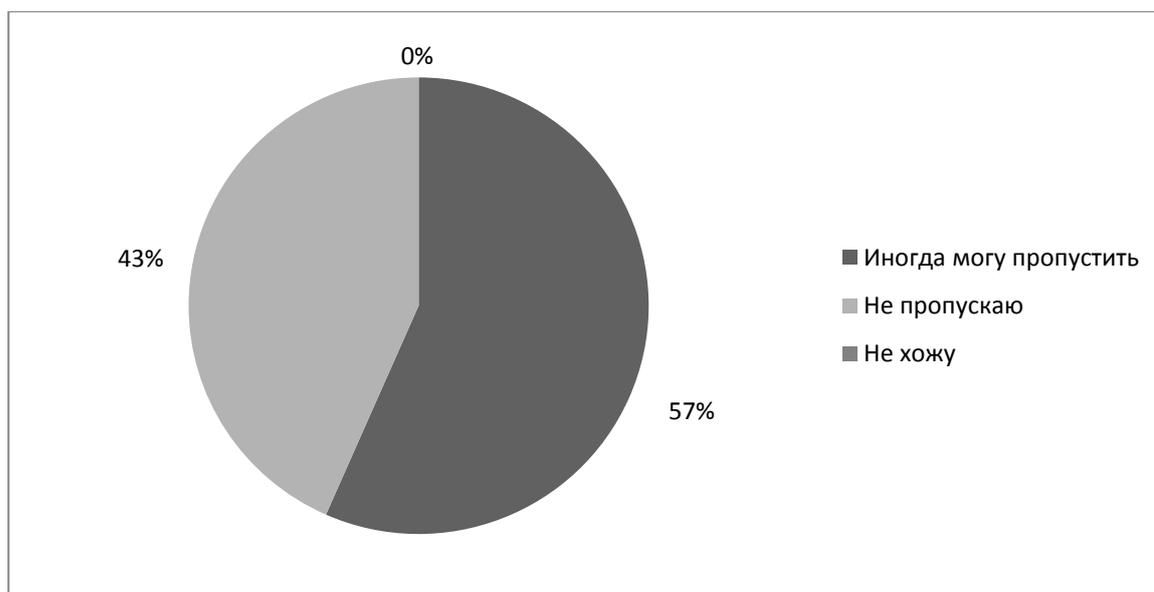
6. Любите ли вы заниматься спортом?



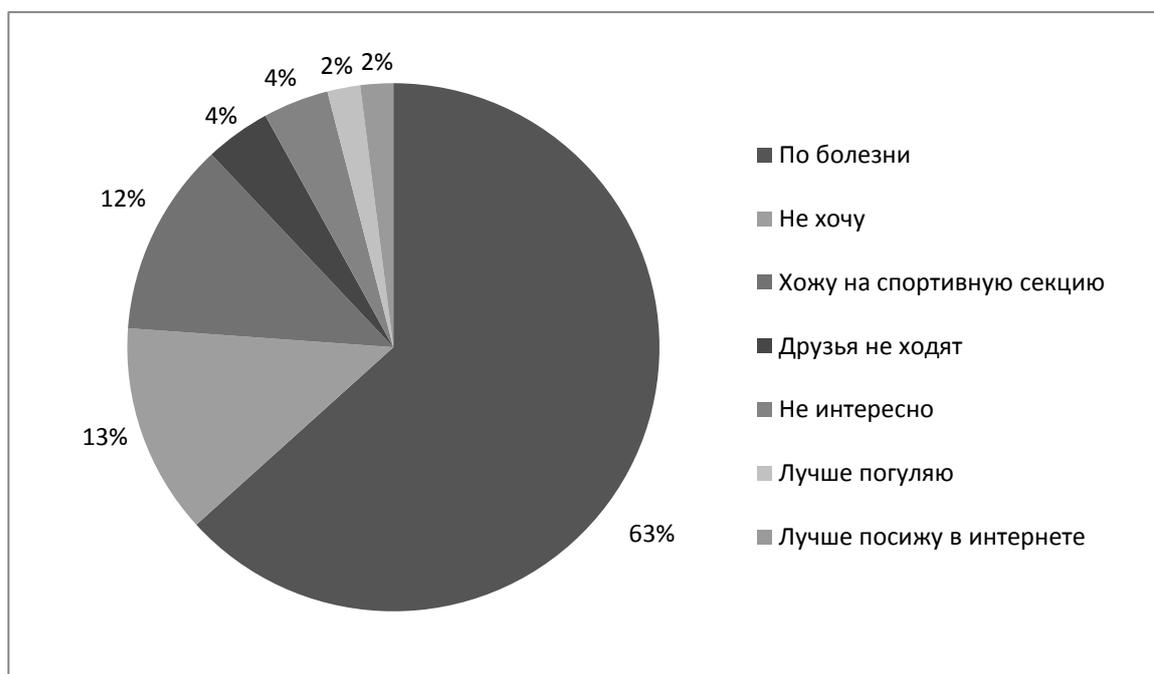
## 7. Какой вид спорта предпочитаете?



## 8. Посещение уроков физкультуры:



## 9. По какой причине пропускаете занятия по физкультуре?



По данным статистического исследования можно обратить особое внимание на следующие показатели:

- 1) Подавляющее большинство из числа опрошенных (81 человек) любят заниматься спортом, однако потратить на это своё свободное время решают лишь 13 человек из опрошенных.

- 2) Какой-либо спортсмен является кумиром у 9 человек. Идеалами большинства являются актёры, исполнители песен. Следует обратить внимание на то, что достаточный процент кумиров данной группы школьников (15%) занимают родственники.
- 3) Стремятся к подражанию своему кумиру большая часть опрошенных, что может считаться сильным влиянием на подростков.
- 4) Такие качества как спортивность, упорство и смелость имеют небольшой процент среди ответов.
- 5) Спортивные передачи находятся на третьем месте среди предпочитаемых передач и имеют невысокий процент ответов. Лидируют развлекательные программы.
- 6) В предпочитаемых видах спорта определяется большое разнообразие, что может говорить о заинтересованности учащихся.
- 7) Следует отметить посещаемость уроков физической культуры. Наблюдается хорошая посещаемость, а подавляющее большинство пропускают редко и по уважительной причине.

Оценив данные показатели, можно сделать вывод о том, что преграды к осуществлению поставленной цели всё же есть, однако они являются решаемыми.

Внедрение программы, начиная со школьников – это наилучший способ. Дети в наибольшей степени подвержены внешним влияниям, однако необходимо, чтобы эти влияния приводили к благим последствиям. К способам воздействия на учащихся с целью эффективного продвижения программы можно отнести:

- различные мотивирующие к спорту видео в сети интернет;
- проведение бесед с родителями, мотивация к ведению здорового образа жизни в семье;
- увеличение количества спортивных телепередач;
- увеличение проведения различных спортивных мероприятий на всех уровнях (от объектового до Всероссийского);
- проведение просмотров учащихся в российских спортивных клубах с целью повышения возможностей учащихся и мотивации;
- создание программ, направленных на воспитание патриотизма.

Возможно, что какие-либо из вышеперечисленных способов помогут внедрению программы. Хочется верить, что в нашей стране нормы ГТО займут прежнее место и мы будем добиваться не меньших успехов, что и во времена СССР и вернём славу нашего великого народа.

### **Библиографический список:**

1. <http://www.sportobzor.ru/a-vy-znaete/istoriya-gto-v-sssr.html>
2. <http://text.document.kremlin.ru/SESSION/PILOT/main.htm>
3. <http://www.gto-normy.ru/category/normativnye-akty/>

## **ГТО И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

**ЗАНИНА Татьяна Вячеславовна**  
Архангельск, Россия

**Северный государственный медицинский университет**  
**кафедра гуманитарных наук.**  
**2 курс Лечебный ф-т**

**E-mail: tan3954@yandex.ru**

**Науч. рук.: канд. филос. наук, ст. преподаватель КГН СГМУ**  
**ЛАВРЕНТЬЕВА Анна Юрьевна**

*Аннотация: Современное поколение не придерживается здорового образа жизни. Интенсивность труда современного человека, плохая экология, неправильное питание являются существенным фактором ослабления здоровья и роста числа различных отклонений в состоянии организма. Причинами этих отклонений является малоподвижный образ жизни – гиподинамия. Актуальность статьи состоит в том, чтобы мотивировать к увеличению двигательной активности и, кроме того, привлечь наибольшее количество людей к сдаче норм ГТО.*

*Ключевые слова: ГТО, здоровый образ жизни, двигательная активность, мотивация.*

В современном мире малоподвижный образ жизни для большинства людей – естественное времяпрепровождение, что сказывается на здоровье людей в целом. Это – неправильное питание и пассивное занятие физическими упражнениями. Невольно задаёшься таким вопросом: а что нужно предпринять, чтоб заставить современное поколение двигаться? Как мне кажется, лозунг «Готов к труду и обороне» (далее ГТО) – это возможность вернуть в современный мир движение, а, следовательно, и здоровье!

Комплекс «Готов к труду и обороне» – программа физкультурной подготовки в общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях в СССР, основополагающая в единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания молодёжи [6]. На сегодняшний день известен такой факт, что ГТО, прекративший своё существование с распадом СССР, вновь будет внедряться в учебные заведения [2].

Главной целью внедрения комплекса ГТО является повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, вос-

питании патриотизма и гражданственности, улучшении качества жизни граждан РФ.

Комплекс ГТО направлен на обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения. Основные задачи ГТО связаны с формированием у людей потребности в спорте [2]:

- увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом;
- повышение уровня физической подготовленности, продолжительности жизни граждан;
- формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, внедрении здорового образа жизни;
- повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;
- модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путём увеличения количества спортивных клубов.

Благодаря программе подготовки ГТО выросло не одно поколение здоровых и активных людей. Попробовать снова ввести комплекс ГТО, заставить людей двигаться и вести здоровый образ жизни, как мне кажется, очень верное решение!

Движение – жизнь! – это знали люди ещё с древних времен, но современное поколение ведёт пассивный образ жизни, приобретая при этом к наступлению пожилого возраста, множество заболеваний. А движение – это своеобразная профилактика от вредных привычек.

ГТО предлагает двигаться всем людям, мотивируя различными акциями. Так, при сдаче ГТО для школьников будут начисляться дополнительные баллы по ЕГЭ, что увеличит возможность поступления в учебное заведение. Также будут вручаться значки (бронза, серебро, золото), удостоверение, и даже денежное вознаграждение [2].

Студенты Архангельского государственного медицинского института (АГМИ) активно занимались спортом и участвовали в различных соревнованиях. Работа по физическому воспитанию студентов проводилась в советское время с учётом требований и задач, стоящих перед страной. В конце 1930-х гг. спортивные коллективы АГМИ принимали участие во многих соревнова-

ниях и особенно успешно – на лыжных мероприятиях. Молодые преподаватели АГМИ только за 1937/38 учебный год подготовили 84 значкиста ГТО 1-й ступени и 5 значкистов – 2-й [5]. Достижений в различных областях спорта было достаточно, как и сейчас в Северном государственном медицинском университете (СГМУ). Спортсмены СГМУ могут достойно сдавать нормативы и получать заслуженные значки ГТО.

Итак, соблюдение здорового образа жизни для современного поколения просто необходимо. Но, к сожалению, не каждый заботится о своём здоровье и о здоровье своих детей. Поэтому, ГТО – это возможность для современного человека заниматься физической культурой под лозунгом – «движение – жизнь!».

#### **Библиографический список:**

1. Воронов А.М. Перспективы внедрения Всероссийского физкультурного спортивного комплекса ГТО // «Здоровье – в школы! = Healthy school» : сб. статей по материалам IV Междунар. конгресса учителей физ. культуры и специалистов, пропагандирующих здоровый образ жизни. Петрозаводск, 2014.
2. «Здоровье – в школы! = Healthy school» : сб. статей по материалам IV Междунар. конгресса учителей физ. культуры, 25–29 июня 2014 г., г. Петрозаводск. Петрозаводск: КарНЦ РАН, 2014. 157 с.
3. Методические рекомендации по спортивной инфраструктуре в рамках реализации программы ГТО : проект / рук. проекта –Лахманский Е.С.
4. Указ Президента РФ от 24 марта 2014 г. №172 «О Всероссийском физкультурно – спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)». - <http://kremlin.ru/acts/20636>
5. [http://www.nsmu.ru/socium/sport\\_club/sport\\_life/](http://www.nsmu.ru/socium/sport_club/sport_life/)
6. [gto-normativy.ru/](http://gto-normativy.ru/)

## **СИМВОЛЫ ГТО В ФАЛЕРИСТИКЕ, ФИЛАТЕЛИИ**

**ЗАПОРОВА Ольга Михайловна.**  
Архангельск, Россия  
Северный государственный медицинский университет  
кафедра гуманитарных наук  
3 курс. Стоматологический ф-т  
E-mail: zap-olka1994@rambler.ru  
Науч. рук.: канд. филос. наук, зав.каф. КГН СГМУ  
МАКУЛИН Артём Владимирович

*Аннотация: История символики комплекса ГТО*

*Ключевые слова: ГТО, символика, фалеристика, филателия, филокартия*

Наверняка, те, кому недавно исполнилось двадцать, или же кто приближается к этому славному возрасту, либо совсем недавно переступил его рубеж, вряд ли смогут ответить на вопрос: «Что такое ГТО»? «Готов к труду и

обороне», – ответят некоторые знатоки. Отлично! Но хочется знать больше, неправда ли? Чтобы получить ответ, нужно немного вернуться к истории.

Комплекс ГТО возник в советское время и был основой системы физического воспитания в стране. В Большой Советской Энциклопедии можно найти следующую трактовку: «Физкультурный комплекс ГТО является основой современной системы физического воспитания, имеет целью всестороннее физическое развитие людей, укрепление и сохранение их здоровья, подготовку к высокопроизводительному труду и защите Родины, способствует формированию духовного и морального облика современного человека». Нельзя не согласиться, ведь каждый хочет быть «выше, быстрее и сильнее». Наверняка, у некоторых возник вопрос: «Но как же тогда справедливо оценить физические способности?». С этой целью были установлены определённые физкультурные нормативы.

Стоит заметить, что комплекс ГТО получил положительный отклик со стороны населения. Это был поистине один из немногих случаев, когда выдвинутые сверху нормативы вызвали у подавляющего числа интерес и желание их выполнять! Сдача нормативов подтверждалась специальными знаками – серебряными или золотыми значками ГТО соответствующих ступеней. Получить такой значок было престижно, заслуживало уважения. Это подкрепляло желание стремиться к большему, поэтому молодое поколение росло крепким и физически развитым. Достаточно посмотреть фотографии молодости наших бабушек и дедушек и мы найдём тому подтверждение!

Без сомнения, в каждой семье найдётся хотя бы один значок с символом ГТО. А вот что каждый из них значит и за какие заслуги был выдан, необходимо разобраться.

Первоначально комплекс ГТО состоял из одной ступени и включал в себя три возрастные группы. В комплекс входили не только физические упражнения, но и теоретические знания в области физической культуры и спорта.

Следует отметить, что возможность составить проект значка была предоставлена народу, и по результатам конкурса победителем стал 15-летний московский школьник Владимир Токтаров. В последующем окончательный вариант нагрудного знака был разработан художником М.С. Ягужинским.



*Значок "Готов к труду и обороне"  
1-й ступени 1931-1936 гг.*

Позже была введена вторая ступень, отличающаяся своей большей сложностью и необходимостью специальной подготовки.



*Значок "Готов к труду и обороне" 2-й ступени 1931-1937 гг.*

Не обошёл стороной комплекс ГТО и своих юных участников. Дети двух возрастных категорий: 13–14 и 15–16 лет, награждались значком «Будь готов к труду и обороне СССР» (БГТО).



*Значок БГТО 1934 г.*

Как говорится «ничто не вечно»... Так и комплекс ГТО со временем претерпевал изменения. Перемены коснулись и нагрудных значков. Тем, кому после сдачи нормативов ставилась оценка «отлично», выдавался значок «Отличник ГТО» соответствующей степени.



*Значок «Отличник БГТО», 1940 год*

*Значок «ГТО 1 степени», 1940 год*

*Значки «Отличник ГТО» 2 степени 1940-1946 годов  
(исполнение – серебро и бронза)*



*Значки БГТО и ГТО 1961 года*

В зависимости от уровня достижений, сдающие нормативы каждой степени награждались золотым или серебряным значком «ГТО». Те, кто добивались успеха в течение ряда лет награждались «Почётным значком ГТО».

Коснулась программа ГТО и Вооружённых сил СССР. Для этих участников была введена специальная степень «Военно-спортивный комплекс» (ВСК).



*Значки «Воин-спортсмен» I, II и III степеней, 1961 год*



*Золотой нагрудный знак «Воин-спортсмен», 1961 год*

В 1972 г. был создан полностью обновлённый комплекс ГТО. Новые изменения позволили обзавестись желаемым значком большому числу людей, а связано это было в первую очередь с расширением возрастных границ участников. Теперь почётным значком мог похвастать любой в возрасте от 10 до 60 лет!

Нельзя не заметить, какими красочными стали значки ГТО! Насколько дорого стали выглядеть эти полюбившиеся многим символы. И кстати о символах... Как видно, до 1972 г. значок украшал бегун, рвущий своей грудью финишную ленточку. Теперь же в центре находилось изображение пары бегунов – юноши и девушки. Неотъемлемой частью значков были знакомые всем пятиконечная звезда, пшеничные колосья, серп и молот.



*Значки ГТО, 1972 год*



*Специальная серия значков ГТО,  
выпущенная в честь «пяtilетки качества» (1972)*

Теперь, когда стало ясно, откуда же у наших любимых предков в семейных ценностях появились эти значки, возникает вопрос: «А чем же могли похвастать те, кто не мог принять участия в соревнованиях ГТО?».

А ответ окажется совсем прост, достаточно вспомнить, что любимым хобби многих детей было коллекционирование марок.

Почтовые марки и карточки ничуть не уступали по красоте почётным значкам ГТО. Вот некоторые из них:



Марка «*Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР»*», рисунок П. Бенделя



Серия «*Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР»*» (5 марок), рисунки С. Поманского, И. Дубасова, Н. Терморукова



А В И А



Куда \_\_\_\_\_

Кому \_\_\_\_\_

Индекс предприятия связи и адрес отправителя \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

© Министерство связи СССР, 1981. Л 38923 01.12.80. МТ Голякин. Зак. 8256. Ц. 5 к.

Почтовая карточка с юбилейной (50 лет) символикой Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР»

В них нашли своё место и сами значки ГТО, ставшие одним из символов советского времени, и символ революции – пятиконечная звезда, и символ единства рабочих и крестьян – серп и молот, и символ жизни и процветания – пшеничный колос.

Когда началась война, советские люди сумели на деле применить свою физическую закалку. Именно значкисты ГТО оказались самыми умелыми и надёжными защитниками Отечества. На это обращает внимание Маршал Советского Союза К.К. Рокоссовский: «Я вспоминаю красивые и прекрасные тридцатые годы, когда миллионы людей после работы шли на стадионы и спортплощадки сдавать нормы на значок ГТО... Маленький значок был символом мужества и доблести...».

В заключение нужно отметить, что советская эпоха – это поистине яркий и очень противоречивый период в жизни нашей необъятной страны. И у каждого из нас наверняка своё ощущение того времени. Комплекс ГТО со всеми своими испытаниями и вознаграждениями сам собой ушёл в прошлое после начала периода перестройки... И теперь остался в памяти многих наших родных одним из символов тех лет.

#### **Библиографический список:**

1. Хорошевский А.Ю. 100 знаменитых символов советской эпохи. М.: Фолио, 2009. 509 с.
2. URL: <http://www.smsport.ru/expo/katalog/gto/>
3. URL: [http://cosh21.narod.ru/istoria\\_gto.pdf](http://cosh21.narod.ru/istoria_gto.pdf)

## **ОТНОШЕНИЕ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ К СОЕДИНЕНИЮ ПРОГРАММЫ «ГТО» СО СПОРТИВНЫМИ МОЛОДЁЖНЫМИ СУБКУЛЬТУРАМИ**

**ИГУМНОВА Светлана Андреевна,  
ПОДОЛЬСКАЯ Алена Юрьевна  
Архангельск, Россия,  
Северный государственный медицинский университет,  
кафедра гуманитарных наук  
3 курс. Стоматологический ф-т  
E-mail: igum.svetlana@yandex.ru  
Науч. рук.: канд. филос. наук, зав. каф. КГН СГМУ  
МАКУЛИН Артём Владимирович**

*Аннотация: Анализ спортивных дисциплин, составляющих комплекс ГТО и предложения замены их на молодёжные экстремальные виды спорта*

*Ключевые слова: ГТО, молодёжные спортивные субкультуры, социологический опрос*

Сегодня при существовании массы спортивных школ, игровых площадок, различных спортивных секций, возросли возможности заниматься

физической культурой, но общее здоровье населения медленно катится вниз. Современные дети, подростки и те, кто постарше, вместо активной, спортивной жизни, всё чаще предпочитают многочасовые сидения за компьютером или телевизором, то есть ведут сидячий образ жизни. Для того, чтобы повысить уровень общей физической подготовленности, правительство нашей страны, предприняло меры по возвращению системы «Готов к труду и обороне».

Главными задачами данной программы являются: увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом; повышение их уровня физической подготовленности и увеличение продолжительности жизни, ведении здорового образа жизни среди всего населения, а также усовершенствование системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта, в том числе путём увеличения количества тренажёрных залов, спортивных клубов, физкультурно-оздоровительных комплексов.

Мы предлагаем связать систему ГТО с молодёжными субкультурами, ведь намного интересней сдать норму, к примеру, скатившись с крутого заснеженного склона на сноуборде, или же пробежать стометровку на стадионе. Данное взаимодействие программ ГТО и спортивных субкультур увеличит количество желающих заниматься спортом, а также будет способствовать бурному развитию различных видов спорта. В ходе нашей работы, целью которой являлось выяснение осведомлённости студентов СГМУ о существовании программы ГТО, оказалось, что молодое поколение о существовании в XX веке программы ГТО даже не догадывалось.

Нами был проведен социологический опрос, в котором участвовало 100 студентов в возрасте от 18 до 25 лет. Студенты обучались на разных факультетах СГМУ: лечебный – 36, стоматологический – 40, педиатрический – 12, медико-биологический – 3, медико-профилактический – 6, клинической психологии и социальной работы – 3 студента (см. диаграмму №1). Из них о существовании ГТО знали лишь 15 человек, 66 не знали, остальные студенты слышали от знакомых, родителей и прочих (см. диаграмму № 2).

Так же мы выяснили мнение студентов о нормативах, предлагаемых программой ГТО: 52 студента относятся положительно к сдаче нормативов, предложенных бывшей программой ГТО, 37 опрошенных нейтральны к нормативам и лишь 11 человек ответили, что это скучно (см. диаграмму № 3).

Диаграмма № 1 участников

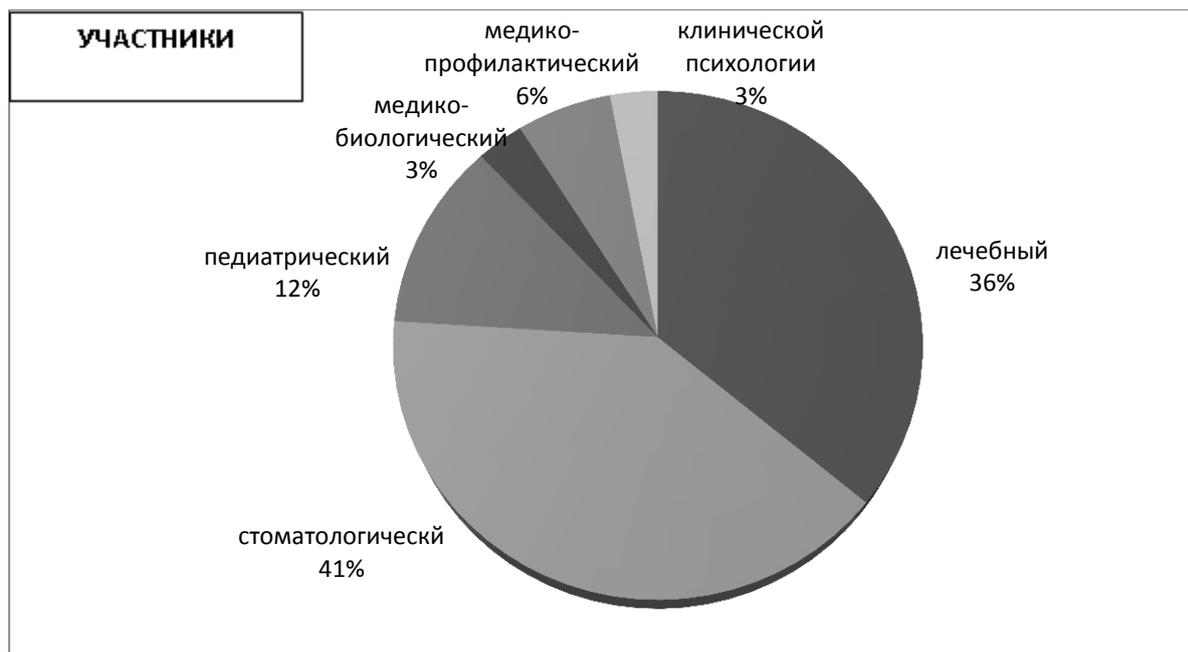
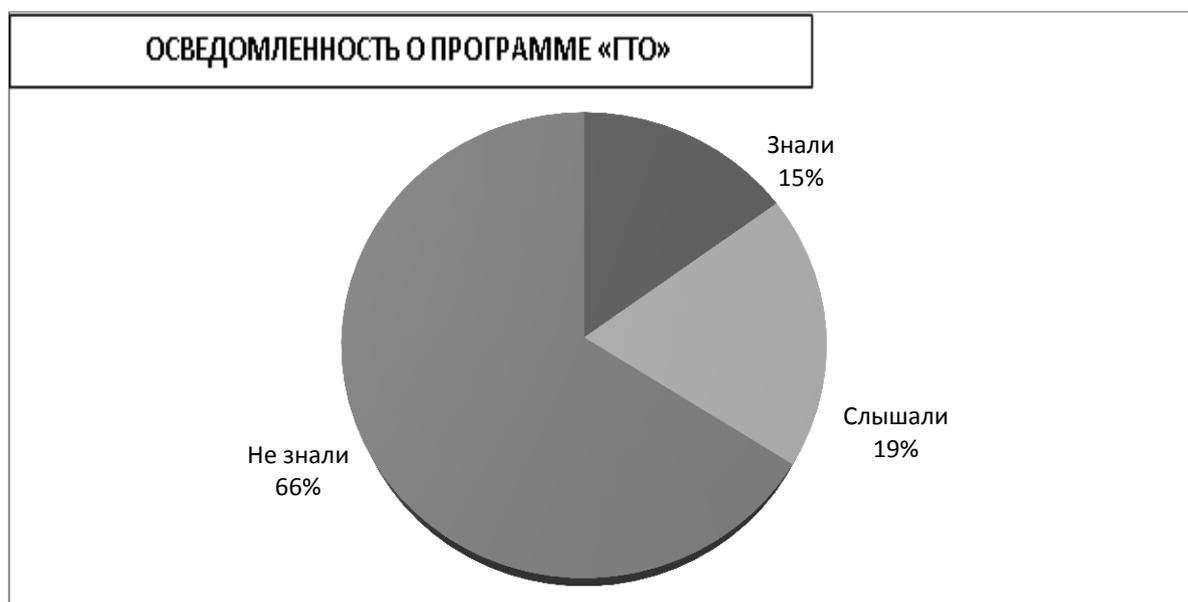
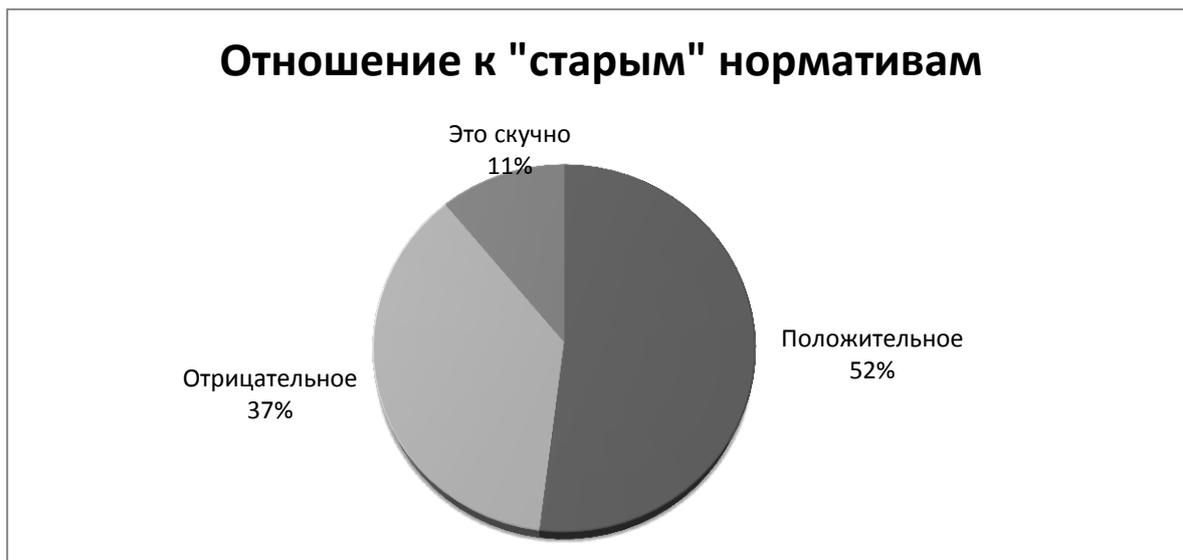


Диаграмма №2 Осведомлённость студентов о программе «ГТО» в XX веке



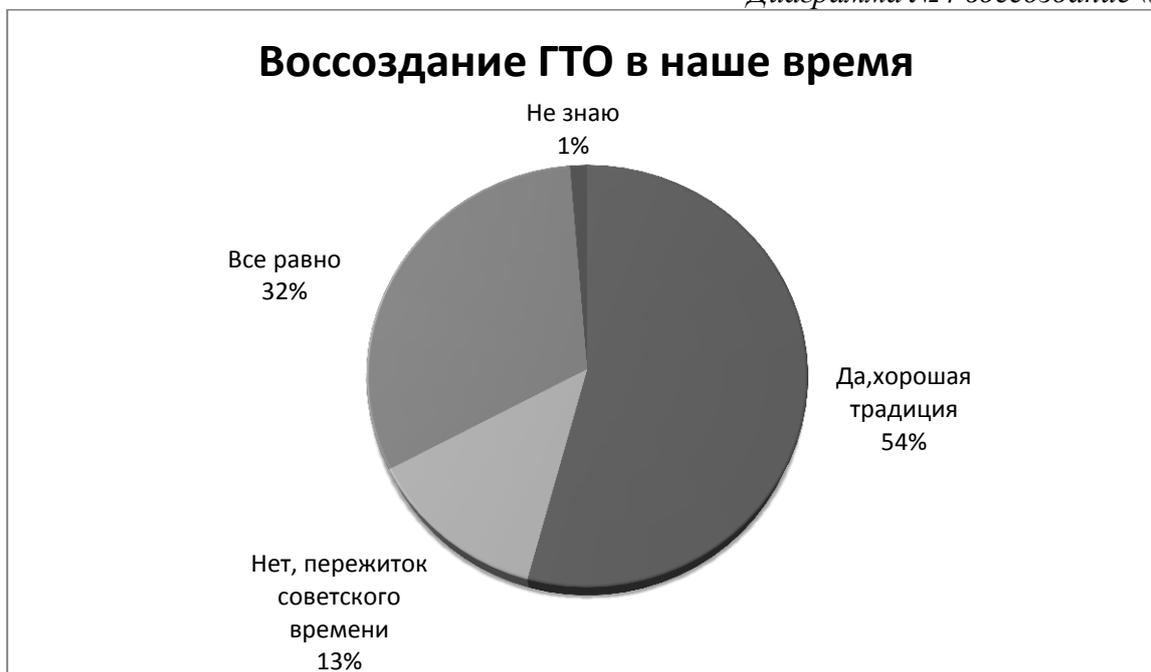
Как известно, на прошедшем в марте 2013 г. совещании по развитию детско-юношеского спорта, президент Владимир Путин заявил о том, что, несмотря на усилия по продвижению ценностей здорового образа жизни, сейчас многие дети имеют хронические заболевания, и ситуация с массовым и с детским спортом серьезно не изменилась. Для решения этой проблемы и укрепления здоровья детей В.В. Путин предложил воссоздать систему ГТО.

Диаграмма №3 Отношение к «старым» нормативам



Отношение студентов нашего вуза о воссоздании ГТО: да – это хорошая традиция – 50, нет – это пережиток советского времени – 12, мне всё равно – 29, не знают – 9 человек (см. диаграмму № 4).

Диаграмма №4 воссоздание «ГТО»



Весной, летом и даже до самой поздней осени на улице множество мальчиков и девочек, разъезжающих на роликовых коньках, на скейтбордах и велосипедах ВМХ, а зимой конечно же доминируют на снежных склонах сноубордисты. Все вместе данные спортивные субкультуры называются рай-

дерами (от англ. ride – кататься, ехать). Их можно заметить в самых неожиданных местах города: на грунтовой дороге и проезжей части улицы, в парке и на эскалаторе метро, даже в троллейбусе или автобусе.

Многие считают, что достаточно встать на доску, выучить какой-нибудь приёмчик – и ты скейтбордист, райдер. А далее – забросить скейт в шкаф на самую высокую полку и райдером оставаться. Но это совсем не так. Мало уметь только лишь кататься, чтобы быть райдером, надо уметь ещё чувствовать то, на чём ты движешься, надо жить с ним единой жизнью. Любовь к катанию во многом определяет смысл и стиль жизни, а также круг увлечений, вкусов и общения. Как же они появились? Тут необходимо разделить историю по отдельным субкультурам (скейтборд, велосипед BMX, роликовые коньки и сноуборд).

Сноубординг – история возникновения данного зимнего вида спорта начинается с того, что Шерман Поппен, инженер газового оборудования, в 1965 г. на Рождественские праздники решил доставить радость своим детишкам, создав никому до этого не известную новую, интересную забаву. Он соединил деревянными комиссурами несколько детских лыж и переставил на них ремни креплений. Так впервые была реализована в жизнь довольно несложная идея – дать человеку возможность скользить по снегу боком. Игрушка заинтересовала не только детей, но и взрослых, и инженеру пришлось повторить действия с лыжами для всех.

В настоящее время сноуборд прочно завоевал своё место как вид спорта, проводятся различные виды соревнований высшего уровня: Олимпийские игры, Чемпионат мира, Кубок мира, X-Games, US Open.

Роллеры – субкультура для тех, кого манит катание на роликовых коньках. А появились они в качестве замещения ледовых коньков в тёплое время года и для катания под крышей. Впервые роликовые коньки начали применяться в Северной Европе и Скандинавии. Одно из первых историческое упоминаний о роликовых коньках приходится на 1743 г., тогда их использовали в театральной постановке для имитирования коньков для катания на льду. Изобретателем стал Джозеф Мерлин. Он спроектировал ролики с одним рядом маленьких металлических колёс и катался на различных вечерах, пирах, собраниях и торжествах, играя в это время на скрипке.

Укрепленные различными технологическими новинками, ролики быстро набирали известность среди широких слоёв населения. Они действительно стали радостью для людей разного возраста и были очень доступным развлечением. Постепенно стали появляться новые виды катания на роликах

такие как: фигурное катание, спидскейтинг, артистическое катание, фристайл, роллер дерби и хоккей на роликах. Становится также очень популярным и уличное катание.

Скейтбординг – субкультура с интереснейшей историей возникновения, которая за долгие годы своего существования изменилась серьёзным образом: от сёрфовой доски, предназначенной для весёлого времяпрепровождения на суше, скейтборд преодолел немалый путь до становления полноценной частью массовой культуры.

Приблизительно в середине XX-го столетия была изобретена самая первая доска с небольшими колёсиками, создать которую додумались сёрферы калифорнийского ривьера, но катание на доске никто не воспринимал основательно. Но всё же началось производство скейтбордов на предприятиях, инициаторами этого стали всё те же сёрферы калифорнийского ривьера [3].

Bicycle Moto Extreme, означает Вело Мото Экстрим [1]. Основная версия происхождения данного вида спорта связана с его основателем – американцем Гарри Тёрнером, который разработал специально для своего сына маленький велосипед, чтобы тот мог гонять по взрослым мототрассам. Вот и появился вид велосипедов – BMX и первая дисциплина – рейсинг (racing).

BMX признавался многими, а вот рейсинг большинству казался довольно скучными и нудным, поэтому сами собой появились стили: стрит (street), флэт (flat), верт (vert) и дерт (dirt).

Стрит (с англ. street – улица) – 95% юных райдеров выбирают именно его. Стрит разнообразен гриндами (движение по граням). Для реализации трюков используются все возможные естественные объекты, которые встречаются на улицах города, к ним относятся: перила, грани, парапеты, лавки, памятники, столики, лестницы и т.д. [4].

Флэтленд (от англ. flatland – ровная, гладкая поверхность) – это самый безопасный стиль катания на велике, так как все трюки выполняются на ровной поверхности.

Дерт (от англ. dirt – грязь) – это самый опасный, захватывающий и достаточно зрелищный стиль. Все трюки выполняются в воздухе при старте с трамплина либо с других сооружений.

Верт (хаф-пайп) (от англ. – вертикаль) – катание в специальной 90-градусной рампе 4–5 метров. Подразумевает собой высокоамплитудные прыжки и выполнение различных трюков.

Горный велосипед МТВ (mountain bike). Горный велосипед является на сегодняшний день самым популярным и распространённым видом велосипеда.

дов. Этот тип велосипедов предназначен для езды по неровным дорогам, по местности с сильно пересеченным ландшафтом [2].

Нельзя сказать, что BMX – это самый молодой вид райдерского спорта, так как самое первое соревнование прошло в 1970-х гг. BMX как спорт, за свою историю исчезал несколько раз, так как райдерам надоедало тратить большие денежные средства на покупку запчастей и починку своих любимых горных великов. Но спустя несколько лет начался новый этап развития BMX. И на этот раз на BMX очень сильно повлиял. New school стиль – трюки стали напоминать акробатические элементы, а разработки велосипедных компаний стали нацеленными на увеличение прочности и долговечности деталей.

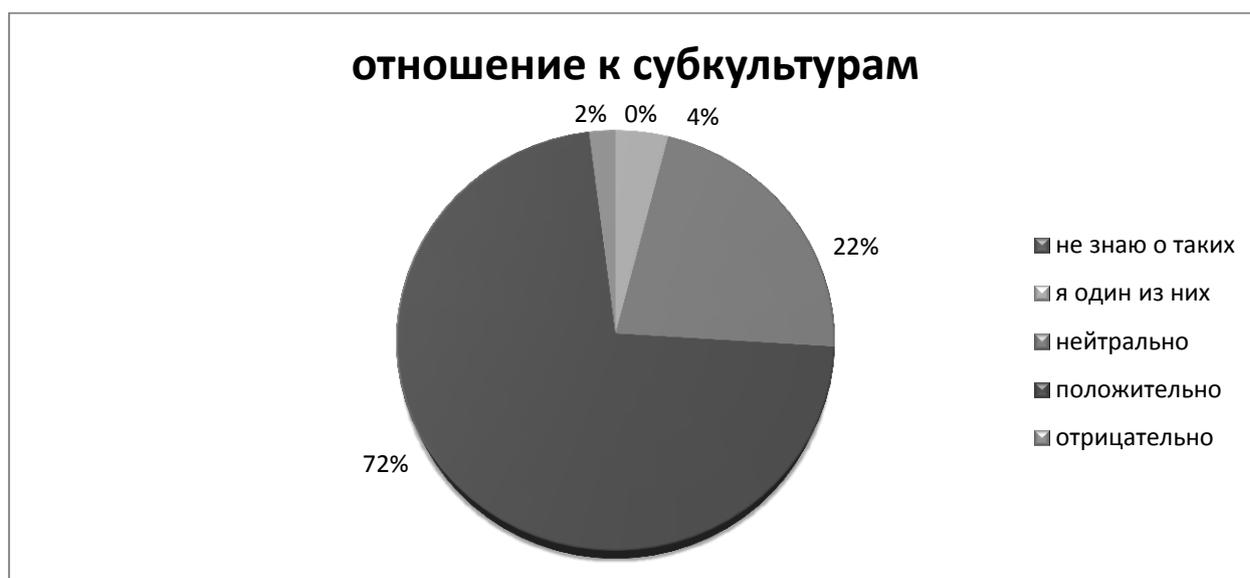
На данный момент BMX один из самых популярных видов спорта, по нему ежегодно проводятся соревнования такие как: X-Games, Beach Bash, турнир King of Dirt, турниры на кубок Red Bull, Urban Games. Каждый штат или город США богат скейтпарками, площадками, что обеспечивает людей в каждодневных тренировках, даёт возможность молодёжи самореализовываться и выпускать свою безумную энергию в мирных целях.

Всё больше и больше молодёжи в нашей стране ежегодно встает «на доски», одевает роликовые коньки и без преград покоряет все улицы своего города. Мы решили выяснить отношение студентов нашего вуза к спортивным молодёжным субкультурам. Из ста опрошенных студентов: 72 студента положительно относятся к райдерам, 4 человека принадлежат к их числу, 22 – нейтральны и 2 студента отрицательно смотрят на необычные виды спорта (см. диаграмму № 5).

Мы, как представители молодого поколения, хотим разнообразить программу ГТО, ввести в данную систему необычные виды спорта. Мы считаем, что большинство норм, которые были в «старой» программе ГТО, уже не актуальны. Государственные лидеры, разработав их, рассчитывали на формирование у молодёжи готовности трудиться и защищать границы Отечества. Поэтому в ГТО СССР были такие нормы как: метание гранаты, стрельба, марш-бросок, прыжок в длину и многие другие.

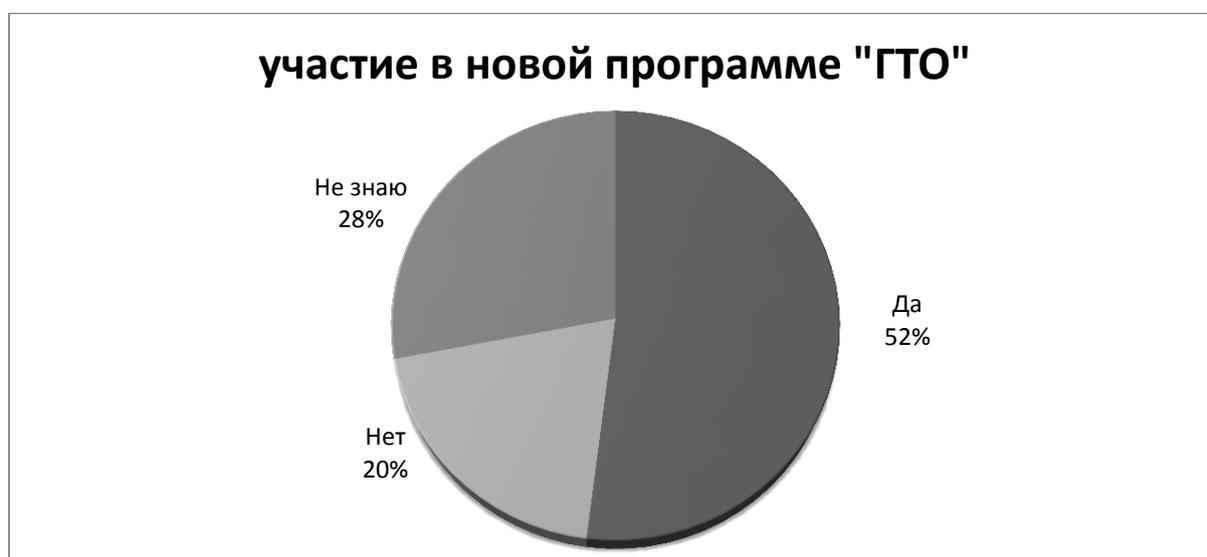
Мы предлагаем заменить, например, стометровку на стрит по лестнице, а прыжок в длину на вёрт, вместо кросса ввести рейсинг (соревнование на специальной короткой трассе, напоминающей трассу для мотокросса, которая обязательно включает от 6 до 12 заранее подготовленных препятствий и от 3 до 6 поворотов). Метание гранат можно заменить флэтлендом, характеризующимся в умении хорошо держать равновесие на ровной поверхности, катаясь на велосипеде BMX.

Диаграмма № 5 отношение к субкультурам



И мы поинтересовались у студентов? готовы ли они принять участие в новой программе ГТО с новыми нормативами: 52 человека заинтересовались новой программой, 20-ти студентам не понравилась идея и 28 – ещё не определились (см. диаграмму № 6).

Диаграмма № 6 участие в новой программе « ГТО»



**Вывод:** Несмотря на высокую развитость СМИ, более половины молодого поколения XXI века не знают о ранее существовавшей программе физической подготовки прошлого века. Но те, кто знали, активно поддержали идеи о возвращении данной программы в наше время и совмещении с молодёжными спортивными субкультурами. Соединение спортивных субкультур

с программой ГТО даст новый толчок развитию массового спорта и привлечению людей разного возраста к участию в новой программе.

**Библиографический список:**

1. *Громов Д.В.* Субкультуры [электронный ресурс] <http://kak.znate.ru/docs/index-958.html?page=108>
2. История маунтинбайка (горного велосипеда) [электронный ресурс] <http://onbeauty.ru/life/3146.html>
3. *Милешкина К.* Скейтбординг [электронный ресурс] <http://omsk.sportiff.ru/main.php?id=1&cid=336>
4. *Халикова В.Р.* Мир вокруг экстемального велосипеда [электронный ресурс] <http://www.evartist.narod.ru/text26/0015.htm>

## **ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ ИЛИ СПОРТ?**

**КИЧИГИНА Ксения Евгеньевна,  
ПОТАПОВА Валерия Александровна**  
Архангельск, Россия,  
Северный государственный медицинский университет,  
кафедра гуманитарных наук  
3 курс 5 группа. Стоматологический ф-т  
E-mail: [kichigina19ksenia@yandex.ru](mailto:kichigina19ksenia@yandex.ru)  
[shaki-1@mail.ru](mailto:shaki-1@mail.ru)  
Науч. рук.: канд. филос. наук, зав.каф. КГН СГМУ  
МАКУЛИН Артём Владимирович

*Аннотация: Проведён анализ видов спорта, занятия которыми приводят к проблемам зубов. Указаны причины стоматологических заболеваний при спортивных занятиях и меры профилактики.*

*Ключевые слова: Спорт, болезни зубов, профилактика*

Говорят, что затяжные кардиотренировки (бег, занятия на велотренажере и т.д.) губительны для зубов. Немецкие ученые, сравнивая состояния ротовой полости у обычных людей и атлетов, пришли к выводу, что атлеты сильнее подвержены риску разрушения зубной эмали. Виной тому – вызываемый тренировками недостаток слюны. Во время интенсивных тренировок спортсмены дышат ртом. Это приводит к высушиванию слизистой оболочки полости рта и выработке меньшего количества слюны, которая при нормальных условиях защищает зубы [7]. Именно она обеспечивает зубы необходимыми минералами и нейтрализует кислоты, вызывающие износ зубов и кровоточивость дёсен. Также зубная эмаль разрушается под действием высокой кислотности, содержащейся в напитках атлетов, таких как сладкие энергетики и гипертонические растворы, которые уже ведут к кариесу зубов.

Профилактикой этому служит чистка зубов перед тренировкой и полоскание рта водой после каждого приёма пищи с высокой кислотностью и содержанием сахара. Также надо жевать жвачку, которая не содержит сахара, так как она стимулирует слюноотделение.

Некоторые люди, недавно начавшие бегать, сталкиваются с неприятным привкусом крови во рту.

Иногда привкус крови во рту при беге может быть вызван слабостью дёсен, которые трескаются, не выдерживая нагрузки от приливающей к ним крови. В этом случае рекомендуется посетить стоматолога и обследовать дёсны на предмет пародонтоза.

Также привкус крови во рту во время бега может являться причиной микротрещин в лёгких, которые слишком сильно растягиваются при вдохе. Тот самый привкус крови во рту – не что иное, как выдыхаемые ионы железа, содержащиеся в гемоглобине [5]. Причем в холодное время года привкус крови во рту может быть более выраженным.

Обычно при регулярных занятиях бегом и умеренных нагрузках привкус крови во рту довольно быстро исчезает. Если же во время бега или других физических нагрузок во рту появляется не только привкус, но и сама кровь – это повод срочно обратиться к врачу и пройти полное обследование.

Было проведено исследование, во время которого у участников были обнаружены значительные изменения в полости рта до и после тренировки. В состоянии покоя у участников обеих групп скорость слюноотделения и pH слюны были аналогичны. Однако после начала тренировки у спортсменов отмечалось снижение слюноотделения и повышение кислотности слюны (pH меньше 7). Кроме того, кислотность слюны увеличивалась с увеличением времени нагрузок [3].

Два года назад британские ученые из Университетского колледжа Лондона пришли к выводу: «Плохая гигиена полости рта может стоить медалей» [4].

Исследователи из Великобритании выяснили, что проблемы с гигиеной полости рта негативно повлияли на результаты 20% всех спортсменов, принимавших участие в Летних Олимпийских играх 2012 г. в Лондоне [4].

Практически все спортсмены жаловались на состояние своих зубов: 55% страдали кариесом, причём у 41% из них кариесом был поражён дентин, более трёх четвертей жаловались на гингивит, у 15% был обнаружен периодонтит.

42% спортсменов, участвовавших в обследовании, заявили, что они «обеспокоены здоровьем своей ротовой полости», 28% признали, что это ухудшает качество их жизни. Почти каждый пятый атлет (18%) считал, что плохое состояние зубов отрицательно сказывается на его внешности и способности к полноценным тренировкам. При этом стоматологи подчёркивают, что почти половина обследованных (46,5%) не проверяли свои зубы в течение последнего года, а 8,7%, по их заявлениям, вообще никогда не были у дантиста [10].

Эксперты утверждают: «Правильная чистка зубов, использование зубной нити, полоскание рта и переход от энергетических напитков к простой воде помогают достигать более высоких спортивных показателей». Отметим, что в прошлом месяце немецкие исследователи установили: «Чем больше спортсмены тренируются, тем меньше слюны вырабатываются у них в полости рта, и тем более щелочной она является. Содержащая значительное количество щёлочи слюна способствует росту специфических бактерий, вызывающих повреждение эмали зубов. На каждый дополнительный час тренировок в неделю вырастает риск спортсменов столкнуться с необходимостью пломбирования зуба или даже вовсе лишиться его» [4].

Делая вывод по полученным данным, можно предположить, что тренировки на выносливость оказывают негативное воздействие на здоровье полости рта. Поэтому перед специалистами в области спортивной стоматологии стоит задача: коррекции режима гигиены полости рта и питания в соответствии со спортивными нагрузками.

Ещё одним видом спорта, который так же губителен для зубов, является пауэрлифтинг. Недавнее исследование показало, что этот спорт даже положительно влияет на показатели спортсмена: при сжимании зубов стимулируется кровообращение в зонах мозга, ответственных за контроль движений [5]. Но не так всё хорошо, потому что при сжатии челюсти ускоряется износ зубов и однажды может произойти их отлом.

Профилактикой этому осложнению служит капа. Даже самая простая, не по мерке сделанная капа, способна защитить зубы от износа.

Также стоматологи рекомендуют пользоваться индивидуальной спортивной капой для зубов детям, которые занимаются активными или контактными видами спорта (хоккей, водное поло, восточные единоборства). Родители должны понимать, что необходимо защищать детские зубы и беречь их от травм.

При травме зубов наблюдаются нарушения целостности отдельно коронки, корня или пародонта повреждённого зуба. Чаще всего в той или иной степени зуб повреждается вместе со всеми окружающими его тканями.

Лечение повреждений зубов у детей часто вызывает трудности у стоматолога, так как в момент обращения ребёнок, как правило, особенно встревожен и возбудим. Вид крови, боль и страх перед неизвестными процедурами заставляют его активно сопротивляться осмотру или вмешательству доктора.

При травме молочного зуба важно при лечении не повредить зачаток постоянного зуба. При травме постоянного зуба основной задачей врача является его сохранение.

Увеличение популярности новых видов спорта привели к увеличению случаев травмы зубов, как у профессиональных спортсменов, так и людей, занимающихся любительскими видами спорта.

Не только у детей, но и у профессиональных спортсменов, занимающихся игровыми контактными видами спорта, а также лыжным спортом, фигурным катанием, существует большой риск получить травмы зубов, такие как: ушибы, переломы, вывихи, полная потеря зуба, при которых поможет только имплантация зубов. Представляется целесообразным для защиты от возможных повреждений пользоваться шлемом, целиком закрывающим лицо, а также спортивной капой, как уже было оговорено выше.

Так, хоккеисты, одевающие шлемы, не полностью закрывающие лицо, часто сталкиваются с травмами зубов. Ф.В. Бэнсон ещё в 1999 г. провёл исследования, в которых сравнил повреждения хоккеистов, пользующихся закрытыми и полужакрытыми шлемами. В результате данных исследований выяснилось, что у хоккеистов, носящих не абсолютно закрытые шлемы, шанс повредить зубы в 9.90 раз вероятнее, чем тех, кто предпочитает шлемы, целиком прикрывающие лицо. Исследователем был выявлен только один случай зубной травмы у человека в полностью закрытом шлеме, появившейся вследствие драки. При этом пострадавший игрок не носил капу [6].

Но, по мнению хоккеистов, вставлять зубы – это лишь пустая трата денег, потому что для этого надо, чтобы в течение полугода не было ударов в челюсть. А в хоккее такое невозможно. Даже если надеть защитную маску, всё равно не избежать ударов, и зуб может не прижиться.

Бокс также является спортом, опасным для зубов. Контактный бой руками в увесистых перчатках; вероятность получить удар в челюсть крайне высока. Капы, которые используют многие боксёры, не всегда помогают, а часто просто вылетают изо рта в поединке. Поэтому вероятность травмиро-

вать и даже потерять один или несколько зубов на ринге достаточно высока [8]. Естественно, чтобы восстановить нормальное состояние полости рта, не чувствовать дискомфорта, не быть подверженным заболеваниям дёсен, необходимо своевременно сделать имплантацию зубов взамен утраченных. В связи с боксом нельзя не упомянуть борьбу и различные виды единоборств (карате, дзюдо, ушу, кун-фу и прочие). В последних, хотя ниже вероятность получить удар по лицу, но удары там более резкие и сильные, да к тому же ещё и «случайные».

Плавание, особенно в бассейне, также приводит к зубным травмам. Неудачные прыжки, сильные удары об воду или дно бассейна – вот причины, по которым пловцы повреждают и теряют зубы, оказываясь вместо пьедестала почёта в стоматологическом кресле. Особенно часто проблемы с зубами возникают у игроков в водное поло – ведь они совмещают все «прелести» плавания и командной игры с мячом.

Также разрушать зубы может вода в бассейне, поскольку она всегда достаточно сильно хлорированная. Постоянно попадая на зубную эмаль, такая вода может спровоцировать её эрозию, появление пятен и чёрных точек на зубах. Вода с хлором имеет низкий уровень pH, соответственно, кислотность её повышается, что, как известно, опасно для здоровья зубной эмали. Такое же негативное влияние оказывает и сильно хлорированная питьевая вода. После занятий водными видами спортом, купания в бассейне или употребления воды с хлором желательнее прополоскать полость рта фторсодержащим ополаскивателем [8].

Рано или поздно, но обязательно посетят зубного врача поклонники вело- и мотоспорта. Не бывает гонок без падений. А если ты упал, то нужно не только суметь быстро встать и продолжить борьбу за лидерство, но и позаботиться о том, чтобы в дальнейшем никакие проблемы со здоровьем не остановили на пути к победе [8]. Так что имплантация для тех, кто управляет двухколесными машинами, бывает нужна нередко.

Имплантация – это самый надёжный способ восстановления зубов. Отличий от «оригинала» у импланта практически нет, а, как следствие, нет дискомфорта, проблем с питанием и прочих неприятностей, которые случаются, если есть прорехи во рту. Хорошо, что в стоматологии неудач, в отличие от спорта, практически не бывает.

И всё же, в целях профилактики спортсмены должны использовать капу. Капа обладает способностью фиксировать челюсть, защищает спортсмена от появления рваных ран на лице, оберегает от незапланированных атак челю-

сти и зубы игрока. Она также предупреждает вероятность аспирации зубов, закупорки дыхательных путей попаданием в них выпавшего зуба. Капа спасает от нижних ударов, устремлённых в область подбородка, а также от ударов непосредственно в лицо. Данное защитное средство не даст щекам и губам травмироваться и порваться от столкновения с челюстью. Эксперименты показали, что капа уменьшает силу внутричерепного давления, вызываемого ударом по нижней челюсти спортсмена. Она также способна защитить от ушибов позвоночника в шейном отделе.

Как мы сказали, что при занятии спортом всегда есть риск получить травму. И это не только травмы конечностей, но и травмы зубов. Этому виду травмы особо подвержены молодые спортсмены в возрасте до 19 лет, а также спортсмены-любители.

Чаще всего, спортсмены получают ушиб одного или нескольких зубов. Симптомами этого является довольно сильная боль, усиливающаяся при давлении на резец, а иногда он приобретает розовый оттенок, в результате повреждения пульпы. Лечение проводится стоматологом. Он осматривает зубы, проводит тест на электровозбудимость, чтобы определить состояние пульпы. При её повреждении она удаляется из канала, который затем пломбируется. Само же лечение ушиба состоит в полном покое повреждённого участка. Вам необходимо исключить из пищи продукты, которые оказывают нагрузку на зубы. Травма эта не серьёзная, лечится легко и довольно быстро [2].

Куда неприятней вывих. Если направление силы, нанесшей травмы, шло сбоку или вертикально челюсти, то происходит смещение резца, а возможно и полное его выпадение. При этом больной будет испытывать довольно сильную боль, жаловаться на болезненные ощущения в одном, или целой группе зубов. Определить травмированный зуб легко, он смещён либо в сторону, либо вколочен в челюсть [2].

Лечение возможно, только если сохранилась костная ткань, в иных случаях производится полное удаление. Если же лечение можно произвести, стоматолог вправляет повреждённый зуб в его исходное положение, после чего накладывает на него фиксатор, чтобы он не смещался из нужного состояния [2].

Также нередко и полное выпадение зуба. Если вы обратились к врачу в течение 15–30 минут, то его вам скорей всего сохранят. Врач просто вставит его на место, и он останется там, на долгие годы.

Также самой встречаемой является хроническая травма зубов. Она возникает при постоянном механическом воздействии на резцы, при этом вы не

испытываете боли. Её лечение состоит в сошлифовывании неровностей зуба, или пломбированием повреждённых участков. Также можно установить брекеты, чтобы выровнять зубы, искривлённые в результате хронической травмы [9].

Нервные перегрузки, стрессы, накопленная усталость, которые свойственны многим людям, занимающимся спортом, являются наиболее распространёнными факторами, вызывающими бруксизм [1].

Данное заболевание может привести к таким нежелательным последствиям, как стирание эмали и дальнейшая потеря зубов, развитие болезненного височно-челюстного синдрома, а также появление болей в области головы, шеи, спины. Чтобы не допустить этого, требуется выполнять определённые мероприятия, направленные на устранение причин заболевания.

Иметь здоровые зубы очень важно для элитных спортсменов с точки зрения их самочувствия и успешного выступления на соревнованиях. Просто удивительно, что многие из профессиональных спортсменов, которые тратят массу времени и энергии на оттачивание своих физических способностей, не получают необходимой стоматологической помощи, даже если состояние их зубов отрицательно сказывается на их тренировках и самочувствии.

Проверка состояния зубов должна стать для каждого спортсмена частью рутинного медицинского обследования.

Больные зубы, по мнению исследователей, означают для спортсменов постоянную зубную боль, плохой сон, изменения в рационе питания и, как следствие, возможную неудачу в важных соревнованиях. «Спортивные медики, – говорит профессор Нидельман, – могут рассказать вам массу историй о том, как атлеты теряли медали из-за плохих зубов» [10].

Конечно, ни один спортсмен не согласится ради здоровья зубов отказаться от спортивной карьеры. Но никто и не требует подобных жертв. Вместо этого, учёные предлагают каждый день чистить зубы, пить чистую воду, отказаться от сладостей, сладких напитков и использовать капу в целях профилактики повреждения зубов.

#### **Библиографический список:**

1. Бруксизм или скрипение зубами во сне. URL: <http://forum.biomedis.ru/viewtopic.php?p=15884> (дата обращения 23.10.14)
2. Как не получить травму зубов в спорте. URL: <http://konstantinsmirnov.ru/kak-ne-poluchit-travmu-zubov-v-sporte/> (дата обращения 23.10.14)
3. Как отражаются на здоровье зубов тренировки на выносливость URL: <http://www.stomport.ru/stomnews/show/id/744> (дата обращения 22.10.14)
4. Олимпийские медали зависят от здоровых зубов

- URL: [http://www.medikforum.ru/news/stomatologiya\\_news/36099-olimpiyskie-medali-zavisyat-ot-zdorovyh-zubov.html](http://www.medikforum.ru/news/stomatologiya_news/36099-olimpiyskie-medali-zavisyat-ot-zdorovyh-zubov.html) (дата обращения 23.10.14)
5. Привкус крови во рту при бере. URL: <http://fittess.ru/faq/167-privkus-krovi-vo-rtu-pri-bege> (дата обращения 22.10.14)
  6. Профилактика травм зубов в спорте. URL: <http://paralife.narod.ru/zdorovye/zuby/profilaktika-travm-zubov-v-sporte.htm> (дата обращения 22.10.14)
  7. Пять скрытых опасностей, подстерегающих твои зубы. URL: <http://www.mhealth.ru/health/organizm/5-skrytyh-opasnostej-podsteregayushchix-tvoi-zuby> (дата обращения 21.10.14)
  8. Спорт и зубы. Самые опасные для здоровья зубов виды спорта. URL: <http://www.rutennis.com/blogi/serv-and-volley/opasnye-dlja-zdorovja-zubov-vidy-sporta> (дата обращения 23.10.14)
  9. Спорт и спортивные травмы зубов. URL: <http://www.billiardsport.ru/news/12072> (дата обращения 23.10.14)
  10. У олимпийцев плохие зубы. URL: [http://www.gazeta.ru/health/2013/10/02\\_a\\_5675433.shtml](http://www.gazeta.ru/health/2013/10/02_a_5675433.shtml) (дата обращения 22.10.14)

## ПРЕГРАДЫ НА ПУТИ ДВИЖЕНИЯ ГТО

**ЛАВРЕНТЬЕВА Анна Юрьевна**  
**Архангельск, Россия**  
**Северный государственный медицинский университет**  
**кафедра гуманитарных наук**  
**канд. филос. наук, ст. препод. КГН СГМУ**

*Аннотация: Культивирование здорового образа жизни актуализировало проблемы современного общества, мобилизовало силы государства по возрождению комплекса ГТО. Но, как оказалось, сам комплекс ГТО вынужден быть выносливым в условиях современного социального мира, преодолевать социальные, экономические, политические и другие преграды.*

*Ключевые слова: ГТО, преграды, здоровый образ жизни, информационная война*

Система норм ГТО на практике представляется как преодоление различного рода преград в рамках спортивных мероприятий. Но, как оказалось, сам комплекс ГТО вынужден быть выносливым в условиях современного социального мира, преодолевать социальные, экономические, политические и другие преграды.

Определение уровня физической подготовленности населения относится к 1931 г., когда был введён Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР». Четыре дальнейших года – с 1931 по 1934 – происходило становление комплекса ГТО. За прошедшие 54 года комплекс ГТО совершенствовался, видоизменялся в соответствии с теми задачами, которые были поставлены потребностями страны. Перед Великой Отечественной войной 1941–1945-х гг. утверждённый новый комплекс ГТО был усилен во-

енно-физической направленностью. В 1942 г., в целях приближения комплекса ГТО к требованиям военного времени, были внесены дополнения: изучение материальной части винтовки, знание топографии, оказание санитарной помощи и другие требования. То есть, комплекс ГТО становится одним из средств начальной подготовки сильных, смелых, выносливых и закалённых людей для нужд Родины [11].

В 1972 г. комплекс существенно изменился: были расширены возрастные границы и сделана попытка научного обоснования нормативной части. Так, ГТО стал нормативом советской системы физического воспитания. В 1985 г. комплекс был усовершенствован. Но систему норм ГТО всё же постигла участь, как и другие структуры государственного строя: в конце 1980-х гг. был поставлен вопрос о ликвидации системы норм ГТО.

Провозглашение программы ГТО основой системы физического воспитания было далеко от практики. Значительный вред комплексу ГТО был нанесён следующими факторами: командно-бюрократический стиль работы; жёсткий метод планирования подготовки; чрезмерный контроль физической подготовки, идеологизированность, контроль над личностью со стороны государства, культ физических упражнений.

В 1988 г. многие недоработки были учтены, но всё же в 1991 г. комплекс ГТО был закрыт. Как констатируют авторы статьи «Духовно-нравственное развитие, патриотическое воспитание и ГТО: к постановке проблемы», история советского комплекса ГТО закончилась: формализмом, заорганизованностью, выхолощенностью содержания, потерей смысла [6].

Цель комплекса ГТО поставлена достаточно ясно – гармоничное и всестороннее развитие личности. По мнению А.Н. Гадюковой и М.П. Русиновой, «независимо от исторической эпохи, в воспитательной среде всегда присутствовал образ гражданина – служителя, защитника, воина, богатыря. Таким образом, духовно-нравственное воспитание и патриотическое воспитание всегда находилось в тесной связи с физическим воспитанием» [3]. Идея совмещения духовной и физической стороны человека на протяжении истории всего человечества является одной из главных актуальных тем и в философских, и в политических, и в других теориях. И.Я. Мурзина и А.Э Мурзин пишут: «когда мы говорим о том, что одной из главных задач комплекса ГТО было формирование патриотизма, следует иметь в виду, что патриотизм понимался исключительно как готовность к защите Родины с оружием в руках, включавшую в себя физическую подготовку молодёжи к службе в армии и последующий «ударнический труд» [6].

В «здоровом теле – здоровый дух» – идея не нова. Она становится главной в образовательном процессе, что имеет под собой не только положительные черты, но и не обходиться без чрезмерности концепций: человек – робот, теория евгеники, человек – высшее живое существо в планетарном масштабе, человеческий разум – идеальная основа эволюции всего живого и другие.

Правительство Российской Федерации в 2014 г. разрешило следующие шаги по обеспечению внедрения комплекса ГТО:

- государственные требования к уровню физической подготовленности населения;
- проведение мониторинга внедрения ГТО;
- утверждение порядка организации и проведения тестирования населения в рамках ГТО;
- разработка, утверждение и реализация программ дополнительного профессионального образования учителей, медицинских работников и организаторов физкультурно-оздоровительной работы;
- утверждение концепции и создание электронной базы данных ГТО;
- утверждение порядка создания центров тестирования;
- разработка, утверждение и реализация федерального статистического наблюдения за реализацией ГТО;
- разработка методических пособий по подготовке граждан к выполнению ГТО [7].

При проведении спортивно-массовых мероприятий в общеобразовательных учебных заведениях по подготовке и приёме норм комплекса ГТО отмечаются исследователями следующие противоречия и недостатки:

- в какой форме и какие должностные лица медицинского персонала будут задействованы в оказании медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий ГТО;
- не проработан вопрос по подготовительным и специальным медицинским группам детей;
- не предусмотрены физические упражнения по ограниченным возможностям организма и не предусмотрена возможность участия пациентов реабилитационных центров, медицинских служб, физкультурных диспансеров в проведении комплекса ГТО;
- характерно пассивное отношение взрослой категории населения к нормам ГТО;
- предположение для комплекса ГТО внеурочной формы участия или то, что комплекс будет основной спортивной программой [8];

- преувеличенное представление о значимости комплекса ГТО для процесса физического воспитания населения;
- долгосрочное внедрение комплекса ГТО;
- пассивная деятельность региональных властей в данном вопросе [9];
- оторванность от повседневного опыта национальной культуры;
- материально-технические возможности обеспечения комплекса ГТО.

Кроме того, необходимо обозначить, что ГТО – это не основа системы физического воспитания, а лишь перечень контрольных упражнений, входящих в комплекс ГТО [1].

Как отмечают исследователи, чётко не указаны медицинские и гигиенические исполнители спортивных и других мер ГТО: «в основном исполнение этих норм возложено на Министерство спорта и органы исполнительной власти... участие медиков и гигиенистов необходимо в обосновании и мониторинга, и программ образования, и спортивных объектов, и форм электронных баз данных и федеральной статистической отчетности» [4].

Интересный взгляд на недостатки введения комплекса ГТО был опубликован в журнале «Современные проблемы науки и образования»: «первые результаты сравнительной оценки нормативов ГТО 2014 и 1972 гг. свидетельствуют о недостаточном учете анатомо-функциональных особенностей детского организма и ухудшения здоровья детей и подростков» [4]. Об этом свидетельствует освещение в СМИ событий последних лет, а именно, подборка материалов по ситуациям ухудшения здоровья, летальных исходов подростков на спортивных мероприятиях или уроках физкультуры [10].

Можно согласиться, что постановка задачи возрождения комплекса ГТО, так или иначе, связаны с политической ситуацией, определено целями политического, экономического, социально-культурного развития государства [6]. Идеология и политическая задача трактует готовность защитить Отечество, воспитать в идеологии данного государства, и, как следствие, повысить уровень физической подготовки. Овладение специальными навыками предполагает военно-прикладную направленность.

Слова председателя ДОСААФ России С.А. Маева об обязательности сдачи ГТО [2] лишь факт выражения потребности государства в здоровом, физически подготовленном населении. Конечно, идеализация комплекса ГТО – не тот путь, который способен разрешить все актуальные проблемы современного общества.

Популяризация здорового образа жизни – массовое явление, тесным образом связано с пропагандой красивого тела, культом физической силы. Со-

временная ситуация на мировой арене, а именно информационная война между державами, заставила обратить внимание на проблемы молодёжи, такие, как наркомания, табакокурение, алкоголизм и другие, что прямым образом ведет к ухудшению морального и физического состояния среднестатистического гражданина страны. И чем раньше человек поймет, что для продолжительной жизни нужно вести здоровый образ жизни, тем больше шансов прожить дольше. Поэтому важно прививать, так сказать, моду на здоровый образ жизни, начиная с рождения, как пишет О.С. Кропотухина [5]. И на вопрос, готово ли следующее поколение к труду и обороне, отвечать придётся именно молодому поколению.

### **Библиографический список:**

1. Бугай А.Ю. Готовы ли вы к труду и обороне? - Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: Материалы Всероссийской научно-практической конференции / Урал. гос. пед. ун-т. Екатеринбург, 2014: [Электронный ресурс]. URL: <http://ifk.uspu.ru/images/stories/doc/VFSC/Сборник.Pdf>.
2. Вечерняя Москва [Электронный ресурс]. Глава ДОСААФ Сергей Маев: Сдача норм ГТО должна быть обязательной. URL: <http://www.vm.ru/news/2013/04/08/glava-dosaaf-sergej-maev-sdacha-norm-gto-dolzha-bit-obyazatelnoj-191038.html?page=2352> (дата обращения 09.07.2015).
3. Гадюкова А.Н., Русинова М.П. Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО) в рамках концепции духовно-нравственного развития и воспитания // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: материалы Всерос. науч.-практ. конф. / Урал. гос. пед. ун-т. Екатеринбург, 2014: [Электронный ресурс]. URL: <http://ifk.uspu.ru/images/stories/doc/VFSC/Сборник.Pdf>.
4. ГТО-2014: задачи гигиены физического воспитания / Ж.В. Гудинова, Е.И. Толькова, Г.Н. Жернакова, Н.В. Семенова, И.В. Гегечкори // Современные проблемы науки и образования. 2014. №6: [Электронный ресурс]. URL: <http://www.science-education.ru/120-15610>.
5. Кропотухина О.С. Охранение здоровья и увеличение продолжительности жизни населения страны – одна из главных задач комплекса ГТО // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: материалы Всерос. науч.-практ. конф. / Урал. гос. пед. ун-т. Екатеринбург, 2014: [Электронный ресурс]. URL: <http://ifk.uspu.ru/images/stories/doc/VFSC/Сборник.Pdf>.
6. Мурзина И.Я., Мурзин А.Э. Духовно-нравственное развитие, патриотическое воспитание и ГТО: к постановке проблемы // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: материалы Всерос. науч.-практ. конф. / Урал. гос. пед. ун-т. Екатеринбург, 2014: [Электронный ресурс]. URL: <http://ifk.uspu.ru/images/stories/doc/VFSC/Сборник.Pdf>.
7. Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540: [Электронный ресурс]. URL: <http://government.ru/media/files/41d4e65eda8d60b71cca.pdf>.
8. Протасова С.В. Актуальные проблемы внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в систему образования (организационные, методические,

практические, информационные) и способы их решения // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: материалы Всерос. науч.-практ. конф. / Урал. гос. пед. ун-т. Екатеринбург, 2014: [Электронный ресурс]. URL: <http://ifk.uspu.ru/images/stories/doc/VFSC/Сборник.Pdf>.

9. Султан Хамзаев озвучил министру спорта основные проблемы внедрения норм ГТО 13 мая 2015 г.: [сайт]. URL: <http://www.oprf.ru/press/news/2015/newsitem/29326>.
10. Российская газета [Электронный ресурс]. Несчастные случаи на уроках физкультуры. URL: <http://www.rg.ru/sujet/2292/> (дата обращения: 06.07.15).
11. <http://rmc-sport.ru/гто/история-гто>.

## **ГТО: ИСТОРИЯ ИСЧЕЗНОВЕНИЯ В СССР И ПОЯВЛЕНИЯ В РОССИИ**

**ОКУЛОВ Алексей Сергеевич**  
Архангельск, Россия  
Северный государственный медицинский университет  
кафедра гуманитарных наук  
3 курс. Стоматологический ф-т  
E-mail: [okulov\\_alex@mail.ru](mailto:okulov_alex@mail.ru)  
Науч. рук.: канд. филос. наук, зав.каф. КГН СГМУ  
**МАКУЛИН Артём Владимирович**

*Аннотация: Прослежены связи истории мотивации к занятиям спортом и сдаче норм ГТО с общеполитическим климатом в стране в СССР и России*

*Ключевые слова: Комплекс ГТО, СССР, Россия, армия, патриотизм*

«В здоровом теле – здоровый дух»  
Децим Юний Ювенал, ок. 61 – ок. 127  
(Сатира X, строка 356)

Русский народ – исторически сильный, крепкий и ловкий. Историю развития физической культуры в России можно условно разделить на три этапа: с древнейших времен до 1917 г., развитие физической культуры в СССР и в Российской Федерации после 1991 г. Особенно сильно спорт начал развиваться в СССР, была введена система ГТО. Без знания истории невозможно получить полную картину этого события и хода развития спорта в зависимости от событий в стране.

Целью работы является повышение уровня осведомленности школьников и студентов о системе ГТО и её связи с различными нововведениями в жизни общества и страны.

СССР – атеистическое государство, где не приветствовались никакие религиозные взгляды, особенно в 1930–1960-х гг., поэтому население искало новую идеологию, и ему предложили спорт. Но чтобы люди были более мо-

тивированными, ввели систему ГТО<sup>1</sup>, которая включала различные награды, значки и грамоты за успехи в спорте. Все хотели добиться наибольшего результата, получить наивысший значок, добиться большего престижа среди сверстников. Молодёжь с интересом, огромным энтузиазмом и ответственностью относились к заданиям.

Безусловно, сама система ГТО предполагала не только спортивную закалку молодёжи, но и развитие патриотического духа. Люди старались делать всё во благо Родины, и это отражалось и в учебе, и в работе большинства населения. Стоит вспомнить величайшее выступление сборной СССР на различных олимпиадах, поколение чемпионов само собой не появилось, система спорта вывела его.

Ближе к середине восьмидесятых годов система ГТО понемногу стала отходить в прошлое. Это было связано с началом открытия «железного занавеса». На западе уже произошла сексуальная революция, люди жили во благо себя или в удовольствие, были распространены наркотики, алкоголь. Молодёжь ходила на концерты довольно противоречивых музыкальных групп. Всего этого в СССР не было, и когда пошла эта западная волна, многие молодые люди влились в неё и пропагандировали её уклад и традиции.

Спорт терял свою популярность и силу, страну захлестнула западная мода. Оставалась только надежда на старое поколение, которое не принимало нововведений. Но их усилий оказалось недостаточно, чтобы изменить идеи и мысли молодёжи того времени, ведь если сам человек не хочет что-то преобразовать, ему никто не сможет помочь.

Единственным действенным способом оставалась армия. Она всегда умела отбрасывать всё самое плохое в человеке. Поэтому нормы ГТО и активный спорт были очень сильно распространены в организациях, которые готовили ребят к армии. Примером являлся ДОСААФ, где спорт был в обязательно-принудительном порядке, некоторые молодые люди сумели найти себя в спорте именно в такого рода организациях.

После распада СССР в девяностые годы произошёл крах системы, крах армии, в России армия не была в почёте, многие «косили» от службы, не было чётко построенной и налаженной подготовки ребят, и именно в это время спорт и система ГТО исчезли из жизни общества.

В обществе распространились бандитизм, криминал и мародёрство. Никому не было дела до развития молодёжи, все были сконцентрированы либо

---

<sup>1</sup> «Готов к труду и обороне СССР» (ГТО) – программа физкультурной подготовки в общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях в СССР, основополагающая в единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания молодёжи.

на получении прибыли, либо на выживаемости в нечеловеческих условиях. Люди шли в спорт только для защиты себя и близких от произвола бандитов, были распространены подпольные боксёрские клубы, в страну пришли до этого не знакомые русскому человеку новые виды спорта: каратэ, тайский бокс и т.п.

К началу XXI века правительство привело в порядок армию. Организации по подготовке к армии внедрили в свой план обязательную физическую подготовку. Также с 1996 г. на территории Российской Федерации введены в действие несколько программ физического воспитания школьников: программа на базе одного вида спорта, комплексная программа, программа антистрессовой пластической гимнастики, авторские программы.

С каждым годом в спорт рекрутировались приличные суммы, открывались новые детские спортивные школы, проводилась пропаганда здорового образа жизни. Население начало тратить деньги на приобретение спортивного инвентаря, стало модным отдавать своих детей в различные спортивные секции. У ребят с самых ранних лет закладывались правильные моральные нормы и взгляд на жизнь.

В наши дни, когда уровень доверия к правительству высок, власти решили пойти на умный ход, вернуть систему ГТО. Также в планах массовое строительство спортивных площадок и школ, чтобы они располагались в шаговой доступности. Система ГТО, безусловно, будет популярна: во-первых, сейчас спорт идет на первых позициях у молодёжи, во-вторых, из-за нынешнего повышенного патриотического настроения люди будут заниматься во славу Родине.

Проанализировав вышесказанное, можно сделать вывод, что нововведённая система ГТО, как и весь спорт, является отражением состояния здоровья власти, армии, населения и страны в целом.

#### **Библиографический список:**

1. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта: учеб. пособие для студентов. М.: Издат. центр «Академия», 2002. 309, [3] с. ил., портр., табл.
2. О'Махоуни М. Спорт в СССР. физическая культура – визуальная культура / [пер. с англ. Е. Ляминой, А. Фишман]. М. : Новое литературное обозрение, 2010. 293 с., [4] л. цв. ил. (Культура повседневности).
3. Хасбулатов Р.И. Полураспад СССР. Как развалили сверхдержаву. М.: Яуза-пресс, 2011. 508, [1] с. : портр.
4. URL: <http://gigamir.net/news/sport/pub720663>
5. URL: <http://www.sportobzor.ru/a-vy-znaete/istoriya-gto-v-sssr.html>

## К ВОПРОСУ О НЕОБХОДИМОСТИ ОБНОВЛЕНИЯ НОРМ ГТО

**ПОДЬЯКОВА Валентина Дмитриевна**  
Архангельск, Россия  
Северный Государственный Медицинский Университет  
кафедра гуманитарных наук  
3 курс. Стоматологический ф-т,  
E-mail:  
Науч. рук.: канд. филос. наук, зав.каф. КГН СГМУ  
МАКУЛИН Артём Владимирович

*Аннотация: История ДЮСШ «Парусный центр “Норд” имени Ю.С. Анисимова» и предложение включения парусных видов спорта в обновлённый комплекс ГТО как способ пропаганды традиционных занятий северных народов*

*Ключевые слова: ДЮСШ «Парусный центр “Норд” имени Ю.С. Анисимова», парусный спорт, комплекс ГТО*

Надо непременно встряхивать себя физически,  
чтобы быть здоровым нравственно  
Лев Николаевич Толстой

В СССР в общеобразовательных учреждениях, профессиональных и спортивных организациях существовала программа физкультурной подготовки под названием «Готов к труду и обороне», или ГТО.

Комплекс ГТО был направлен на физическое развитие и укрепление здоровья граждан, являлся основой системы физического воспитания и был призван способствовать развитию массового физкультурного движения в Советском Союзе.

В программе участвовали граждане страны в возрасте от 10 до 60 лет. Для каждой возрастной группы были установлены соответствующие требования и нормативы физической подготовки.

Зачётными были такие виды упражнений, как бег, прыжки в длину и в высоту, плавание, метание мяча, лыжные гонки, подтягивание на перекладине, стрельба, велокросс, туристский поход и др.

Сдача нормативов подтверждалась специальными значками – серебряными и золотыми значками ГТО. Те, кто сдавал нормативы в течение нескольких лет, получали значок «Почётный значок ГТО».

Программа действовала с 1931 по 1991 гг., при этом требования ГТО с течением времени менялись.

Спустя 23 года снова ребром встал вопрос о возрождении ГТО в России. Но за 20 лет многое успело поменяться. Появились новые молодёжные направления в спорте, которые прочно заняли своё место в наше время и ста-

новятся намного популярнее, чем классические лыжи, коньки, скакалки и турники. Хотя и традиционные виды спорта не канули в Лету. Я хочу поговорить об истинно северном виде спорта, который для нас, поморов, не дань моде и поддержание престижа, а вполне закономерное направление для города моряков, первого российского морского порта – я говорю о парусном спорте. Представителем парусного спорта в Архангельске является парусный спортивный центр «Норд».

Детско-юношеская спортивная школа «Парусный центр “Норд” имени Ю.С. Анисимова» ведет свое летоисчисление с 25 апреля 1984 г. В этот день Президиум областного совета профсоюзов принял решение о создании ДЮСШ под названием яхт-клуб «Труд».

Инициатором создания и директором школы был Юрий Сергеевич Анисимов, с 2004 по 2014 гг. директором школы становится его преемник – Валерий Евгеньевич Афанасьев. Они с детства занимались парусным спортом, чемпионы Европы в классе «Дракон», участники Чемпионатов СССР, XIX Олимпийских Игр в Мехико 1968 г. За 30 лет школа воспитала немало замечательных яхтсменов, среди которых: мастер спорта международного класса Вадим Володский; мастера спорта Сергей Звягин, Павел Гусаков; участник чемпионатов мира Сергей Анисимов; победитель Всероссийских соревнований в классе «Луч» Константин Кожевников; чемпион мира по зимнему виндсерфингу в 2013 г. Андрей Харьговский, и это лишь некоторые из многих известных фанатам парусного спорта имён.

Воспитанники парусного центра «Норд» принимают участие во многих соревнованиях, таких как: чемпионат и первенство России и мира по зимнему виндсерфингу, первенство России в классах «Луч» и «Луч-мини», чемпионат и первенство России по сноукайтингу, Всероссийские соревнования по парусному спорту «Геленджикская регата», «Осенние паруса Таганрога», личные и командные гонки «Кубок Северо-Запада» в составе «Большой Соловецкой Регаты».

Воспитанники и тренеры-преподаватели ДЮСШ не раз становились победителями в номинациях «Лучший спортсмен года», «Лучший тренер-преподаватель года».

Разумеется, если парусный спорт всё-таки войдет в число видов, включённых в систему ГТО, необходимо будет приложить немало усилий, чтобы разработать специальные программы подготовки для различных возрастных групп населения, а на 2014 г. по новой программе предполагается одина-

дцать ступеней, то есть одиннадцать возрастных групп, которые требуют к себе особого внимания каждая.

Возникшие в последние годы подвиды парусного спорта, такие как сноукайтинг или буксировочный кайтинг (представляющий собой занятия с буксировочным кайтом на снежном покрытии или льду с применением лыж, сноуборда или коньков.) и виндсёрфинг, являются наиболее демократичными и доступными для людей без специальной морской парусной подготовки и наиболее актуальными в зимнее время года. Исходя из этого, представляется реальным их включение в комплекс ГТО в первую очередь.

Развитие парусного спорта на севере – это очень важно, в первую очередь потому, что нынешнее поколение недостаточно знает об истории нашего края, о традициях и обычаях поморов, которые жили благодаря морю и плаванию под парусами, в охоте за рыбой и пушниной, перевозке леса.

Необходимо открыть этот вид спорта для нашего народа, людей всех возрастов, с целью сделать его более доступным и популярным, особенно в молодёжных кругах.

#### **Библиографический список:**

1. [http://www.bbc.co.uk/russian/sport/2014/04/140401\\_russia\\_gto\\_system\\_revival](http://www.bbc.co.uk/russian/sport/2014/04/140401_russia_gto_system_revival)
2. <http://nordparus.ru/?p=987>

## **ИСТОРИЯ СОКОЛЬСКОГО ДВИЖЕНИЯ**

**СМИРНОВА Марина Александровна**  
**Архангельск, Россия**

**Северный государственный медицинский университет**  
**кафедра гуманитарных наук**  
**канд. ист. наук, ст. преподаватель КГН СГМУ**  
**E-mail: ma.smirnova@mail.ru**

*Аннотация: Реализация национальной идеи создания самостоятельного государства через античную философскую идею самосовершенства (калокагатию) и воспитание идеального гражданина по методике сокольской гимнастики.*

*Ключевые слова: Чехия, сокольское движение, философия, спортивная гимнастика, калокагатия, панславянизм, патриотизм, Россия*

Уже в XVIII в. многие прогрессивные педагоги и просветители (Ян Амос Каменский, Джон Локк, Жан-Жак Руссо, Иоганн Генрих Песталоцци) начинают понимать, что спортивные занятия не только формируют гармонично развитую личность, но и позволяют через спорт развивать экономику своих стран и продвигать идеи национального единства и независимости.

В средней Европе в это время возникает течение, которое через особую систему гимнастических упражнений готовило отличных работников для развивающихся отраслей промышленности путем отработки определённых движений, необходимых для выполнения трудовых операций. Часть навыков позволяла реализовывать новую военную стратегию ведения боевых действий, основанную на придуманной королём Фридрихом II системе сомкнутого строя, залпового огня, совместным действиям и механическому исполнению команд. В то же время эта спортивная система формировала настроения людей, стремящихся к объединению разрозненных земель и княжеств в единое государство. Подготовка предполагала спортивные тренировки для развития ловкости, гибкости, чёткости действий, умения действовать в команде, а также теоретическое обоснование идеи национального единства, воспитание нравственных и патриотических качеств у каждого участника движения [1, с. 53]. В середине XIX в. военная немецкая гимнастика перерабатывается в Европе под школьные программы физического воспитания.

Шведский терапевт и преподаватель Пер Хенрик Линг, изучив различные гимнастические системы и на собственном опыте узнав пользу упражнений, разработал шведскую систему гимнастики, главной целью которой было укрепление здоровья молодых людей, гармоническое развитие тела и физическая подготовка к военной службе. Линг установил зависимость формы движений от анатомического устройства тела и по этому признаку классифицировал гимнастические упражнения, которые разделил на педагогическую, военную, врачебную и эстетическую гимнастики. В 1813 г. в Стокгольме по инициативе Пера Линга был открыт Королевский центральный институт гимнастики, который готовил преподавателей для разных направлений гимнастики. Его деятельность продолжил сын Ялмар Линг.

Во второй половине XIX в. в Чехии началась деятельность известного чешского критика, историка искусств, эстета, профессора истории Карлова университета в Праге, философа (доктор философии с 1860 г.), участника революционного чешского движения и создателя сокольской системы гимнастики Мирослава (Фридриха) Тырша (1832–1884).

В 1860-е гг. Чехия переживала небывалый подъём патриотизма, стремление выйти из-под влияния Австрии. На волне многочисленных национально-культурных кружков и объединений (литературных, музыкальных) в 1862 г. тридцатилетний М. Тырш организует физкультурное общество «Пражский Сокол», которое пропагандировало общедоступность физической подготовки для каждого, независимо от материального положения в обществе.

Образ Сокола с древности был очень популярен у многих племён, но особенно – у всех славянских народов, включая русский. Он являлся символом ловкости, смелости, ума и красоты, которые присущи этой птице. В символике Сокол олицетворял солнце и свет, стремление к свободе, безукоризненное выполнение долга, великодушие, но в то же время – жестокость хищника-тирана. Многие славянские князья считали Сокола своим покровителем, использовали «соколиную» символику, умели приручать соколов как помощников для охоты.

Хорошо знакомый с античной философией, Мирослав Тырш вместе со своим другом Генрихом (Индржихом) Фюгнером, который предоставлял материальное обеспечение проекта, вдохновился идеей античной калокагатии – гармоничным сочетанием физических (внешних) и нравственных (душевных, внутренних) достоинств, совершенством человеческой личности как идеалом воспитания человека, которое достигается через физические упражнения и образование. Как отмечает Википедия, «калокагатия была одновременно социально-политическим, педагогическим, этическим и эстетическим идеалом. Человек-носитель калокагатии был идеальным гражданином полиса, который стремится к осуществлению коллективных целей гражданского коллектива и способен их осуществить» [8].

Первые сокольские кружки тренировались по тяжёлой атлетике, фехтованию и гимнастике, много времени уделяли маршировке. Закончив тренировку, члены «Сокола» собирались на образовательные лекции, проводили дискуссии по актуальным вопросам. Для членов кружка была придумана особая форма, которая подчёркивала единство славянских народов, поэтому она включала элементы народной одежды разных славянских народов, стремившихся к независимости: коричневые русские штаны, польская куртка, черногорская шапка и красная гарибальдийская рубашка.



Члены клуба «Сокол»  
(1880-е гг.)<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Фотография из Интернет (статья «Сокольское движение»)

Занятия проводились в специально оборудованных сокольных (соколовнях), при которых создавались библиотеки, школы ликвидации неграмотности, они занимались издательской деятельностью, широко распространяли среди чешского народа книги на родном языке при официальном языке немецком. Уже в следующем году, вдохновлённые опытом чехов, сокольские отделения начинают открываться в других славянских странах: в словенской Любляне, в Загребе, в Польше, на западной Украине, в немецкой Лужице, в Санкт-Петербурге. К 1911 г. в рядах «Сокола» насчитывалось около 131950 членов, среди которых 78300 чехов, 25600 поляков, 12000 хорватов, 7500 болгар, 6350 словенцев, 2200 сербов, 19000 американцев [2, с. 76].

В 1863 г. Тырш предложил объединить все имеющиеся чехословацкие спортивные организации и созвать всех тренеров, однако австрийско-венгерские власти этого не позволили. В результате Мирослав Тырш был арестован. Но общественной деятельностью он активно занимался всегда, несмотря ни на какие преграды. Избирался членом парламента от младочехов в Вене от чешского района Табор, был активным пропагандистом открытия Национального театра в Праге (1881) и соучредителем Музея города Праги (1884).

Во время Австро-прусской войны 1866 г. обучение в «Соколе» стало более военизированным. Австро-венгерское правительство начинает в спортивные кружки внедрять агентов полиции, следит за многими членами. Тем не менее, движение всё более укрепляется, «соколов» даже нанимали для поддержания порядка на массовых мероприятиях. В том же 1866 г. М. Тырш снова предлагает созвать слёт соколов и вновь ему официально запрещают это сделать. С 1871 г. он издаёт журнал «Сокол», в первом номере публикует программу движения в статье «Наша задача, направление и цель». В ней он провозгласил, что «ближайшей целью телесного воспитания и гимнастики, ... является укрепление человеческого тела, развитие физической сопротивляемости; конечная цель – всестороннее здоровье, всесторонняя сила, всесторонняя красота человека». Задачи ставились следующие: 1. формировать тело человека; 2. довести до полного развития все его функции и способности в пределах естественных и врождённых дарований; 3. обеспечить и укрепить величайшее богатство человека – здоровье, чтобы каждый мог стать выдержанным и хорошим работником; 4. достигнуть того, чтобы каждый мог пользоваться в жизни как можно дольше приобретёнными силами для успешной работы [Цит. по: 4].

Все упражнения подразделялись на четыре основные группы:

Первая – упражнения без снарядов: 1. Ходьба, бег; 2. Вольные упражнения; 3. Порядковые упражнения (строевые упражнения, хороводы, танцы).

Вторая группа – снарядовые упражнения: 1. Со снарядами (палками, гантелями, тяжестями, булавами и др.); 2. На снарядах (козле, столе в длину, перекладине, коне, канатах и др.).

Третья группа – групповые упражнения: пирамиды, массовые гимнастические выступления, подвижные игры.

Четвёртая группа – боевые упражнения: 1. Сопротивления; 2. Борьба; 3. Фехтование и кулачный бой [Цит. по: 3].

Отличием сокольской системы от обычных видов спорта было то, что на одно из первых мест ставилась зрелищность, красивое зрительское восприятие всех выполняемых упражнений, как в античные времена. Все движения, которые выглядели некрасиво, соколы исключали.

Первый Всесокольский съезд («слёт соколов») состоялся в 1882 г., в нём участвовало 1572 «сокола». Власти Австро-Венгрии вынуждены признать реальность этого движения и официально разрешают деятельность «соколов» по всей стране. Второй слёт прошел в 1891 г. (участвовало более 5000 соколов), третий – в 1895 г. В 1889 г. на Всемирной выставке в Париже чешские соколы удивили всех сложными гимнастическими упражнениями, которые они исполняли с ловкостью и красотой. В четвёртом слёте (1901) принимали участие русские соколы, а также женщины. В 1907 г. прошёл пятый слёт. В 1908 г. был организован Союз славянского сокольства, в 1910 г. – Союз русского сокольства, председателем которого был избран член Государственной Думы А.С. Гижицкий. А Всесокольский слёт соколов в 1912 г. собрал в Праге более 30 тысяч последователей со всего мира.

Знакомство с сокольским движением в России началось после Русско-турецкой войны 1877–1878 гг., когда генерал М.Д. Скобелев увидел соколов в Болгарии. Используя сокольскую методику русские офицеры создали болгарские повстанческие отряды, которые в одну ночь ликвидировали турецкие гарнизоны в южной Болгарии, помогая русской армии освободить свою страну. Первое общество в Санкт-Петербурге было образовано в 1879 г., его создали офицеры-гвардейцы, участники Балканского похода. Через четыре года подобное общество появилось в Москве, затем – в других крупных городах. Членами русских сокольских кружков были Л.Н. Толстой, А.П. Чехов, В.А. Гиляровский, П.А. Столыпин и его сын. Петербургское общество «Сокол-3» возглавлял врач В.М. Бехтерев, приобщил к нему свою дочь. С 1910 г. в России начал издаваться журнал «Сокол», с 1913 г. – «Вестник Русского

Сокольства». Сокольская система гимнастики официально была введена в российские военные училища и армию, а с 1912 г. – в 855 школ из 1577 существующих в России. По сокольской системе с участием чехов-преподавателей работала в Санкт-Петербурге «Офицерская гимнастическо-фехтовальная школа».



Тренировка русских соколов<sup>1</sup>

Культурно-просветительская деятельность русских соколов широко использовала традиции благотворительности: проводились вечера, балы, экскурсии за город. Собранные деньги шли на нужды обществ, а в годы Первой мировой войны – в пользу раненых [5, с. 46].

Начало Первой мировой войны остановило рост Союза русского сокольства, который включал 36 обществ и 22 готовились к нему присоединиться. Большинство соколов ушли на фронт, а после революции многие оказались в эмиграции и стали создавать Русские сокольские общества в Югославии, Франции, США, Аргентине. В советской России с начала 1920-х гг. они были запрещены, также как их последователи – скауты, а выявленные участники подвергались репрессиям<sup>2</sup>.

В годы Второй мировой войны фашистские власти запретили сокольское движение по всей Европе. Возродить его начали лишь в 1990-е гг., в том числе и в России. Инициатором российского сокольства стал бывший офицер Н.А. Джанумов, создавший в Москве в 1991 г. первый детский военно-спортивный клуб, пропагандирующий идеи сокольства и патриотического воспитания. 24 сентября 1994 г. состоялась учредительная конференция Со-

<sup>1</sup> Фото из Интернет

<sup>2</sup> Методика подготовки скаутов идейно отличалась от сокольской. Подготовка скаутов велась только для британской армии, подготовка соколов предполагала помимо военно-спортивной составляющей, реализацию идей панславянства.

юза русских Соколов, где была принята концепция развития Соколовских клубов. Концепция включала в себя физическое воспитание, основанное на военной подготовке, и духовное развитие, состоящее из изучения отечественной истории, привития этики и нравственности, а также православной веры. СРС стал объединять клубы военно-патриотической направленности [7].

Сокольское движение может стать отличной идеей для возрождения патриотизма, формирования гармоничного человека, создания общества людей здоровых и физически, и духовно, и нравственно.

#### **Библиографический список:**

1. Голошапов Б.Р. История физической культуры и спорта : учеб. пособие для студентов вузов. 2-е перераб. изд. М.: Академия, 2004. 313 с. : ил.
2. Качулина Н.Н. Военно-патриотическое воспитание на примере спортивного общества «Сокол» // Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта. 2012. № 1. С. 75–77.
3. Качулина Н.Н. Создание сокольской гимнастики в Чехии. URL: <http://lib.sportedu.ru/GetText.idc?TxtID=322>
4. Качулина Н.Н. Сущность сокольского гимнастического движения и его педагогическая направленность / РГУФКСиТ. URL: <http://conf-v.narod.ru/Kash.pdf>
5. Качулина Н.Н. Традиции соколовских организаций России // Теория и практика физической культуры : Тренер : журнал в журнале. 2007. № 4. С. 46.
6. Сущность Соколовства. Посвящается нарождающемуся на Руси Соколовству. Пер. с чеш. и перераб. Изд. 2-е. СПб., 1913. 14 с.
7. Фомичёв А. Соколовство в России. URL: <http://www.sokolrussia.ru/presrusokolstvo.htm>
8. <https://ru.wikipedia.org/wiki>

## **ГТО И МОЛОДЁЖНЫЕ СПОРТИВНЫЕ СУБКУЛЬТУРЫ**

**СТАТКЕВИЧ Наталья Сергеевна**  
**Архангельск, Россия**  
**Северный государственный медицинский университет**  
**кафедра гуманитарных наук**  
**3 курс. Стоматологический ф-т**  
**E-mail: aksuhamun@mail.ru**  
**Науч. рук.: канд. филос. наук, зав.каф. КГН СГМУ**  
**МАКУЛИН Артём Владимирович**

*Аннотация: Обзор современных молодёжных спортивных увлечений и социологический анализ отношения молодёжи к спорту*

*Ключевые слова: ГТО, государственные программы, спортивные субкультуры, анкетирование*

ГТО (или «Готов к труду и обороне») – это программа физкультурной подготовки населения бывшего СССР широкой возрастной категории – от 10

до 60 лет. Движение ГТО имело большую популярность – каждый хотя бы раз, но сдавал какой-либо норматив. Главная цель, которую преследовала программа, заключалась в сохранении и улучшении здоровья населения, формировании здорового образа жизни, а также патриотическом воспитании молодёжи.

К сожалению, сейчас мало кто знает о существовании такой программы – пожалуй, лишь те, кто непосредственно принимал в ней участие. Но благодаря рациональной политике государства в сфере физкультуры и спорта, открытию новых спортивных центров для молодёжи, ситуация с физической подготовкой населения сейчас обстоит не самым худшим образом. Это внушает оптимизм и веру в то, что наши сограждане заинтересованы в поддержании и улучшении своей физической подготовки и здоровья в целом.

Может, ГТО как массовое движение, и исчезло на некоторое время (сейчас его вновь возрождают), но молодёжный спорт продолжал развиваться, и более того, в последние годы он набирает всё новые и новые обороты, привлекая в свои ряды всё больше молодёжи. Несколько десятилетий назад никто не мог даже представить, что такие спортивные увлечения как футбольный фанатизм, дайвинг, сёрфинг или прыжки с «тарзанкой» (джампинг) перерастут в самостоятельные субкультуры.

Сейчас быть здоровым – это вопрос не только личностного отношения к своему организму. Быть здоровым и иметь хорошую физическую подготовку в наше время – это модно. А если ты ещё примыкаешь к какой-либо спортивной субкультуре – то авторитет среди друзей и знакомых тебе уже обеспечен.

Задавшись вопросом о том, как наши сограждане относятся к занятиям физкультурой, есть ли среди них те, кто слышал или даже принимал участие в мероприятиях по ГТО, мы провели опрос. Для исследования мы взяли широкую возрастную категорию – от 18 до 45 лет. В анкетировании приняло участие 90 человек. Участникам предлагалось ответить на следующие вопросы:

1. Как Вы относитесь к занятиям спортом?

2. Занимаетесь ли Вы каким-либо видом спорта или примыкаете к спортивной субкультуре? Если да, то каким видом спорта или к какой субкультуре себя относите? (Футбольный фанат, бокс, бои без правил, джиппинг, автотралли, дайвинг, парашютный спорт, скалолазание, парапланеризм, паркур, сёрфинг, скейтбординг и проч.)

3. Как давно Вы увлекаетесь тем или иным видом спорта?

4. Как Ваши семья/друзья относятся к Вашим увлечениям?

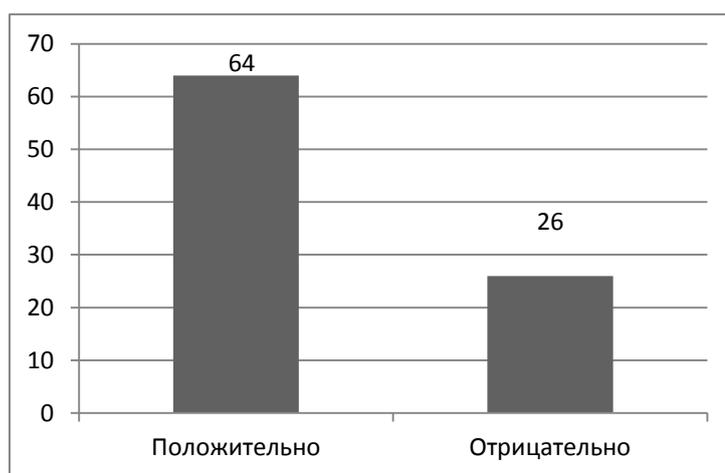
5. Как бы Вы отнеслись к тому, что Ваш ребёнок решил заняться экстремальным видом спорта?

6. Как Вы относитесь к движению ГТО?

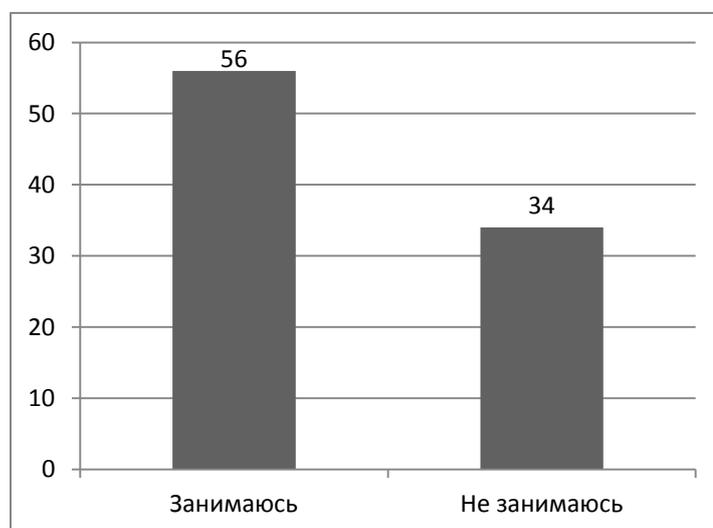
7. Сдавали ли Вы нормативы ГТО? Если да, то какие?

8. Имеются ли у Вас отличительные значки (любая другая символика), связанная с движением ГТО?

Анализируя ответы по вопросу №1, мы получили следующие данные: 64 участника (71%) положительно относятся к занятиям спортом, в то время как 26 остальных опрошенных (29%) не разделяют данную точку зрения.



Оказалось также, что более половины опрошенных лиц (56 человек – 62%) уделяют время регулярным занятиям спортом, а именно: боксу, дайвингу, пауэрлифтингу, волейболу, баскетболу, гимнастике, настольному теннису; считают себя футбольным фанатом. Однако, 34 человека (38%) не занимаются каким-либо видом спорта и не примыкают к спортивным субкультурам.



Ещё один интересный факт, относительно тех, кто занимается тем или иным видом спорта. Дело в том, что их тренировки не являются разовыми, т.е. «позанимался – не понравилось – бросил», а наоборот, средняя продолжительность занятия спортом согласно результатам опроса составила шесть и более лет.

Узнав, как семья относится к тому, что кто-то из домочадцев занимается каким-либо видом спорта, мы можем сделать вывод о том, что отношение неоднозначное. Голоса разделились практически поровну – 47 человек высказались положительно (52%) и 43 отрицательно (48%).

Также подавляющее большинство опрошенных выступили против того, чтобы их ребёнок занимался экстремальными видами спорта – 75 человек (83%). Возможно, здесь играет большую роль тот факт, что во время занятия экстремальным видом спорта человек подвергается опасности. Полагаю, этим можно объяснить переживания родителей и близких людей и их негативное отношение к данному вопросу.

Переходя к вопросам, связанным с ГТО, мы были приятно удивлены тем, что все анкетированные имеют положительное отношение к данному движению. Разумеется, не все из опрошенных принимали непосредственно участие в сдаче нормативов, так как ГТО как движения сейчас уже нет, но вероятнее всего, они слышали о данной программе и у них сформировалось положительное отношение к ней.

В число опрошенных вошли и те, кто хотя бы раз сдавал тот или иной норматив ГТО и имеет знаки отличия (значки ГТО) – их оказалось 36 человек (40%).

Нормативы сдавались следующие:

- бег на 60, 100 и 3000 метров, бег на лыжах, марш бросок на 5 километров;
- выполнение ВСК (военно-спортивного комплекса);
- подтягивания;
- прыжки в высоту и в длину, через козла;
- стрельба, сборка-разборка автомата, метание гранаты;
- преодоление полосы препятствий;
- надевание противогаза;
- плавание.

Проанализировав данные, полученные в ходе опроса, мы можем сказать, что спорт занимает далеко не последнее место в жизни наших сограждан.

Неотъемлемой частью нашей работы являлись также современные спортивные субкультуры. Чем всё-таки примечательны спортивные субкультуры? Они выгодно отличаются от ушедших в прошлое «эмо» и «готов» тем, что они не призывают своих приверженцев к сатанизму или массовым суицидам, от нацизма они отличны тем, что не преследуют цель геноцида и антиправительственных выступлений. В спортивной среде людьми движет исключительно чувство соперничества и спортивный интерес, направленные на совершенствование физической формы и поддержания своего здоровья на должном уровне.

Хотелось бы сделать акцент на наиболее ярких и многочисленных группировках в наши дни, и рассказать о футбольных фанатах, руферах и стритворкаутах.

Начнём с самой шумевшей и всемирно известной субкультуры – околофутбольщиков. Данное движение зародилось ещё в 1930-е гг. в Англии, когда футбол только начинал развиваться. Постепенно волна футбольного фанатизма охватила многие другие страны и движение «околофутбола» приобрело массовый характер.

Группы поддержки называют себя «фирмами» на сленге и имеют свои отличительные знаки. Обычно это шарфы или как их по-другому называют «розетки», «розы», которые выполнены в цветах соответствующего футбольного клуба. Внутри фирмы существует разделение на несколько подгрупп, к ним относятся: футбольные хулиганы (или «Hooligans»), члены фан-группы и «кузьмичи».

«Hooligans» – это самые активные члены движения, своеобразная элита. Истинный футбольный хулиган должен присутствовать на каждом матче, всегда выезжать в другие города на игры своей команды и первым идти в драку с представителями другой фирмы.

Члены фан-групп располагаются далее в иерархии каждой фирмы. Обычно эти ребята представляют собой «спокойных» фанатов, которые занимаются организацией выездов своей фирмы в другие города, своевременно оповещают о предстоящих мероприятиях, занимаются финансовыми делами своего клуба и publicrelations (взаимоотношениями своей фирмы с другими фирмами).

И, наконец, самой многочисленной подгруппой являются так называемые «кузьмичи» – неорганизованные фанаты. Они не входят в фан-группы, но принимают участие в деятельности фан-движения. У них нет четкого

предписания, к примеру, сколько выездов они должны совершить в год, или когда они в обязательном порядке должны вступить в драку.

По прошествии некоторого времени движение околофутбола приобрело немного криминальный характер. Футбольные фанаты устраивают беспорядки, как в случае проигрыша, так и в случае выигрыша своей команды. Нередки также и встречи представителей двух фирм для выяснения, чей клуб лучше. Заканчиваются такие встречи всегда одинаково – дракой. Неудивительно, что силы правопорядка предпочитают не вмешиваться в подобные дела, потому что удержать и присмирить фанатов просто невозможно.

Тем не менее, субкультура футбольных болельщиков продолжает привлекать в свои ряды всё больше и больше последователей, вне зависимости от возраста, социального положения и пола. Ведь где как не на футбольном матче или за воротами стадиона можно выплеснуть накопившиеся эмоции, покричать и просто от души поболеть за любимую команду в компании своих единомышленников.

Относительно новое движение среди молодёжи – это руфинг. Своё название данная субкультура получила от английского слова «Roof», что означает «крыша». Руфинг как спортивная субкультура берет своё начало от скалолазания, которое в своё время трансформировалось в городской альпинизм, и как следствие – в руфинг, буквально «лазание по крышам». Для того, чтобы приобщиться к данному движению, необходимо обладать немалой физической подготовкой, ловкостью и, конечно же, не бояться высоты. Хотя, как утверждают многие из последователей, данное увлечение, наоборот, помогло им побороть акрофобию.

Как и любая субкультура, в начале своего пути руфинг представлял собой компании ребят, объединённых общим интересом – забраться на какой-либо небоскрёб, увидеть город с высоты птичьего полета и сделать неповторимые снимки, которыми можно будет потом похвастаться в социальных сетях. Таким образом, с помощью социальных сетей, руфинг получил массовое распространение и большое количество новых последователей, став при этом спортивной субкультурой.

Следует отметить, что руферы аполитичны, их действия не носят какой-либо антиправительственный характер и не направлены на нарушение общественного порядка. В Кодексе Российской Федерации об административных правонарушениях нет статьи, *предусматривающей наказание за проникновение на крышу жилого дома, однако, есть возможность получения административного штрафа в случае проникновения на крыши административных*

*зданий или частных владений*. Но даже это не останавливает отчаянных ребят, ведь никакой штраф не сравнится с адреналином, который получаешь при подъёме на самую высокую точку своего города.

На наш взгляд, из всех современных спортивных субкультур наиболее приближена к движению ГТО субкультура StreetWorkout или «Тренировка на улице», о которой далее пойдет речь.

Брусья и турники являлись неотъемлемой частью любого двора в странах бывшего СССР. Уже тогда государство активно занималось благоустройством детских площадок, чтобы привить подрастающему поколению интерес к спорту и здоровому образу жизни. С этой же целью были введены и нормативы ГТО, а упражнения на брусьях и других снарядах стали составляющими данной программы.

Принято считать, что воркаут, как и большинство молодёжных движений, зародился в США в 90-е гг. прошлого века. Истоком современного StreetWorkout является движение GhettoWorkout или «гетто-тренировки». Дело в том, что начало данной субкультуры заложили афроамериканцы, которые всегда славились хорошей физической подготовкой.

Со временем воркаут приобрёл тысячи поклонников в странах постсоветского пространства. Стали появляться сайты, посвящённые данному течению, где каждый желающий может найти обучающие видео (tutorials) с тем или иным элементом на снаряде, подобрать для себя наиболее подходящую диету, пообщаться с единомышленниками и найти новых друзей.

Движение StreetWorkout отличает от ГТО то, что здесь никто не придерживается чёткого комплекса упражнений или строго установленных рамок – на снарядах можно исполнить любой кульбит, главное, чтобы это выглядело спортивно и зрелищно.

Субкультура воркаутеров активно развивается в последнее время. Появились слёты и турниры, где можно продемонстрировать своё мастерство и научиться чему-то новому. На данный момент самым масштабным мероприятием является фестиваль WORKOUT FEST, который прошёл 29 июня 2013 г. в Днепропетровске (Украина). Он собрал более 10 тысяч любителей уличного спорта из 12 стран мира. В программу входили выступления как любителей – участников фестиваля, так и профессиональных спортсменов, которые оценивались судьями. Даже были зарегистрированы новые мировые рекорды, что ещё раз подчёркивает масштабность данного мероприятия.

Таким образом, мы рассмотрели отношение наших сограждан к движению ГТО и познакомились с наиболее популярными молодёжными спортив-

ными субкультурами на сегодняшний день. На основании данных, полученных в ходе анкетирования, можно сделать вывод о том, что для большинства людей спорт – это не пустое слово, а стиль жизни. В условиях современного общества, когда наша жизнь полна стресса, а организм подвержен постоянному воздействию вредных факторов окружающей среды, так важно поддерживать состояние своего здоровья на должном уровне. Как утверждают врачи, профилактика лучше лечения, поэтому регулярные занятия спортом могут помочь нам укрепить организм. А если занятия в спортзале под руководством фитнес-тренера не для Вас, то Вы с легкостью можете приобщиться к той или иной спортивной субкультуре: хорошая физическая форма и заряд положительных эмоций гарантированы.

#### **Библиографический список:**

1. Илле А. Футбольный фанатизм в России. URL:<http://subculture.narod.ru/texts/book2/ille.html> (Дата обращения: 5.01.2015)
2. Сковоронский А. Россию завоевывает новая молодёжная субкультура: в моду возвращается турник. URL: <http://itar-tass.com/sport/635641> (Дата обращения: 5.01.2015)
3. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе» (ГТО)»
4. <http://www.gto-normy.ru> (Дата обращения: 21.12.2014)
5. <http://www.mhealth.ru/workout> (Дата обращения: 6.01.2015)

## **ИЗ ИСТОРИИ ГТО УНИКАЛЬНАЯ ВЫСТАВКА В МУЗЕЙНОМ КОМПЛЕКСЕ СГМУ**

**АНДРЕЕВА Анна Владимировна**  
Архангельск, Россия

**Северный государственный медицинский университет**  
директор Музейного комплекса СГМУ

**E-mail:** [museumnsmu@mail.ru](mailto:museumnsmu@mail.ru)

**САМБУРОВ Глеб Олегович**  
специалист Музейного комплекса СГМУ

*Аннотация: Новая выставка Музейного комплекса СГМУ, посвящённая истории комплекса ГТО.*

*Ключевые слова: История ГТО, Музейный комплекс СГМУ, экспозиция.*

В 2014 г. президент России В.В. Путин подписал указ о возрождении спортивно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), который становится нормативом физической подготовки россиян. Структура комплекса ГТО содержит 11 уровней сложности: первые пять рассчитаны на

школьников, шестой – на молодёжь от 18 до 29 лет. Каждый следующий уровень оценивает физическую подготовку людей в возрасте 30–39, 40–49, 50–59, 60–69 и старше 70 лет. Документ о возвращении норм ГТО, которые действовали в СССР в 1931–1991 гг., был подготовлен Минспортом и опубликован в 2015 г.

Сотрудники Музейного комплекса совместно с историками и краеведами откликнулись на этот указ и подготовили в СГМУ новую экспозицию «Из истории ГТО накануне и в годы Великой Отечественной войны», посвящённую допризывной подготовке молодёжи Архангельска к сдаче норм ГТО и в честь 70-летия Великой Победы.

История ГТО начинается в 1930-е гг., но предпосылки возникновения появились намного раньше – в те времена, когда молодому советскому государству были необходимы новые, боеспособные кадры. Уже через год после Октябрьской революции был издан декрет ЦК, который предполагал обязательное обучение военному делу в стране. Это стало основой для развития ряда спортивных организаций. Была принята программа физкультурной подготовки населения, получившая название «Готов к труду и обороне СССР». Новобранцы, прошедшие обучение по программе ГТО, значительно быстрее осваивали военное дело.

Первоначально комплекс ГТО состоял из двух ступеней (21 и 24 вида испытаний, часть из которых имели определённые нормативы). Специально для школьников комплекс ГТО был дополнен ступенью «Будь готов к труду и обороне» (БГТО), что стало базовой ступенью комплекса («в целях широкого развёртывания детского самостоятельного физкультурного движения, всестороннего физического развития пионеров и школьников, укрепления их организма и привития им физкультурных навыков»).

Комплекс многократно видоизменялся, совершенствовался и корректировался в соответствии с духом времени, задачами, которые вставали перед страной и в связи с достижениями науки в области физического воспитания.

В предвоенные годы свои коррективы внесли сложная международная обстановка и реальная угроза войны. Поэтому в 1939 г. был утверждён новый комплекс ГТО, в котором значительно усилили военно-физическую направленность. К обязательным нормам были отнесены: бег на различные дистанции, преодоление полосы препятствий (для юношей – 150 м с винтовкой), плавание в одежде, стрельба из малокалиберной винтовки, гимнастика (упражнения типа «зарядки»), лыжная подготовка (для районов со снежной

зимой), пеший поход (для бесснежных районов), теоретические знания основ советской системы физической культуры и основ гигиены.

В 1942 г. Всесоюзный комитет по делам физической культуры и спорта внёс значительные изменения в комплекс ГТО с целью его соответствия требованиям военного времени. При общем сокращении количества нормативов в него были включены такие виды испытаний, как метание связки гранат, скоростной пеший поход, преодоление водных переправ, переползание, штыковой бой. Эти нормы стали основными и обязательными.

После Великой Отечественной войны в комплексе было сокращено общее количество нормативов, исключены некоторые военно-прикладные испытания. Дальнейшие изменения комплекса ГТО (в 1946, 1955, 1959, 1972, 1985 и 1988 гг.) были обусловлены послевоенными переменами мирного государства.

Чтобы привлечь внимание общественности к возрождающейся традиции сдачи норм ГТО, приобщить к занятиям физической культурой и укреплению здоровья населения, Музейный комплекс подготовил новую выставку, которая была торжественно открыта 14 мая 2015 г. в СГМУ. В этот день в университете проходил II Молодёжный медицинский научно-образовательный форум «Медицина будущего – Арктике», в рамках которого состоялся симпозиум «ГТО: путь к здоровью северян» и была организована сдача нормативов ГТО для всех желающих студентов и преподавателей СГМУ.

Главным оформителем выставки стал известный архангельский краевед, член Общества изучения истории медицины Европейского Севера Дмитрий Иванов. Он предоставил уникальные экспонаты из своей личной коллекции: довоенные сборники нормативов, членские удостоверения, книжки и знаки, фотографии, книги и журналы по тематике «Готов к ПВХО», «Готов к ГТО», «Готов к санитарной обороне», «Осоавиахим» и многое другое. Эти раритеты дополнены фотографиями и знаками из фондов Музейного комплекса СГМУ, среди которых самыми ценными являются те, что принадлежали студентам и сотрудникам Архангельского государственного медицинского института 1930–1940-х гг.

В открытии выставки принял участие заведующий кафедрой гуманитарных наук СГМУ А.В. Макулин, предложивший поддержать идею исследования истории развития ГТО в нашей стране.



## II. История и медицина. Философские вопросы медицины

### АНТАГОНИСТИЧЕСКИЕ И НЕАНТАГОНИСТИЧЕСКИЕ ПРОТИВОРЕЧИЯ: МОДЕРНИЗАЦИЯ ПОНЯТИЙ

ДИТЯТЕВ Григорий Германович  
Архангельск, Россия  
Северный государственный медицинский университет  
кафедра общественного здоровья,  
здравоохранения и социальной работы, преподаватель  
E-mail: [D1964@mail.ru](mailto:D1964@mail.ru)

*Аннотация: В данной работе ставится вопрос о необходимости модернизации и завершении проекта диалектической логики, который предпринимался в рамках советской традиции материалистической диалектики. Автор считает необходимым опираться в этой работе на две периферийных концепции – концепцию антагонизма Канта и идею воображаемой логики русского мыслителя начала XX века Николая Васильева. Результат модернизации – идеологическое обновление марксистской теории, её способность содержательно противостоять концепциям «цветных» революций, воинствующему либерализму.*

*Ключевые слова: Антагонизм, антагонистическое противоречие, неантагонистическое противоречие, воображаемая логика, материалистическое понимание истории.*

Концепция «недоброжелательной общительности» или антагонизма восходит к социальной философии и натурфилософии Иммануила Канта. В статье «Идея всеобщей истории во всемирно-гражданском плане» кёнигсбергский мыслитель выдвигает новаторский тезис о том, что негативные социально-психологические состояния и человеческие качества не уничтожаются, не отмирают со временем, но будучи средством природы в рамках социального прогресса усиливаются, благодаря чему, несмотря на косность человеческой природы, собственно и становится возможным социальный прогресс.

«Именно это сопротивление пробуждает все силы человека, заставляет его преодолевать природную лень, и, побуждаемый честолюбием, властолюбием или корыстолюбием, он создаёт себе положение среди своих ближних, которых он, правда, не может *терпеть*, но без которых он не может и *обойтись*... Величайшая проблема для человеческого рода, разрешить которую его вынуждает природа, – достижение всеобщего правового **гражданского общества**. Только в обществе, и именно в таком, в котором членам его предоставляется величайшая свобода, а стало быть существует полный антагонизм и тем не менее самое точное определение свободы ради совмести-

сти её со свободой других...» [3, с. 11–13]. Это усиление антагонизма связано с постепенной минимизацией непосредственного физического противоборства сторон. Данное положение было развито в другом программном философско-историческом произведении Канта – «К вечному миру», в рамках которого впервые выдвигалась мысль о неизбежности мирного сосуществования [3, с. 257–313].

В натурфилософии антагонизм рассматривался Кантом, как некий аналог третьего закона Ньютона [3, с. 173–174]. Таким образом, антагонизм у Канта представляет собой своего рода развитие идеи взаимодействия Ньютона. Оно состоит в том, что разрушительное физическое противодействие в целом нехарактерно для природы. Тем самым антагонизм как «необщительная общительность» рассматривается не как исключительно социальный феномен. Так, ещё в докритических работах Канта ставился вопрос о реформе логики и вводилось понятие «реальное противоречие», которое можно рассматривать, как близкое по смыслу [2, с. 59–79, 79–124].

Концепция антагонизма Канта, как представляется, явилась первой неклассической (неаристотелевой) концепцией противоречия, которая во многом была утрачена в рамках последующего гегелевского теоретизирования. Несмотря на декларируемую тотальную войну со Стагиритом, невнимание Гегеля к проблемам натурфилософии в значительной степени сделало его учение о противоречии ненаглядным, что во многом предопределило схоластический характер реконструкций этого учения в советской философии 50–80 гг. прошлого века.

Необходимость «замыкания» темы противоречия (как реального, так и логического) на натурфилософию состоит в том, что логика и онтология Аристотеля в значительной степени основаны на финитном понимании пространства [1, с. 35–37]. Научная революция XVI–XVII веков решительно вводит новое основание и, по сути, идеологему эмансипирующей науки – бесконечную в пространстве Вселенную. Необходимость реформы силлогистики, как представляется, в значительной степени была связана с этим обстоятельством.

В ранних произведениях (в работе «К критике гегелевской философии права») Карл Маркс в рамках переосмысления гегелевской модели говорит о непримиримых противоречиях и делает попытку различать противоречия в сущности и между сущностями, полагая вторые подлинными. «Северный полюс и южный являются одинаково *полюсами*, их *сущность* тождественна; точно так же *мужской* пол и *женский* образуют один и тот же *род*, одну

сущность – человеческую сущность. Север и юг – противоположные определения *одной и той же сущности*, различия *одной сущности на высшей ступени её развития*. Они представляют собой *дифференцированную* сущность. Они суть то, что они суть, *лишь* как *различённое* определение, и именно как *это* различённое определение сущности. *Истинными, действительными* крайностями были бы полюс и не-полюс, человеческий и не-человеческий род. В одном случае различие есть различие *существования*, в другом – различие между *сущностями*, различие *двух* сущностей» [4]. Как представляется, Маркс в своей работе заложил основу для последующего – в рамках советской социальной философии – типологии противоречий на антагонистические и неантагонистические, которая, безусловно, не учитывала концепцию антагонизма Канта.

Начиная с «Немецкой идеологии», Карл Маркс в целом достаточно скептически воспринимает философию, как вид познания, и развивает альтернативные ей принципы материалистического понимания истории (МПИ). Основное отличие МПИ от философии – несозерцательный характер, предельная недогматичность и вовлечённость познающего субъекта в преобразование объекта. Тем самым, идея поиска антагонистических противоречий в реальности фактически выводилась им за рамки задач философии.

Значительно позднее В.И. Ленин предложил различать антагонистические и неантагонистические противоречия в социуме, по сути, совершенно в противоположном смысле концепции антагонизма Канта. «Антагонизм и противоречие совсем не одно и то же. Первое исчезнет, второе останется при социализме» [5]. Тем самым, кантовская трактовка антагонизма фактически была отвергнута родоначальником советской версии ортодоксального марксизма. Во многом такой подход предопределил невозможность развивать альтернативную гегелевской модель диалектического противоречия. Антагонистические противоречия в рамках советской социально-философской традиции рассматривались, как непосредственное физическое противоборство, как производное от эксплуатации явление, присущее капитализму. Неантагонистические, мирные противоречия – как характерные в основном для социалистического строя. Теория усиления классовых противоречий по мере построения социализма, которую разработал И.В. Сталин и которая могла бы основываться на концепции антагонизма, а также работы Мао Цзэдуна о диалектическом противоречии отвергались, объявлялись волюнтаристскими и ревизионистскими.

Всё это, безусловно, крайне затрудняло действительное развитие теории материалистической диалектики и резко контрастировало с практикой утверждения социализма в Восточной Европе, массовых выступлениях трудящихся против политики правящих коммунистических партий. В начале 80-х гг. прошлого века на страницах журнала «Вопросы философии» развернулась полемика по поводу возможности перерастания неантагонистических противоречий в антагонистические, показавшая полную неприспособленность этих понятий для целей социального анализа.

Наряду с концепцией антагонизма Канта, несмотря на поддержку ряда известных советских философов (Б. Кедров, П. Копнин), так и не смогла утвердиться ещё одна возможная модель диалектической логики, основанная на идеях российского советского логика и философа Николая Васильева (1880–1940). В рамках переосмысления финитной силлогистики Аристотеля, в целях «вести в логику идею бесконечности», Васильев предложил рассматривать логическое отрицание, как феномен, основанный на эмпирической реальной несовместимости вещей. Именно эмпирические основания обуславливают применимость аристотелевой логики. Для бесконечной Вселенной, каких-то её отдельных фрагментов, такая реальная несовместимость может быть и нехарактерна [6].

Как представляется, различие эмпирической и онтологической несовместимости Васильевым, весьма близко учению Канта. Идея о том, что антагонизм становится полным, в условиях всеобщего гражданского состояния непосредственно коррелирует с мыслью российского логика об исчезающей в силу земной эмпиричности реальной несовместимости. И в том, и в другом случае утверждается эмпирический характер физического противоборства. Более того, концепция антагонизма Канта позволяет по-новому сформулировать онтологические основания логического отрицания – это не несовместимость, а необходимость дополнения тезиса до бесконечного, целого.

В начале 90-х гг., в рамках осмысления логического наследия В. Смирнова, основательность «диалектической» трактовки логики Васильева была поставлена под вопрос Н. Мотрошиловой [7]. По её мнению, такая оценка не соответствует особенностям логики Васильева и существующей трактовке диалектического противоречия. Н. Мотрошилова также посчитала идеи Н. Васильева не соответствующими гегелевской онтологии и призвала к новым поискам в наследии немецкого мыслителя, что, на наш взгляд, заведомо бесперспективно. Более того, такая сверхинституционализация гегелевского наследия опасна для развития российской философии.

На наш взгляд, периферийное для корпуса марксистской диалектики деление противоречий на антагонистические и неантагонистические необходимо рассматривать, как основное в рамках синтеза концепций Канта и Васильева. Социальный антагонизм представляет собой эмпирическую реализацию бесконечного неантагонистического (т. е. прежде всего полного, целостного и в этом смысле гармоничного) отношения противоположностей и не является, по этой причине, физическим противодействием. Возвращение к идее диалектической логики, её реинкарнация возможна лишь на принципиально новом идейном основании, которым способна выступить концепция антагонизма Канта, а также попытка реформировать силлогистику Васильевым.

Одно из важных следствий модернизации социально философии и диалектической логики – изменение традиционных представлений о сути идеологической борьбы, в частности, о роли информационной войны в современных условиях. Такой подход позволит уточнить понятия конструктивного и деструктивного конфликта, используемых в современной конфликтологии и способен показать их взаимосвязь. Модернизированная теория противоречия позволит имманентно уточнить марксистское учение о революциях применительно к условиям искусственных «цветных» переворотов, которые имитируют революционные преобразования и которые используются для достижения тех или иных геополитических целей.

#### **Библиографический список:**

1. Дитятев Г.Г. Взаимосвязь логики и онтологии Аристотеля // Медицинское образование в XXI веке: традиции и инновации : материалы XX межрегион. учеб.-метод. конф. / отв. ред. А.С. Оправин. Архангельск: Изд-во Северного гос. мед. ун-та, 2015. 189 с.
2. Кант И. Сочинения: в 6 т. Т. 2 / [ред. А.В. Гулыга]. М.: Мысль, 1964. 510 с.
3. То же. Т. 6 / [ред. Т.И. Ойзерман]. М.: Мысль, 1966. 743 с.
4. [https://www.marxists.org/russkij/marx/1844/philosophy\\_right/01.htm](https://www.marxists.org/russkij/marx/1844/philosophy_right/01.htm)
5. [http://dic.academic.ru/dic.nsf/enc\\_philosophy/5478](http://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_philosophy/5478)
6. <http://amkob113.narod.ru/vlog/nvs-8.html>
7. <http://filosof.historic.ru/books/item/f00/s00/z0000257/>

## НЕКОТОРЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ОРГАНИЗАЦИОННОЙ КУЛЬТУРЫ КОМПАНИИ

ЛОЗОВИЦКАЯ Маргарита Фёдоровна  
Архангельск, Россия  
Северный государственный медицинский университет  
кафедра гуманитарных наук, доцент  
E-mail: dvl225@yandex.ru

*Аннотация:* Актуальность проблемы рассматриваемой в статье обусловлена тем, что в настоящее время организационной культуре компании уделяется серьезное внимание, осуществляются попытки её измерить, формализовать и таким образом сделать более понятной и полезной. В статье рассматриваются различные подходы к определению понятия организационной культуры, выделяются его особенности.

*Ключевые слова:* Организационная культура, корпоративная культура, миссия, символика.

Ещё недавно для многих руководителей российских компаний словосочетание «организационная культура» было совершенно незнакомым. В лучшем случае организационная культура отождествлялась с внутрифирменными праздниками. Однако ситуация меняется.

Организационная культура – это набор наиболее важных положений, принимаемых членами организации и получающих выражение в заявляемых организацией ценностях, задающих ориентиры поведения. Эти ценностные ориентации передаются через средства духовного и материального окружения.

Если найденное решение проблемы, сформулированное в виде провозглашаемой ценности, оправдывает себя раз за разом, оно начинает восприниматься как нечто должное. То, что сначала было гипотезой, принимаемой только интуитивно или условно, постепенно превращается в реальность и становится базовым представлением. Такие представления и формируют наиболее глубокий слой организационной культуры.

Организационная культура формируется в процессе совместного преодоления людьми, работающими в организации, трудностей внешней адаптации и внутренней интеграции. Именно такое определение организационной культуре дал Эдгар Шейн [9], всемирно известный исследователь этого феномена.

Трудности внешней адаптации – всё, что связано с выживанием организации во внешнем окружении.

Трудности внутренней интеграции – формирование единого коллектива: распределение власти (полномочий, ответственности), преодоление кон-

фликтов между отдельными людьми и группами, «притирка» личностей, стилей работы и поведения и т.д.

Организационная культура формируется постепенно из элементов индивидуальных культур (поэтому стоит уделять внимание при приёме на работу не только профессиональной компетентности потенциального сотрудника, но и его ценностям, убеждениям). Поведение коллектива постепенно формирует определённые закономерности, нормы. Ситуации, поступки и их результаты, обсуждения формируют своеобразную культуру. В свою очередь, «окрепнув», уже корпоративная культура определяет поведение сотрудников.

Определяющим для развития организационной культуры должно быть создание общей психологии и единой цели персонала, которые формируются руководителями. Необходимо помнить: чисто идеологические меры воздействия на персонал, распространённые в западных фирмах, у нас не срабатывают. Но если идеология подкреплена мотивацией, компания становится непобедима. Работники хотят одновременно чувствовать свою необходимость, причастность и зарабатывать достойные деньги. Понятно, что объективная оценка достижений и здоровый психологический климат в коллективе укрепляют преданность сотрудника организации.

Организационная культура пронизывает всю деятельность компании и проявляется в разных формах: исторически сложившиеся ритуалы, традиции, отношения в коллективе. Она может быть управляемой и стихийной, однородной (когда все сотрудники разделяют ценности компании) и разрозненной (в организации множество различных субкультур).

Организационная культура существует в любой компании – с момента появления организации и до самого конца – вне зависимости от того, создаётся специальная служба для работы с ней или нет.

Организационная культура – специфическая, характерная для данной организации система связей, взаимодействий и отношений. Это система принципов, обычаев и ценностей, позволяющих всем в компании двигаться в одном направлении как единому целому.

Организационная культура – это набор наиболее важных положений, принимаемых членами организации и выражающихся в заявляемых организацией ценностях, задающих людям ориентиры их поведения и действий.

Предлагаемые в научной литературе определения организационной культуры построены, преимущественно, на использовании социального подхода к её пониманию, однако, при формулировке понятия организационной

культуры важно ещё определить, как оно связано с управлением и деятельностью самой организации.

Организационная культура – вещь весьма непростая. Формируя её, можно наткнуться на множество подводных камней. Чаще всего в компании возникает колоссальное внутреннее сопротивление, особенно если культура явно навязывается. Необходимо понимать, что нельзя просто «спустить сверху» систему ценностей, как и заставить следовать ей по приказу. Культурой невозможно управлять непосредственно, можно лишь создавать условия, в которых она будет развиваться.

Понимание руководителями роли и значения организационной культуры и умение ею управлять – важнейшее условие эффективного функционирования и успешного развития компании.

Процессы формирования и изменения организационной культуры плотно соединены с её составляющими. Перемена организационной культуры – это процесс «взрачивания» новейших либо обновления имеющихся основополагающих организационной культуры и их введение в организационную жизнедеятельность. Составление культуры предполагает создание каких-то ориентиров существования организации, после чего данные ориентиры будут элементами организационной культуры.

Главными элементами организационной культуры являются:

1. Миссия организации, выражающаяся через чётко сформулированные идеи, цели, задачи, которые определяют пользу её деятельности и ответственность за неё. На их основе разрабатываются стратегия и политика организации по реализации её внутренних и внешних целей. Миссия организации – концепция её жизнедеятельности, объясняющая её предназначение во внешней среде. Миссия организации есть самое общее целеполагание, краткое выражение функций, которое она призвана выполнить в обществе.

2. Философия организации как совокупность базовых принципов её функционирования, определяющая смысл её существования и её доминирующие ценности.

3. Командный дух – те технологии управленческой команды, которые формируют доверие, приверженность, сплачивающие персонал организации. Командный дух создаёт духовно-эмоциональный фон жизнедеятельности организации, проявляющийся в установившемся в ней морально-психологическом климате, социально-психологическом настроении, самочувствии работников.

4. Стиль руководства как совокупность приёмов и способов, методов осуществления власти в организации. От характеристики стиля руководства (авторитарный, демократический, либеральный) зависит и тип корпоративной культуры организации (жёсткая или мягкая, гибкая корпоративная культура).

5. Корпоративный (фирменный) стиль. Он имеет много проявлений и выражает корпоративную символику, форменную одежду, корпоративный язык, имидж первого лица, стиль менеджмента организации, культуру общения руководства с подчинёнными, деловую репутацию организации.

В структуре организационной культуры можно выделить несколько основных блоков.

Во-первых, ценностно-нормативный блок – это основные жизненные ценности, разделяемые персоналом организации: это знания и опыт сотрудников; это образцы, модели; это организационные нормы и правила поведения людей, складывающиеся стихийно десятилетиями.

Во-вторых, организационная структура. В любой организации в рамках корпоративной культуры формируется формальная структура организации, представляющая собой иерархию социальных статусов, должностей, а в рамках организационной культуры формируется неформальная структура организации, представляющая собой распределение неформальных ролей (лидеров, «звёзд», генераторов идей и т.д.) и личностных статусов в организации.

Большую роль в культуре организации имеет соотношение руководства и лидерства. Руководство – это формальная власть, осуществляемая на основе должностных полномочий; лидерство – это неформальное влияние в организации. На неформальных лидеров руководство может опереться при проведении изменений в организационной культуре.

Понимание роли и значения организационной культуры для успеха в реализации не только краткосрочных, но и долгосрочных стратегических целей и умение «выстраивать», выращивать, формировать желательную организационную культуру, является важнейшим условием успешных организационных изменений.

Можно выделить три аспекта влияния организационной культуры на результаты деятельности компании:

– Во-первых, организационная культура является инструментом привлечения на предприятие высококвалифицированных кадров.

– Во-вторых, организационная культура может быть важным и мощным инструментом при формировании настроения персонала на высокую производительность труда и высокое качество в работе.

– В-третьих, организационная культура может выступать инструментом по формированию приверженности работника предприятию.

Как любое адаптивное образование, культура организации развивается. Изменение культуры является объективным требованием в условиях быстро меняющейся внешней и внутренней среды организации.

При изменениях культуры организации руководители должны информировать сотрудников о том, что важно для организации, а также о мероприятиях, моделирующих определённое поведение.

Руководители, стремящиеся проводить радикальные культурные преобразования, понимают, что изменение культуры их компаний – это не роскошь, не прихоть и не дань моде, а насущная необходимость.

В период больших организационных перемен организационная культура также претерпевает значительные изменения. При современных масштабах сложности перемен поддержание соответствия организационной культуры меняющимся условиям делового мира становится всё более актуальным. Эффективное управление организационной культурой может существенно помочь в достижении успеха.

#### **Библиографический список:**

1. Андреева Ю.А. Технологии формирования и изменения организационной культуры // Научный Вестник УрАГС. 2008. № 4(5). С. 59–65.
2. Гончарова Е.Н. Организационная культура. М.: Приориздат, 2011. 250 с.
3. Гэлэгэр Р. Душа организации. М.: Хорошая книга, 2012. 352 с.
4. Козлов В.В. Корпоративная культура. М.: Альфа-пресс, 2009. 489 с.
5. Корпоративная культура как философия общей судьбы // Социология труда: опыт нового прочтения. М.: Мысль, 2005. 582 с.
6. Луков С.В. Человек в зеркале организационной культуры // Знание. Понимание. Умение. 2010. № 7. С. 19.
7. Магура М. Методы формирования и поддержания организационной культуры // Кадровик. Кадровый менеджмент. 2010. № 7. С. 50–52.
8. Усманов Б.Ф. Организационная культура. М.: Феникс, 2010. 270 с.
9. Шейн Э.Х. Организационная культура и лидерство. 3-е изд. СПб.: Питер, 2011. 336 с.

## ГОРОД, СЕМЬЯ, ДЕТИ. МНОГОЭТАЖНАЯ ЛОВУШКА

**МАКУЛИНА Евгения Юрьевна**  
Архангельск, Россия  
Северный (Арктический) федеральный университет  
им. М.В. Ломоносова  
Магистрант кафедры социальной работы  
и социальной безопасности  
Института комплексной безопасности  
САФУ им. М.В. Ломоносова

*Аннотация: В работе проанализированы социально-демографические процессы, определяющие деформацию института семьи в условиях современных социальных трансформаций в РФ*

*Ключевые слова: Демография, урбанизация, депопуляция*

Еще древнегреческий философ Гераклит утверждал, что «Вечность есть играющее дитя, которое расставляет шашки: царство над миром принадлежит ребёнку» (Фрагм. 52). В Евангелиях утверждается следующее: «Истинно говорю вам: если не обратитесь и не будете как дети, не войдете в Царство Небесное» (Мф. 18:3). Две эти фразы на самом высоком смысловом горизонте как бы схватывают квинтэссенцию категории «детство» в европейской культуре.

Однако нельзя забывать и об обратной стороне рассматриваемого нами явления, имеющего, однако, уже лишь опосредованное отношение к оригиналу. Речь, конечно, идет об инфантилизме, и в этом случае вспоминаются слова Ги де Мопассана о детской жестокости в отношении детей-изгоев. Он писал о деревенских подростках: «дети полей, близкие к природе, они следовали тому жестокому инстинкту, который побуждает кур на птичьем дворе заклёвывать свою раненую товарку» [1]. В свою очередь Зигмунд Фрейд, в рамках психоаналитических исследований, из постулата о наличии инстинкта смерти выводил положение о врождённом влечении к агрессии, жестокости, проявляющееся, в том числе и у детей, например, в проявлении жестокости к маленьким животным.

Но, всё же, учитывая амбивалентность человека и природы, диалектичность протекающих процессов, вечную борьбу и вечное становление, мы должны отдавать себе отчёт в том, что только культура является условием и гарантией выживания Человека в Мире, поэтому в данной работе автор попытается найти мировоззренческий эквилибриум.

Анализируя институт современного детства в России, следует, в первую очередь отметить очень важный социологический факт – к концу XX века

впервые в истории нашей страны практически полностью завершился окончательный переход титульной нации, т.е. русского народа к городской, урбанистической культуре. С обретением паспортов массы молодых колхозников<sup>1</sup>, отслуживших в армии, больше не возвращались в родные деревни, основывая семьи в городах – закончился великий исход русских людей из деревни. Население шло в города за лучшей жизнью, к материальному комфорту и всевозможным плодам городской, промышленной цивилизации.

Однако в 1991 г. СССР перестал существовать, закончилась и индустриализация страны, сменившаяся деиндустриализацией. Массовое разрушение практически всех отраслей промышленности привело к тому, что население городов оказалось «заперто» в них в качестве «бюджетников», и было вынуждено существовать за счёт мизерной зарплаты. Именно в такой ситуации формируется и современный институт среднестатистической городской российской семьи.

Определим основные уровни и показатели данного института, его роль в развитии страны и прогнозы в отношении его развития.

Первое, о чём следует сказать, это демография городского населения, согласно которой подавляющее большинство горожан локализовано в малогабаритных квартирах<sup>2</sup>, и, по большому счёту, не в состоянии вырастить в них более чем двух детей в нормальных бытовых условиях. А если учитывать, что в этих квартирах в основном живут бюджетники, то и два ребёнка для многих – это слишком непосильная ноша. Ясно одно, сегодняшний стандартный город со стандартной инфраструктурой никогда не сможет стать основой для решения депопуляционных процессов. Не секрет, что послевоенное поколение было последним, в котором несколько родных братьев и сестер в одной семье считалось нормой. Именно эти поколения, родившиеся после войны, массово покидали свои родные деревни и переезжали в города.

В новых демографических и экономических условиях традиционные педагогические и духовные ориентиры семьи как ключевой социальной единицы общества существенно трансформировались. А если учитывать мнение урбосоциологов о том, что лишь горожане в третьем поколении (родители которых выросли в городе) могут являться настоящими носителями городской культуры, то можно сделать вывод, что только сейчас появляется тот

---

<sup>1</sup> 28 августа 1974 г. Совет Министров СССР утвердил новое Положение о паспортной системе в СССР и образец паспорта гражданина Союза Советских Социалистических Республик.

<sup>2</sup> К началу 2012 г. в среднем на одного человека в РФ приходилось примерно 23 кв.м жилья, что в 2–3 раза ниже аналогичного показателя в развитых странах. Так, в США обеспеченность жильем составляет около 75 кв.м/чел., в Великобритании – 62 кв.м, Германии – 45 кв.м. URL: [http://marketing.rbc.ru/reviews/realty/chapter\\_1\\_1.shtml](http://marketing.rbc.ru/reviews/realty/chapter_1_1.shtml) (Дата обращения 1.03.15).

слой населения, который сможет развивать города, не воспринимая их лишь как способ бегства от тяжёлой деревенской реальности.

Если принять в качестве рабочей теории концепцию американского географа Д. Джиббса о пяти стадиях урбанизации<sup>1</sup>, то Россия входила в четвертую фазу в 1980-е гг., т.е. при продолжении уменьшения сельского населения и роста городского начиналось сокращение населения в малых городах и усиливалась концентрация населения в больших [2, с. 71–86]. Известно, что в последнюю фазу, характеризующуюся уменьшением городского населения и ростом доли сельского, вступили США и некоторые страны Западной Европы. О наступлении пятой фазы в России говорить не приходится, во-первых по причине того, что четвертая фаза не была пройдена гармонично по всем известным причинам, да и пятая фаза требует практически нереальных на данный момент для нашей страны условий – полное преодоление транспортной, коммуникационной и вообще «инфраструктурной» отсталости сельской местности. А если учитывать, что последнее не решено даже для городов, то вопрос о пятой фазе даже не может быть поставлен.

Из анализа социально-экономических условий вытекают и мировоззренческие выводы:

1. Чтобы нация могла расти и развиваться – не нужно связывать своё «географическое» будущее с городами;
2. Города должны стать для молодёжи лишь центрами старта при освоении и заселении пригородных территорий;
3. Необходимо создать новую привлекательную сельскую среду;
4. Россия должна стать малоэтажной, т.е. люди должны жить в частных домах в инфраструктурно-развитых малоэтажных городах;

---

<sup>1</sup> 1) относительно равномерное расселение, дифференцированное в соответствии с естественным ландшафтом; отдельные города только появились в не урбанизированной местности, растёт и городское, и сельское население, но городское население растёт медленнее, чем сельское.

2) городской образ жизни становится более привлекательным, чем сельский, что вызывает миграции в город из сельской местности, быстрый рост городов и городского населения – более быстрый, чем сельского населения, хотя и сельское население продолжает расти;

3) город уже не вмещает все сельское население, которое стремится в нем поселиться, поэтому вокруг крупнейших городов начинается формирование пригородных зон, т. е. появляются городские агломерации, но при более быстром росте главных городов по сравнению с пригородами; сельское население вследствие интенсивных миграций начинает сокращаться;

4) начинается субурбанизация – развитие городских агломераций за счет более быстрого по сравнению с главными городами развития пригородов, куда начинают переселяться городские жители; сельское население продолжает сокращаться;

5) усиливается деконцентрация городского населения, замедляются темпы роста городских агломераций, растёт население на вне агломерационных территориях, но примыкающих к городским агломерациям, что приводит в некоторых районах к формированию урбанизированных районов и мегалополисов, сельское население растёт, но по образу жизни оно уже практически не отличается от городского, доля городского населения составляет более 75% всего населения.

Если сегодняшняя ситуация будет «заморожена», то это приведёт и уже приводит к самым негативным последствиям для институтов семьи и детства:

1. Депопуляция, обусловленная неполными семьями, отсутствием желания у молодых семей заводить много детей, будет увеличиваться. При всём том, что, по самым скромным подсчётам, для полноценного освоения России необходимо 300–400 миллионов человек.
2. В условиях деиндустриализации будет происходить дальнейшая профессиональная деградация молодёжи в городах, компенсируемая сомнительными учебными учреждениями, не готовящими специалистов для реального, т.е. производственного сектора экономики. Большинство молодых людей не смогут найти в них работу. Нашедшие работу будут вынуждены познакомиться со всеми «прелестями» жизни стандартного бюджетника.
3. Транспортный и дорожный коллапс. Попытка жителей многоэтажных городов, не оборудованных внутренними домовыми парковками, жить по меркам малоэтажных городов, оборачивается для жилых дворов одним большим стихийным гаражным кооперативом водителей, борющихся на право поставить машину перед окном собственного дома первым.
4. Так называемые «спальные районы» в их нынешнем состоянии полностью обесценивают тысячелетний культурный и духовный опыт народа, заменяя его обществом атомизированных посетителей, относящих свои крохотные зарплаты в монополизированные супермаркеты;

**Библиографический список:**

1. Мопассан Ги, де. Папа Симона. URL: <http://fictionbook.ru/static/trials/00/13/29/00132951.a4.pdf> (Дата обращения 1.03.15)
2. Нефедова Т. Г., Трейвиш А. И. Теория «дифференциальной урбанизации» и иерархия городов в России на рубеже XXI века // Проблемы урбанизации на рубеже веков : науч. сб. в честь Заслуж. деятеля науки РФ, проф. Е.Н. Перцика в связи с его юбилеем / МГУ им. М.В. Ломоносова; [редкол.: А.Г. Махрова (отв. ред.) и др.]. М. ; Смоленск : Ойкумена, 2002. 328 с.

## ИСТОРИЯ ИНТИМНОЙ ГИГИЕНЫ

**МИНАК Максим Сергеевич**  
Архангельск, Россия  
Северный государственный медицинский университет  
кафедра гуманитарных наук  
3 курс. Стоматологический ф-т  
E-mail: minak.maks@mail.ru  
Науч. рук.: канд. филос. наук, зав. каф. КГН СГМУ  
МАКУЛИН Артём Владимирович

*Аннотация: Прослежена история интимной гигиены от первобытного общества до наших дней на примерах развитых цивилизаций.*

*Ключевые слова: интимная гигиена, цивилизации, научные знания.*

*Введение.* Гигиеническая наука ставит своей основной целью сохранение и укрепление здоровья человека и имеет профилактическую направленность. Термин «гигиена» происходит от древнегреческого слова «higienos», что означает «целебный, приносящий здоровье». Происхождение его связывают также с именем мифической богини здоровья Гигиены, дочери бога медицины Эскулапа, которая изображалась в виде красивой девушки, держащей в руках чашу, обвитую змеей. У древних греков змея олицетворяла символ мудрости, она выпивала яд из чаши жизни и обезвреживала её [8, с. 4].

Интимная гигиена, являясь частью личной гигиены, способствует сохранению и укреплению здоровья человека, обеспечивает нормальную функцию половых органов и предупреждает их заболевания.

Актуальность выбранной темы обоснована комплексом проблем, требующих решения. К числу наиболее острых следует отнести: рост инфекций, передаваемых половым путем (ИППП); ухудшение репродуктивного здоровья; рост половых дисгармоний и расстройств в семейной жизни. По оценке ВОЗ, ежедневно более 1 миллиона человек приобретают ИППП, которые могут привести в будущем к бесплодию, что является одной из наиболее острых медико-социальных проблем и фактором национальной безопасности. Медико-социальные исследования говорят о недостаточной физиологической и гигиенической грамотности молодёжи в области репродуктивного здоровья [5].

В переводе с латинского «intimus» означает «близкий», а слово «гигиена» происходит от греческого «hygieinos». Греко-латинское происхождение интимной гигиены свидетельствует о том, что это совокупность знаний разных стран, народов, эпох и религий, приобретённых человеком под влиянием

различных факторов. В первую очередь, это касается рассмотрения *исторического контекста* формирования медицинского знания, т.е. выявления спектра факторов – историко-культурного, религиозного и широкого мировоззренческого характера, которые неизбежно включаются в проблемное поле истории медицины [12, с. 6].

Значение изучения истории в любой области огромно, т.к. позволяет оценить современное состояние науки или отрасли деятельности, избежать возможных ошибок и поднимает научную и практическую работу на более высокую ступень.

Интимная гигиена имеет многовековую историю, но, несмотря на это, историю интимной гигиены невозможно обсуждать отдельно от истории гигиены в целом. И начинается она с древнейших времен (2,4 млн. до н.э.–1500 н.э).

**Эмпирическая гигиена. Гигиена в первобытном обществе.** Гигиена возникла в далёком прошлом из накопившихся в народной предупредительной медицине обычаев, навыков, профилактических предписаний, основанных на наблюдениях людей, их житейском опыте и помогавшим выжить в условиях неблагоприятного воздействия окружающей среды. Не зная и не понимая естественных причин многих явлений, первобытный человек прибегал к заклинаниям, заговорам, магическим приемам.

Ведущими элементами гигиены явились выработанные рекомендации ограничительного характера, направленные на условия размещения жилища в той или иной местности, употреблении определённых растений и запреты на приём в пищу опасных растений, правила употребления воды, избегая последствий возможного неблагоприятного воздействия [9, с. 99–100].

Уже тогда первобытные люди стали умываться, очищать кожу, используя природные материалы: мелкий песок и золу. В обычаях закрепляются первые навыки личной гигиены, которые, в зависимости от климата, быта, совершенствовались.

**Древний Восток.** На формирование принципов гигиены, утверждение понятия личной гигиены в миропонимании народов большое влияние оказал Талмуд, (свод правовых и религиозно-этических положений иудаизма), многие из разделов которого посвящены непосредственно «законам чистоты». Особенность понимания чистоплотности у людей эпохи Ветхого Завета сопряжена с уверенностью и верой в то, что человек телесный есть вместилище Божественного духа, а это делает задачу воспитания чистоплотности одухотворяющей. Не случайно и то, что древние евреи рассматривают омовение

лица, рук и ног как обязательный акт почитания Творца, устанавливая этой процедурой определённую связь между чистотой тела и святостью духа. Статус врача приравнивался к статусу священнослужителя.

Особое место с точки зрения контролирования образа жизни людей, в т.ч. в случае распространения тех или иных болезней, отводилось общим вопросам гигиены, которые имели статус законов. Предписания носили практический характер и касались, в первую очередь, личной гигиены. Требование соблюдать личную гигиену рассматривалось как норма, выходящая за рамки соблюдения исключительно ритуальной чистоты. В качестве гигиенических средств и методов в Библии упоминаются обмывание, лечебные купания, солнечные и соляные ванны. До наших дней сохранилась «фармакопея», в которой описано большое количество минералов и лекарственных трав. Был систематизирован опыт предыдущих поколений и выработаны строгие гигиенические правила, которым следовали древние народы Востока [12, с. 9–11].

*Древний Египет* (сер. IV тыс. до н.э.– IV в. н.э). Как и во всех древних культурах, медицина в Египте была связана с религией. Именно поэтому медицинские школы создавались при храмах.

Для египетской медицины характерно внимание к таким гигиеническим процедурам, которые способствовали сохранению здоровья. Жрецы разработали различные предписания для профилактики болезней: воздержание в пище, содержание платья и тела в чистоте, ванны и гимнастические упражнения, необходимость следить за чистотой воздуха. Эти предписания были частью религиозных ритуалов и заповедей.

Простые египтяне часто стирали свои льняные одежды, мылись после сексуальной связи, а египетские жрецы дважды днём и дважды ночью совершали омовение холодной водой, соблюдая религиозные законы! (Геродот. История. Кн. 2). Каждые три дня практиковалось очищение организма (рвотное, промывание кишечника или воздержание от пищи). Гигиена прочно вошла в жизнь египтян [7].

Неудивительно, что настоящей **родиной интимной гигиены принято считать Древний Египет**. В «Гинекологическом папирусе из Кахуна» описываются меры по соблюдению интимной гигиены, тампоны из льна, тростника и мягкого папируса. В Национальном музее Каира хранится самый древний презерватив в виде кожаного мешочка. Считается, что он принадлежал фараону Тутанхамону (1343–1325 гг. до Р.Х.). Первое документальное

упоминание о проведении операции по обрезанию крайней плоти также было обнаружено в Египте и относится ко II тысячелетию до н.э.

*Древняя Греция и Рим* (III–II тыс. до н.э. – V в. н.э.). Жреческая медицина в Греции не приобрела господствующего влияния. Мировоззрение античности формировалось во многом за счёт развития философских идей. Наличие развитой системы письменности позволяло фиксировать, сохранять и передавать информацию от поколения к поколению [13].

В античной Греции и Древнем Риме гигиенические знания получили дальнейшее развитие, особенно **в период расцвета культуры, материалистических взглядов древнегреческих философов** – Аристотеля, Демокрита и др., которые прямо указывали на динамическую связь здоровья человека и среды обитания. Демокриту принадлежит известное крылатое выражение: «гигиена – друг здоровья» и высказывание о том, что болезнь легче предупредить, чем лечить. В этот период появляются и первые медицинские труды гениального врача-мыслителя Гиппократ (около 460–377 гг. до н.э.), которые на долгие годы оказали огромное влияние на становление профилактического мышления в медицине: трактаты «О воздухе, водах и местностях», «О здоровом образе жизни». В них содержатся материалистические суждения о связи здоровья человека с факторами среды обитания, основанные не на религиозных или административных предписаниях, а на основе специальных медицинских наблюдений и обобщений. Гиппократ выделял две группы факторов, влияющих на здоровье человека: общие – климатические особенности, состояние почвы, воды, а также общественное устройство и т.д. и индивидуальные – характер питания, образа жизни, поведения, наследственности [9, с. 100].

Характерной чертой древнегреческой и римской культур было большое внимание к сохранению здоровья и личной гигиене. В Римской империи уже в те времена было налажено производство мыла. Гречанки и римлянки много времени уделяли уходу за своим телом, из интимных средств предпочтение отдавали внутренней форме индивидуальной защиты. Именно в Древнем Риме использование презервативов с целью гигиены и защиты от венерических заболеваний становится массовым.

Под влиянием учения Гиппократ проводились мероприятия, направленные на охрану общественного здоровья. В городах сооружались водопроводы, строились канализационные системы. В середине VIII ст. до н. э. появляются первые термы (бани). Выполняя свое прямое гигиеническое назначение, бани служили также местом отдыха, спортивных упражнений и развле-

чений; являлись общественными и культурными центрами: здесь происходили встречи политических деятелей, людей искусства и литературы.

**Восточное Возрождение.** После падения Римской империи центр медицинской науки переместился в страны Востока. Запрет производить вскрытия, исходившего из догм мусульманской религии, привел врачей к разработке богатейших комбинаций гигиенических мероприятий, медицинская мысль приобрела профилактическую направленность [6, с. 9].

Все это нашло отражение в творчестве выдающегося просветителя Ибн Сины (Авиценна; 980–1037 гг. н.э.). В его пятитомном «Каноне врачебной науки» много глав, посвященных гигиене: «О хорошем воздухе», «О качестве воды», «О сохранении здоровья». Авиценна считал, что окружающая природная среда, климатические особенности, состояние воздуха, питание, личная гигиена, воспитание и уход за ребенком – составляющие здоровья. «Искусство сохранения здоровья, – пишет Авиценна, является как бы средством доведения каждого человеческого тела путем сохранения необходимых для него благоприятных условий до того возраста, когда наступает смерть, называемая естественной смертью» [Цит. по: 6, с. 36].

С началом книгопечатания в Европе связывают распространение гигиенических знаний. Всего «Канон» в XV и XVI веках издавался 40 раз, что свидетельствует о его популярности в эпоху европейского Возрождения.

Ибн Сина открыл ворота Востока, передав эстафету прогресса Западу, без его трудов трудно представить европейскую культуру XV–XVII вв.

**Древняя Русь.** В России развитие гигиены протекало самобытно. Древнерусская культура сложилась на основе культурных традиций славянских племен, обогащённых византийским влиянием. Сведения, что личная гигиена поддерживалась на достаточно высоком уровне, мы находим у первого летописца Древней Руси – Нестора (XII в.) в его труде «Повесть временных лет», в котором впервые упоминается о бане. Вот как апостол Андрей описывает баню: «И приде в Словени, идеже ныне Новгород; и виде ту люди сушая, как есть обычаи им, и како ся мыють, хвощутся и удивился им».

Введение христианства, распространение письменности оказало влияние на развитие древнерусской медицины, распространение гигиенических знаний. Улицы в Новгороде и Львове были вымощены в X в. – значительно раньше Западной Европы. В Новгороде уже в XI в. был деревянный трубопровод.

Внучка Владимира Мономаха Евпраксия, вышедшая замуж за византийского императора, создала оригинальный труд по гигиене «МАЗЬ» (XII в.), в

котором она использовала идеи Гиппократ, Галена, а также опыт русского народа. Она проповедовала личную гигиену, придавала большое значение бане, которая «очень предохраняет здоровье и укрепляет тело» [10, с. 120–126].

Введение книгопечатания (1560-е гг.) явилось мощным средством развития культуры в стране. В «Домострое», литературном памятнике XIV–XVI вв. отражена картина старинного русского быта в гигиеническом отношении, в нем имеется много указаний о гигиене, в т.ч. гигиене жилища, питания, одежды, о «мыльне»: «А пока хлебы пекут, тогда и одежды стирают....но нужно приглядывать.... сколько мыла идет и золы на сколько рубашек, чтобы хорошо постирать, и прокипятить, и начисто прополоскать, и высушить и погладить». «Домострой» был универсальным произведением, т.е. обязательным для всех членов общества Он рассматривался как учебное пособие при обучении детей и молодежи [3, с. 243–244].

Идеи М.В. Ломоносова (1765 г.) о значении общественной гигиены оказали огромное влияние на дальнейшее развитие мировоззрения, он писал, что необходимы специалисты, «которые как лекари и врачи согражданам своим помогать, о здоровье их попечение иметь и таким образом общему благу в бесчисленных случаях споспешествовать могут» [2].

***Средние века и Возрождение.*** С падением Римской империи в Европе господствующим мировоззрением средних веков становится христианство. Была уничтожена вся античная культура: разрушены греческие храмы, свержены статуи богов; запрещены театры и спортивные соревнования. Вместе с античной культурой было уничтожена и античная философия.

Мировоззрение раннего христианства заявило о своем враждебном отношении к философии (а отсюда – и к культуре, прогрессу и науке). К. Тертуллиан, идеолог раннего христианства, считал: «Нам после Христа не нужна никакая любознательность; после благовествования Иисуса Христа – никакого исследования... Непонятное и нелепое в христианском учении существует не для того, чтобы его знать, а для того, чтобы в него верить» [4].

Период средних веков характеризуется упадком личной и общественной гигиены. Христианство призывало людей к аскетическому образу жизни ради спасения души, «телесное» считалось греховным. Купания производились обычно перед большими церковными праздниками, естественно, что и женская гигиена была на самом низком уровне.

Постоянные войны и низкий культурный и материальный уровень населения служили благоприятной почвой для развития эпидемий. Вспышки

оспы, холеры, тифов, массовое распространение проказы, чумы, сифилиса были характерным явлением для того времени [8, с. 6].

XV–XVI века ознаменовались зарождением капиталистического способа производства, развивается книгопечатание, в Европу проникают произведения Аристотеля и арабская философия. [9, с. 100]. Происходит развитие наук и искусств, в том числе и современного естествознания, появляется интерес к гигиене. В городах начинают проводить санитарные и гигиенические мероприятия с целью профилактики инфекционных заболеваний. С целью защиты населения от сифилиса, привезенного с острова Гаити командой корабля Христофора Колумба, с 1494 г. возобновляется производство презервативов.

Гуманистами и философами (Рабле, Монтень, Бекон, Ж.Ж. Руссо) критикуется европейская цивилизация, выдвигается снова здоровое античное мирозерцание, оказавшее огромное влияние на формирование философской, этической, политической мысли в европейских странах. Так, Монтень в своих «Опытах» совершенно однозначно провозглашает противоположность культуры и религии. Он считал, что во времена античности наличие философских школ, публичные дискуссии на форумах способствовали резкому повышению интеллектуального и культурного уровня людей, которые обо всем могли судить здраво, опираясь на знания и собственный опыт [14].

Появляются научные издания, в 1796 г. выходит «Макробиотика» Х.В. Гуффеланда, посвящённая всем вопросам личной гигиены, в котором подводится итог эмпирическому, созерцательному периоду развития гигиены, основанному на житейском опыте. [8, с. 101].

**XIX–XX вв. Научная гигиена.** Дальнейший прогресс науки, общественной жизни и культуры выдвинул новые задачи перед гигиенической наукой и практикой. Гигиена становится на научный путь развития, её основоположником считается немецкий ученый Макс Петтенкофер (1818–1901) [8, с. 6].

Великий русский хирург и гуманист Н.И. Пирогов писал: «Я верю в гигиену. Вот где заключается истинный прогресс нашей науки». Он был сторонником профилактической медицины и считал, что «будущее принадлежит предохранительной медицине» [Цит. по: 9, с. 102].

Новый этап в развитии гигиены начался с развитием микробиологии в последней четверти XIX века. С открытием патогенной роли микробов получили научное обоснование многие гигиенические мероприятия. Известный представитель русской школы клиницистов Г.А. Захарьин (1829–1897) говорил: «Кто не знает, что самые губительные и распространённые болезни,

против которых пока бессильна терапия, предотвращаются гигиеной. Самые успехи терапии возможны лишь при условии соблюдения гигиены».

Меняется мировоззрение, начинают формироваться гигиенические традиции. Отныне воду стали считать союзником в борьбе с инфекционными болезнями. Регулярные ванны стали воспринимать как оздоровительные и профилактические средства. В связи с развитием научно-технического прогресса произошло множество технических, медицинских открытий [11, с. 335]. В конце XIX – начале XX в. обществу представляют первый душ и душевые кабины. В 20–30-е гг. прошлого столетия налаживается массовое производство средств интимной гигиены – огромный шаг вперед – от много-разовых к одноразовым гигиеническим продуктам. В первую очередь, это изобретение в 1919 г. латексного презерватива, которому предшествовало открытие в 1839 г. процесса вулканизации, превращающего каучук в прочный эластичный материал – резину, это и выпущенные в 1920 г. американской фирмой «Кимберли Кларк» первые одноразовые прокладки из материала целлюкотон, обладающего высокой гигроскопичностью, это и интравагинальный тампон «Тампрах», который изобретён в 1936 г. американским хирургом по просьбе своей жены и признан величайшим изобретением в области интимной гигиены женщины.

На широкое распространение средств интимной гигиены оказали влияние средства массовой информации, а сексуальная революция 1960-х гг. окончательно сняла «табу» на рекламу средств интимной гигиены.

В России гигиена с самого начала её научного становления формировалась как гигиена общественная. Что касается личной гигиены, то она превратилась в набор правил и рекомендаций по поводу соблюдения элементарной чистоты. На неё перестали смотреть как на науку о правильной здоровой жизни.

В обществе сформировалась своеобразная неготовность к восприятию истинных установок и целей личной гигиены, в т.ч. интимной. Однако под банальными ежедневными процедурами скрывается невероятно важный аспект – половое здоровье человека.

Такое толкование понятия личной гигиены в России и трудности реализации её научно обоснованных установок населением и отдельной личностью не могли не сказаться на общей и гигиенической культуре российского общества [1].

**Заключение.** Таким образом, гигиена прошла долгий путь развития: от эмпирической до самостоятельной профилактической дисциплины, от про-

стных, доступных, найденных опытным путём, до научно обоснованных эффективных методов и средств, в том числе и интимного плана.

На формирование мировоззрения стран и народов в разные периоды, оказывали влияние философские идеи, господствующая в то время религия, развитие науки и техники, что определялось существующим в то время общественным строем. Мировоззрение античности формировалось во многом за счёт развития философских идей. Материалистический подход Гиппократов к оценке влияния внешних факторов и среды на здоровье и на необходимость врачу учитывать эти факторы, расширяет мировоззрение, поднимает гигиену на более высокий уровень.

Религиозное мировоззрение в средние века привело к уничтожению античной культуры и античной философии, тем самым затормозив социальный и культурный прогресс человечества.

На изменение мировоззрения людей в XIX–XX вв. оказали влияние научные достижения, развитие торговли, техники, книгопечатание, распространение идей гуманизма. Повышается общая культура населения. Появляется интерес к гигиене, в том числе интимной. Все рекомендации становятся научно обоснованными.

Но так как в России гигиена с самого начала формировалась как гигиена общественная, то вопросы интимной гигиены длительное время оставались закрытыми для обсуждения. Поэтому встаёт проблема гигиенического воспитания и обучения населения, формирования **осознания необходимости** в гигиенических процедурах, следовать им и выполнять правильно в течение всей жизни. Большая роль в этом отводится педагогам, медицинским работникам и средствам массовой информации.

Здесь уместно вспомнить слова К. Маркса: «Теория лишь тогда становится материальной силой, когда она овладевает массами».

#### **Библиографический список:**

1. Гигиена с основами экологии человека: учебник / под ред. П.И. Мельниченко. М. : ГЭОТАР-Медиа, 2010. 751 с. : ил., табл. <http://vmede.org/>
2. Гигиена, санология, экология : учеб. пособие / под ред. Л.В. Воробьевой. СПб.: СпецЛит, 2011. 255 с. <http://vmede.org/>
3. Домострой / Рос. акад. наук ; сост.: В.В. Колесов, В.В. Рождественская. СПб. : Наука, 2000. 400 с. : ил. (Литературные памятники / редкол.: Багно В.Е. и др.).
4. Дулуман Е.К. Философия средневековья : конспект лекции. <http://sotref.com/>
5. Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП) // Информационный бюллетень / ВОЗ. Центр СМИ. 2013. № 110. URL: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs110/ru/>
6. Исхаков В.И. Этюды о здоровье: Ибн Сина и его античные предшественники / под ред. Б.Д. Петрова. Ташкент: Медицина УзССР, 1987. 134 с.

7. Марчукова С.М. Медицина в зеркале истории. М.: Европ. Дом, 2003. 272 с.
8. Пивоваров Ю.П. Гигиена и экология человека. М.: ВУНМЦ МЗРФ, 1999. 192 с.
9. Рыбкин В.С. Предмет и задачи гигиены. История возникновения и развития гигиены (избранные лекции по общей гигиене) // Астраханский вестник экологического образования. 2011. № 1(17). С. 98–102.
10. Советов С.Е. Очерки по истории гигиены детства с древнейших времен до конца 18 столетия. М. : МГПИ им. В.И. Ленина, 1960. 230 с.
11. Современные философские проблемы естественных, технических и социально-гуманитарных наук : учебник для системы послевуз. проф. образования / [В.В. Миرون и др.] ; под ред. В.В. Миронова. М.: Гардарики, 2006. 639 с.
12. Шульга Е.Н. Медицина в эпоху Ветхого Завета: из истории гигиены и библейской практики врачевания // История медицины: науч.-практ. журн. 2014. № 2. С. 5–13.
13. psy-sait.ru» mirovozzrenie
14. www.monten.ru

## **КУРС «ИСТОРИЯ ОТЕЧЕСТВА» В МЕДИЦИНСКОМ ВУЗЕ: ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ПОВИЛАЙТИС Андрей Владимирович**  
**Архангельск, Россия**  
**Северный государственный медицинский университет**  
**кафедра гуманитарных наук**  
**ст. преподаватель КГН СГМУ**

*Аннотация: Выделены четыре специфических аспекта в методике преподавания курса «История Отечества» как непрофильной дисциплины в медицинском вузе.*

*Ключевые слова: методика преподавания, история Отечества, медицинское образование.*

Преподавателей высшей школы, несмотря на реализацию совершенно разных дисциплин, объединяют общая цель и задачи: формирование у студентов мотивации, реализация компетенций, воспитательный аспект и т.п. Но иногда есть проблемы, факторы, которые не предусматриваются учебными программами, их решения нет в учебниках по педагогике, ибо всех нюансов в жизни не предугадать. Именно с их учётом возникают особенности преподавания определённых дисциплин в конкретное время, в конкретных вузах.

Свою специфику имеет преподавательская деятельность в медицинском вузе. Особенно это касается гуманитарных дисциплин, реализация которых ставит своей целью формирование у студентов общекультурных компетенций.

В последнее время, в связи с введением ЕГЭ, наблюдается тенденция снижения показателей успеваемости студентов, более низкий уровень их базовых знаний, если говорить о профильных предметах. Ещё сложнее ситуа-

ция обстоит с предметами непрофильными. Для медицинского вуза, например, таковой является дисциплина «История Отечества». Специфика преподавания этого предмета подтверждается наличием учебников и учебных пособий [3].

История Отечества – это предмет не новый для студентов, они более пяти лет изучали его в школах. Особенность истории, как науки, заключается в том, что она чаще других переписывалась, при этом менялись акценты, оценки событий и лидеров государств. По-разному история преподавалась в школах городских и сельских. Нередки случаи, когда предмет «История» в малокомплектной сельской школе, в связи с нехваткой кадров, мог преподавать учитель химии или даже физкультуры. И новоиспечённые студенты приходят в вуз со своими знаниями истории и со своим отношением к ней. Поэтому первоочередной и важнейшей задачей преподавателя истории Отечества в вузе является преодоление негативной предубеждённости в сознании студентов на всём протяжении учебного процесса.

Как показывает практика преподавательской деятельности, у многих студентов отношение к истории Отечества и к другим гуманитарным предметам образно выражается в фразе: «так, для общего развития», что демонстрирует невысокий уровень осознания их необходимости в образовательной среде. Со стороны студентов часто проявляется формализм в подготовке к занятиям, сравнительно невысокая активность и работоспособность, нередко встречается внутренний протест.

Студентка первого курса лечебного факультета В. К. в своём эссе открыто написала: «Зачем нужна История Отечества? Она у нас пять лет была в школе. Я хочу стать врачом. Хотела бы изучать историю – поступала бы на исторический факультет в гуманитарный вуз. Нам не хватает времени выучить анатомию, а тут ещё история». И это мнение – далеко не единственное.

Одна из главных причин подобного отношения – высокий уровень учебной нагрузки. Ни для кого не секрет, что учиться в медицинском университете значительно сложнее, чем в гуманитарном или техническом вузе. Практика преподавательской деятельности подтверждает, что студенты, у которых, в силу определённых причин, возникают проблемы в освоении профильных дисциплин, с раздражением станут относиться к требовательности преподавателей в изучении непрофильных предметов, например, к истории Отечества, и как следствие – формализм, внутренний протест, низкое качество знаний.

Другой причиной внутреннего недовольства некоторых студентов является недопонимание необходимости учебной дисциплины «История Отечества» в процессе обучения. Действительно, этот предмет не один год изучается в школе и повторяется в вузе с более подробным анализом ключевых событий, при этом в вузе нет акцента на медицинский уклон истории, поскольку существует другая дисциплина – история медицины. Каждый год на первом занятии по истории Отечества некоторые преподаватели имеют практику анкетирования студентов по своему предмету. И на вопрос в анонимных анкетах: «По-вашему мнению, есть ли необходимость в медицинском вузе продолжать изучать историю Отечества» – далеко не все отвечают «да».

Третья причина – это, образно выражаясь, «дух времени». Сегодняшние студенты – это поколение печально известных и кризисных 1990-х гг. Объективный взгляд на этот период не даёт повода для позитивной оценки, не говоря уже об отношении к нему современников-обывателей. Критическое и негативное отношение к современности, к собственной стране, её власти часто распространяется и на её историю и интерес к ней.

Четвёртая причина. Важную роль в формировании предубеждённости студентов в отношении учебного предмета играет рейтинг соответствующей кафедры в вузе, её внешний облик и репутация. Не только человека встречают «по одежке». И чем ниже будут «внешний вид» и рейтинг кафедры в вузе, тем гораздо меньшую ценность будет представлять для студентов учебный материал по её дисциплинам. Во многих ли вузах кафедра истории (или гуманитарных наук) находится на высоте по оснащённости или выглядит, хотя бы внешне, не хуже других? Риторический вопрос.

Это четыре главных причины, которые способны вызвать предубеждённость студентов в отношении непрофильных и когда-то уже изучаемых предметов. Есть и иные, более частные аспекты, которые вызывают трудности в процессе изучения истории Отечества в медицинском вузе, но не будем на них останавливаться, лишь зафиксируем это, как особенность в преподавании данной дисциплины.

Преодоление негативной предубеждённости студентов – главная задача педагога, с учётом которой он должен строить свою методику преподавания. И это должно происходить не только на первом занятии, но и на всех последующих, где систематически необходимо «держат планку» значимости собственного предмета, без которой весь остальной процесс будет бессмысленной тратой времени.

В преподавании любой дисциплины присутствует явная и так называемая «неявная» цель. Основа любой явной цели – это формирование знаний, умений, навыков. А что касается основы неявной цели, то для предмета история Отечества она должна приучить обучающегося, как минимум, интересоваться тем, что происходит в стране, а как максимум – научить его стать подлинным патриотом. Студент-медик это должен особенно понимать, как будущий врач. Понятие «врачебный долг» очень тесно связано с понятием «гражданский долг». Истинный врач должен любить и уважать свою профессию, несмотря на состояние больниц, зарплат, встречающихся иногда хомоватых пациентов, точно также, как и гражданин должен любить и уважать свою страну, даже если вокруг кризис, война, бедность.

Важная задача для педагога-историка – это закрепление в сознании студента-медика идеи того, что он не просто будущий врач, но и гражданин своей страны. Стремление быть хорошим врачом должно способствовать, а не отменять стремления быть хорошим гражданином. Хочется в подтверждение этой мысли процитировать доктора медицинских наук, заслуженного врача России Е.А. Вагнера: «Врач-гражданин, человек с государственным складом мышления – вот какой медик нужен нашему обществу. И здесь нет ни малейшего преувеличения, идет ли речь об участковом враче, клиницисте или ученом. [...] Высокую гражданскую ответственность и необходимо сознавать во всей полноте, готовясь к труду в медицине» [1, с. 10]. Исследователь О.А. Авраменко нашла подтверждение этой идее как в реальной жизни, так и в художественной литературе, заявив, что «чтобы стать врачом, надо быть безукоризненным человеком» [7].

В преподавании истории Отечества, особенно при изучении военных периодов истории, необходимо делать акцент на то, что медики – военнообязанные. Хорошими примерами для этого являются личности Н.И. Пирогова (в годы Крымской войны 1853–1856), В.Ф. Войно-Ясенецкого (св. Лука) (в годы 1941–1945) и др.

История Отечества – это дисциплина, которая развивает патриотизм, гражданские качества, передает хорошо зарекомендовавшие себя традиции, ценности, культуру, позитивный и негативный опыт. Она даёт возможность видеть и оценивать перспективы, а также понимание многих факторов. Необходимо объяснять студентам, что существовали не только тяжёлые, негативные периоды в нашей истории, но и периоды процветания, стабильности, и они ещё вполне возможны в будущем. Надо знакомить студентов с яркими личностями, оставившими свой след в нашей истории, среди которых

были и люди из высших слоев населения, и из самых низов, давать им современную оценку, т.к. в средней школе не всегда это делалось объективно.

История Отечества в вузе – это предмет, который способствует развитию системного мышления. Это связано с тем, что вся история России изучается за один семестр, хотя в школах это занимает пять лет. Развитое системное мышление очень необходимо будущему врачу, чтобы видеть всю «картину болезни пациента» целиком, а не отдельные её фрагменты. Студенты должны осознать, что без хорошо сформированных общекультурных компетенций, без развитой гражданственности они, по сути, станут не врачами, а медицинскими техниками.

Преподаватель высшей школы, давая знания по истории Отечества, в основе своей, одинаковые для всех студентов, никогда не должен забывать о том, что его слушают медики. И для поддержания интереса, есть смысл в лекциях или на семинарах, соприкоснуться с факторами медицины. Такими могут быть, например, сведения о влиянии болезней лидеров государства на ход истории. Известно также, что в советский период кремлёвская медицина была инструментом политической власти в стране [5], «дело врачей» 1951–1953 гг. [4] характеризовало определённый исторический период. Будет также целесообразно познакомить студентов с научной и научно-популярной литературой по истории России, созданной профессиональными врачами (например, В.Д. Тополянский [6], С. С. Миронин [2]).

Таким образом, преподавание дисциплины «История Отечества» в медицинском вузе имеет свою специфику. Главными задачами педагога являются преодоление негативной предубеждённости к непрофильному и уже изучаемому в школе предмету, развитие системного мышления и гражданских качеств у студентов. Необходимо при изучении истории своей страны, давать информацию о гражданской роли, вкладе или подвиге медиков. А в идеале, студент должен научиться любить и уважать свою страну, несмотря на все её недостатки точно также, как истинный врач должен научиться любить и уважать свою профессию.

#### **Библиографический список:**

1. Вагнер Е.А. Раздумья о врачебном долге. Пермь: Кн. изд-во, 1986. 222 с.
2. Миронин С.С. Убийство Сталина: крупнейший заговор XX века. М: Эксмо, 2011. 209 с.
3. Михайлова М.Е. Учебно-методическое пособие по курсу «История Отечества» (для студентов медицинских вузов): в 2 ч. Астрахань, 2012.
4. Повилайтис А.В. Дело врачей (1951–53 гг.): между профессиональным долгом и выживанием // Медицина и гуманитарные знания: области соприкосновения: сб. статей. Архангельск, 2014. С. 84–87.

5. Повилайтис А.В. Кремлёвская медицина как инструмент политической власти в советской России // Медицина и гуманитарные знания: области соприкосновения: сб. ст. Архангельск, 2014. С. 27–32.
6. Тополянский В.Д. Вожди в законе: очерки физиологии власти. М.: Права человека : Издатцентр, 1996. 352 с.
7. «Чтобы стать врачом, надо быть безукоризненным человеком». Образ врача в художественной литературе : рек. библиогр. указатель / ГБОУ ВПО СтГМА Минздравсоцразвития России, Науч. б-ка; [сост. О.А. Авраменко]. Ставрополь, 2012. 30 с.

## ДОФИЛОСОФСКОЕ МИРОВОЗЗРЕНИЕ

ТАКИУЛИНА Екатерина Сергеевна

БУЛАТОВА Елена Алексеевна

Архангельск, Россия

Северный государственный медицинский университет

Кафедра гуманитарных наук

2 курс, Медико-профилактический ф-т

Науч. рук.: канд. филос. наук, зав. каф. КГН СГМУ

МАКУЛИН Артём Владимирович

*Аннотация: Определено место мифологии в формировании мировоззрения человека. На основе социологического опроса, проведённого среди студентов-медиков, выявлено отношение студентов к мифологии и проявлению её в современной жизни.*

*Ключевые слова: философия, мировоззрение, мифология*

Философию часто представляют как некое абстрактное знание, оторванное от реальности повседневной жизни. Нет ничего более далёкого от истины, чем это представление. В действительности все свои проблемы философия черпает из жизни и решает их с единственной целью – помочь человеку совершенствоваться и вырабатывать мировоззренческие и, духовно-нравственные, эстетические установки, идеалы и ценности личности, с помощью которых возможно переживать жизненные невзгоды и добиваться успеха. Для этого философия даёт изучающему индивиду как богатый фактический материал для размышлений, так и весьма эффективные инструменты мыслительной деятельности.

Философия – мировоззренческая форма сознания. Однако не всякое мировоззрение можно назвать философским. Каждый, кто знаком с мифами Древней Греции знает, что на протяжении сотен и тысяч лет люди жили как бы в особом мире грёз и фантазий. Эти верования и представления играли в их жизни очень важную роль: они были своеобразным выражением и хранением исторической памяти, регулятивом их социальной организации [2].

Мировоззрение – это сложное, синтетическое, интегральное образование общественного и индивидуального сознания. Существенное значение для его характеристики имеет пропорциональное присутствие различных компонентов – знаний, убеждений, верований, настроений, стремлений, надежд, ценностей, норм, идеалов и т.д. В структуре мировоззрения можно выделить четыре основных компонента:

- 1) Познавательный компонент. Базируется на обобщённых знаниях – повседневных, профессиональных, научных и т.д. Он представляет конкретно-научную и универсальную картину мира, систематизирующие и обобщающие результаты индивидуального и общественного познания, стили мышления того или иного сообщества, народа или эпохи.
- 2) Ценностно-нормативный компонент. Включает в себя ценности, идеалы, убеждения, верования, нормы, директивные действия и т.д. Одно из главных назначений мировоззрения состоит не только в том, чтобы человек опирался на какие-то общественные знания, но и в том, чтобы он мог руководствоваться определёнными общественными регуляторами. Ценность – это свойство какого-то предмета, явления удовлетворять потребности, желания людей. В систему ценностей человека входят представления о добре и зле, счастье и несчастье, цели и смысле жизни. Ценностное отношение человека к миру и самому себе формируется в определённую иерархию ценностей, на вершине которой располагаются своего рода абсолютные ценности, зафиксированные в тех или иных общественных идеалах. Следствием устойчивой, повторяющейся оценки человеком своих отношений с другими людьми являются социальные нормы: моральные, религиозные, правовые и т.п., регулирующие повседневную жизнь как отдельного человека, так и всего общества. В них в большей мере, чем в ценностях, присутствует приказной, обязывающий момент, требование поступать определённым образом. Нормы являются тем средством, которое сближает ценностнозначимое для человека с его практическим поведением.
- 3) Эмоционально-волевой компонент. Существует для того, чтобы знания, ценности и нормы реализовывались в практических поступках и действиях. Необходимо их эмоционально-волевое освоение, превращение в личные взгляды, убеждения и верования, а также выработка определённой психологической установки, которая и осуществляется в эмоционально-волевой составляющей мировоззренческого компонента.

4) Практический компонент. Мироззрение – это не просто обобщение знания, ценности, убеждения, установки, а реальная готовность человека к определённому типу поведения в конкретных обстоятельствах. Без практической составляющей мироззрение носило бы крайне абстрактный характер. Даже если это мироззрение ориентирует человека не на участие жизни, не на действенную, а на созерцательную позицию, оно всё равно проектирует, стимулирует определенный тип поведения.

На основе вышеизложенного можно определить мироззрение как совокупность взглядов, оценок, норм и установок, определяющих отношение человека к миру и выступающих в качестве ориентиров и регуляторов его поведения.

По характеру формирования и способу функционирования можно выделить жизненно-практический и теоретический уровни мироззрения. Жизненно-практический уровень мироззрения складывается стихийно и базируется на здравом смысле, обширном и многообразном повседневном опыте. Этот уровень мироззрения нередко называют жизненной философией. Такова важнейшая сфера функционирования мироззрения, поскольку именно на этом уровне оно включается в социальное и индивидуальное взаимодействие абсолютного большинства людей. Жизненно-практическое мироззрение крайне неоднородно, как неоднородны по характеру преобразования и воспитания его носители. На формирование этого уровня мироззрения существенное влияние оказывают национальные, религиозные традиции, уровни образования, интеллектуальной и духовной культуры, характер профессиональной деятельности и многое другое.

Жизненно-практическое мироззрение включает в себя навыки, обычаи и традиции, передаваемые из поколения в поколение, и познанный опыт каждого конкретного индивида. Оно помогает человеку ориентироваться в сложных жизненных обстоятельствах. Вместе с тем, следует отметить, что этот уровень мироззрения не отличается глубокой продуманностью, систематичностью, обоснованностью. В нём нередко внутренние противоречия, устойчивые предрассудки.

Эти недостатки преодолеваются на другом, более высоком уровне мироззрения, который носит теоретический характер. К этому уровню решения мировоззренческих проблем, наряду с наукой, принадлежит и философия. В отличие от всех других форм и типов мироззрения, философия претендует на теоретическую обоснованность как содержания, так и способов достиже-

ния обобщённых знаний о действительности, а также норм, ценностей и идеалов, определяющих цели, средства и характер деятельности людей.

Соотношение жизненно-практического и теоретического уровней мировоззрения в определённой мере можно выстроить и в исторической последовательности. В этом случае, можно сказать, что жизненно-практическое мировоззрение находит своё обобщенное мировоззрение в мифологии и религии. А это значит, что мифологию и религию можно рассматривать как предшественников философии [4].

Значение мифологии и религии. На заре истории человечества, когда были ещё в силе родовые принципы в хозяйственной и культурной жизни, господствующей формой мировоззрения была мифология. Мифологией называется собрание мифов, а также наука о мифах, их изучение, уяснение их места в составе культуры народов мира. Мифология есть результат настоятельной духовной потребности объяснить мир и разобраться в явлениях природы. Ещё не вооруженная наукой и философией, пытливая мысль родового человека рвалась к постижению регулятивных сил бытия природы и людей. Этот процесс шёл через олицетворение в образах богов, перед которыми человек испытывал чувства удивления, бессилия и преклонения. Вместе с тем реальная жизнь людей тесно переплеталась с обитающими на Олимпе образами богов. Им приписывались даже человеческие пороки. Боги мыслились не только могущественными, но и капризными, зловредными, преисполненными мстительности. Суть мифологического феномена выявлена очень точно Гегелем: «Всё содержание, приписываемое богам, должно оказаться вместе с тем собственной внутренней сущностью индивидов, так что, с одной стороны, господствующие силы представляются индивидуализированными сами по себе, а с другой стороны, это внешнее для человека начало оказывается имманентным его духу и характеру». Мифология являла собой образно-художественный способ объяснения или попытку объяснения явлений природы и жизни людей, взаимоотношение земного и космического начал. Это попытка объяснения осуществлялась через олицетворение сил природы, т.е. уподобление их живым существам. Мифология ориентирована на осмысление фундаментальных антиномий человеческого бытия, на гармонизацию человека, общества и природы. Об этой принципиальной роли философии, о её специфических возможностях в познании сложнейших явлений, коим является и бытие, хорошо сказал учёный В.И. Вернадский: «Я смотрю на значение философии в развитии знания совсем иначе, чем большинство натуралистов, и придаю ей огромное, плодотворное значение.

Мне кажется, что философия и наука стороны одного и того же процесса – стороны совершенно неизбежные и неотделимые. Они отделяются только в нашем уме. Если бы одна из них заглохла, прекратился бы живой рост другой... Философия всегда заключает зародыши, иногда даже предвосхищает целые области развития науки...» [1].

В мифологии происходило метафорическое сопоставление природных и социокультурных явлений, очеловечивание окружающей природы, одушевление фрагментов космоса. Попытки объяснения сводились к рассказам о происхождении и творении. Как начальная форма мировоззрения, мифология выражала не только наивные формы объяснения природных и социальных явлений, но и нравственное и эстетическое отношение к миру. Мифологическое мышление оперирует конкретным и персональным. Мифология в своём возникновении была наивной философией и наукой или вненаучной формой познания [3]. Мифологическое мировоззрение выражалось не только в повествованиях, но и в действиях: обрядах, танцах и т.д. Мифология входит существенной частью в состав религиозных верований, что уже составляет языческую форму религиозного сознания. В качестве нерасчленённого, единого целого, мифология включала в себя зачатки не только религии, но и философии, политических воззрений, различных форм искусства и всевозможных форм словесного искусства: сказки, героический эпос, легенды, исторические предания. Мифологическая культура, вытесненная в более поздний период философией, конкретными науками и творениями искусства, сохраняет свою значимость на всем протяжении всемирной истории до настоящего времени. Никакая философия и никакая наука, и жизнь вообще не властны разрушить мифы: они неуязвимы и бессмертны. Их нельзя и оспорить, потому что они не могут быть обоснованы и восприняты сухой силой рациональной мысли. И всё-таки надо их знать – они составляют значимый факт культуры [5].

Миф обычно совмещает в себе два аспекта – диахронический (рассказ о прошлом) и синхронической (объяснение настоящего и будущего). Таким образом, с помощью мифа прошлое связывалось с будущим, и это обеспечивало духовную связь поколений. Содержание мифа представлялось первобытному человеку в высшей степени реальным, заслуживающим абсолютно-го доверия.

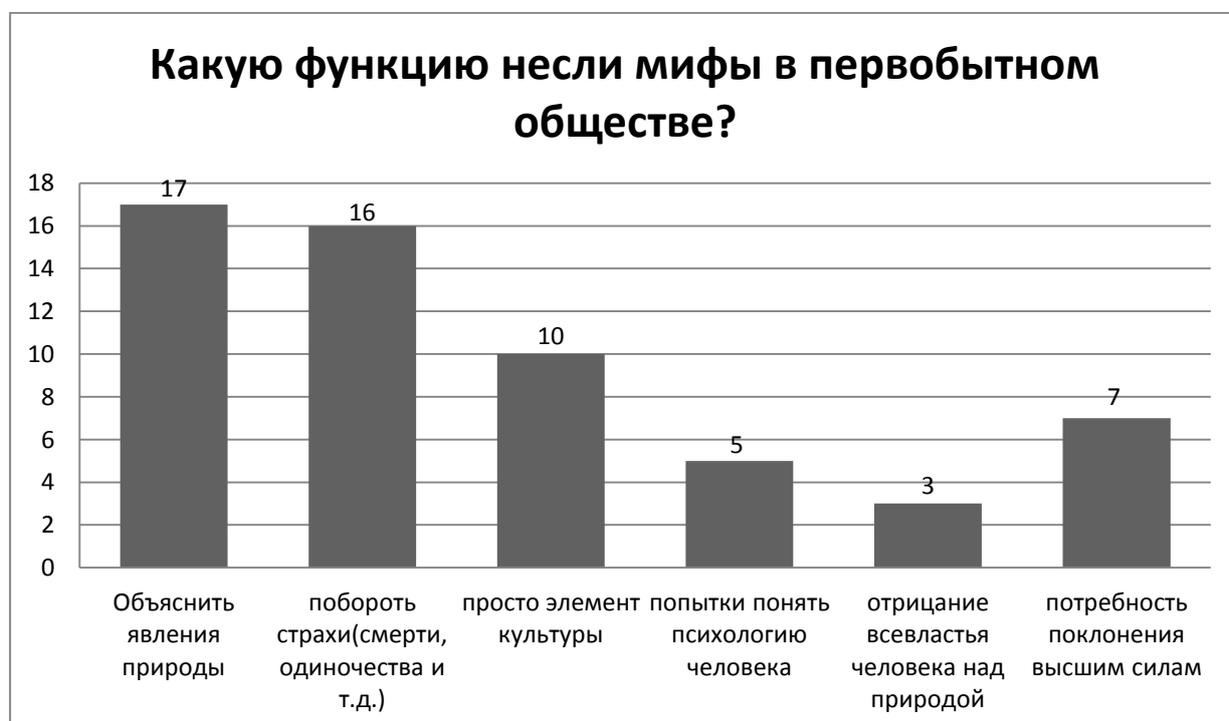
Мифология играла огромную роль в жизни людей на ранних стадиях их развития. Мифы, как уже отмечалось раньше, утверждали принятую в данном обществе систему ценностей, поддерживали и санкционировали опреде-

лённые нормы поведения. И в этом смысле они были важными стабилизаторами общественной жизни. Главное значение мифов состоит в том, что они устанавливали гармонию между миром и человеком, природой и обществом, обществом и индивидом и, таким образом, обеспечивали внутреннее согласие человеческой жизни.

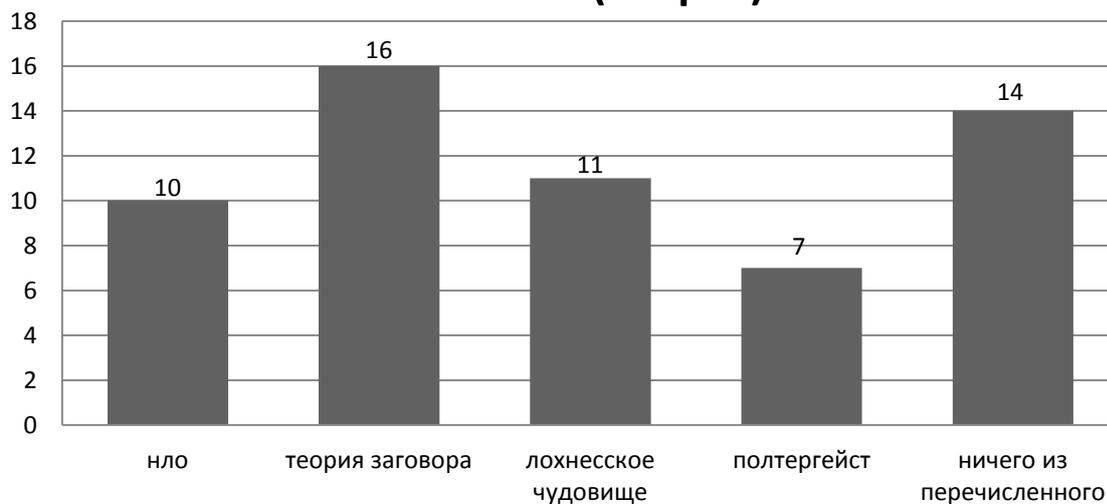
По отношению к философскому мировоззрению дофилософские мировоззренческие формы и исторически, и логически оказываются их необходимым, естественным предшествованием. Мифологическое сознание было сознанием глубокой, интимной связи человека и природы в эпоху родового строя [2].

В настоящее время огромное влияние на сознание человека и его взгляды на жизнь оказывает СМИ. Ежедневно на различных каналах людям внушают веру в различные мистические и мифологические явления, такие как НЛО, экстрасенсорика, шаманство, а также существование групп, которые имеют сверхъестественные возможности контроля и управления сложнейшими социальными и политическими процессами (теория заговора).

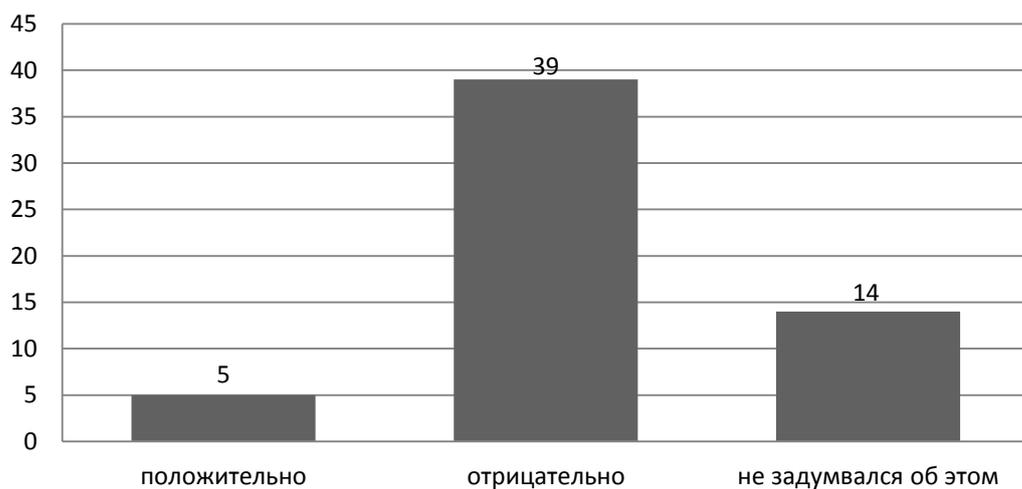
На основании вышеизложенного мы провели опрос среди студентов архангельских вузов, чтобы оценить, как они понимают функцию мифов в первобытном обществе, а также в современном мире.



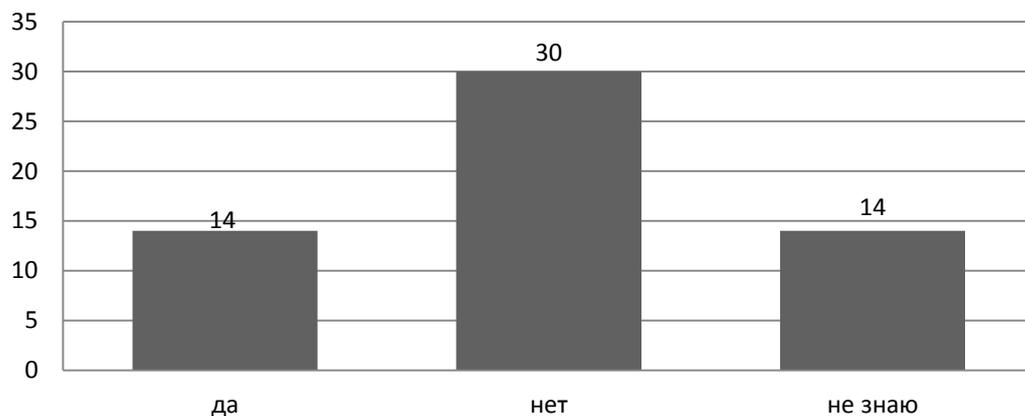
### "Верите ли вы 1 из нижепредставленных явлений (мифов)?"



### Как вы относитесь к целительству, шаманству, знахарству?



### Верите ли вы в существование экстрасенсов?



**Заключение.** В настоящее время проблемы мировоззренческой ориентации человека, осознание им своего места и роли в обществе, цели и смысла социальной и личной активности, ответственности за свои поступки и выбор форм и направлений своей деятельности становятся главными.

В формировании и становлении мировоззренческой культуры человека философия всегда играла важную роль, связанную с её многовековым опытом критически-рефлексивного размышления над глубинными ценностями и жизненными ориентациями. Философы во все времена и эпохи брали на себя функцию прояснения проблем бытия человека, каждый раз заново ставя вопрос о том, что такое человек, как ему следует жить, на что ориентироваться, как вести себя в период кризисов культуры.

Понятия, категории, принципы, законы и теории философии так же, как и других наук, развиваются, подвергаются критике, отвергаются и уточняются. Словом, философия есть свободная и универсальная область человеческого знания. Она есть постоянный поиск нового. Говорят, что философия в отличие от других наук не имеет эмпирического уровня познания. С этим нельзя согласиться: любой истинно философски мыслящий человек опирается не только на эмпирический материал других наук, но всю свою сознательную жизнь наблюдает за потоком истории, присматривается к поведению людей, а через искусство сталкивается с отражением жизни.

#### **Библиографический список:**

1. Вернадский В.И. Философские мысли натуралиста. М.: Наука, 1988.
2. Кохановский В.П. Философия : учебник для высш. учеб. заведений. Ростов/н/Д.,1998.
3. Лосев А.Ф. Античная мифология в её историческом развитии. М., 1957.
4. Радугин А.А. Философия: курс лекций. М.: Центр, 2000.
5. Спирикин А.Г. Философия: учебник. М.: Гардарики, 1999.

### III. Актуальные проблемы биоэтики

#### ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ РАБОТОСПОСОБНОСТИ

**БЕРНИКОВ Михаил Александрович**  
Архангельск, Россия  
Северный государственный медицинский университет  
Кафедра гуманитарных наук  
2 курс. Лечебный ф-т  
E-mail: m642835@yandex.ru  
Науч. рук.: канд. филос. наук, зав. каф. КГН СГМУ  
**МАКУЛИН Артём Владимирович**

*Аннотация: Проведено социологическое исследование влияния эмоций на работоспособность студентов.*

*Ключевые слова: эмоции, студенты, социологический опрос*

Эмоциональная сфера человека изучается уже давно. Во времена Античности философы полагали, что эмоции – это нечто низменное и оно должно быть подчинено высшей сфере – разуму. С тех пор, переходя из одной эпохи в следующую, мнение о положении эмоций менялось и на сегодняшний момент известно, что эмоции невозможно контролировать усилием воли. Конечно, вы можете сказать: «Я неоднократно сдерживал гнев или противостоял страху», – но я веду речь о том, что невозможно усилием воли заставить эмоциям появляться. Как бы человек не старался подавить свои эмоции, они всё равно выражаются в так называемых «микровыражениях». Эти микровыражения изучал американский психолог, специалист в области психологии эмоций Пол Экман. Он также был вдохновителем телесериала «Обмани меня».

Таким образом, эмоции не поддаются контролю высшей нервной системы, но что такое эмоции и для чего они нужны? Для объяснения сути эмоций я воспользуюсь определением, которое предложил И. Кондрашин: «эмоции (франц. Emotion от лат. Emovere – потрясаю, волную) – субъективные реакции человека и животных на воздействие внутренних и внешних раздражителей, проявляющихся в виде удовольствия или неудовольствия, радости, страха и т. д. и охватывающие практически все виды чувствительности и переживаний. Сопровождая любые проявления жизнедеятельности организма, эмоции отражают в форме непосредственного переживания значимость (смысл) явлений и ситуаций, состояний организма и внешних воздействий и служат одним из главных механизмов внутренней регуляции психической

деятельности и поведения, направленных на удовлетворение актуальных потребностей (мотиваций)» [1].

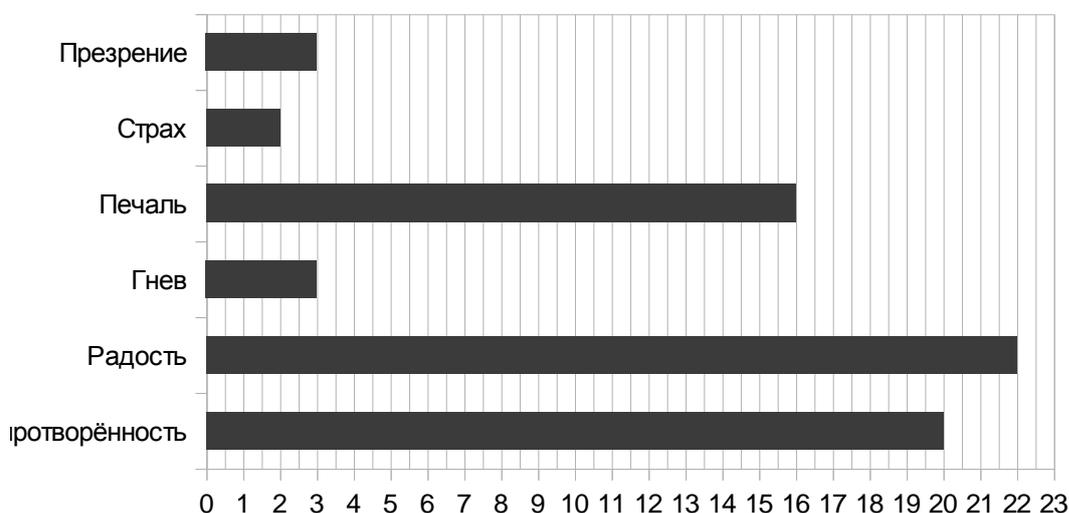
Следуя из данного определения, эмоции служат механизмом регуляции психической деятельности и поведения человека. А от психической деятельности зависит работоспособность.

Целью моей работы является исследование влияния позитивных и негативных эмоций на работоспособность студента. Чтобы достичь поставленной цели я провёл опрос.

В опросе участвовало 70 респондентов. Опрос был направлен на то, чтобы выявить эмоции, которые испытывают студенты во время работы и во время безделья, а также, какие эмоции способны мотивировать студента на работу.

По результатам опроса выяснилось, что студенты большую часть времени испытывают положительные эмоции. Это неудивительно, ведь студенческая жизнь полна радостей. Общение с друзьями, активный отдых и участие в различных организациях и мероприятиях дают свои плоды.

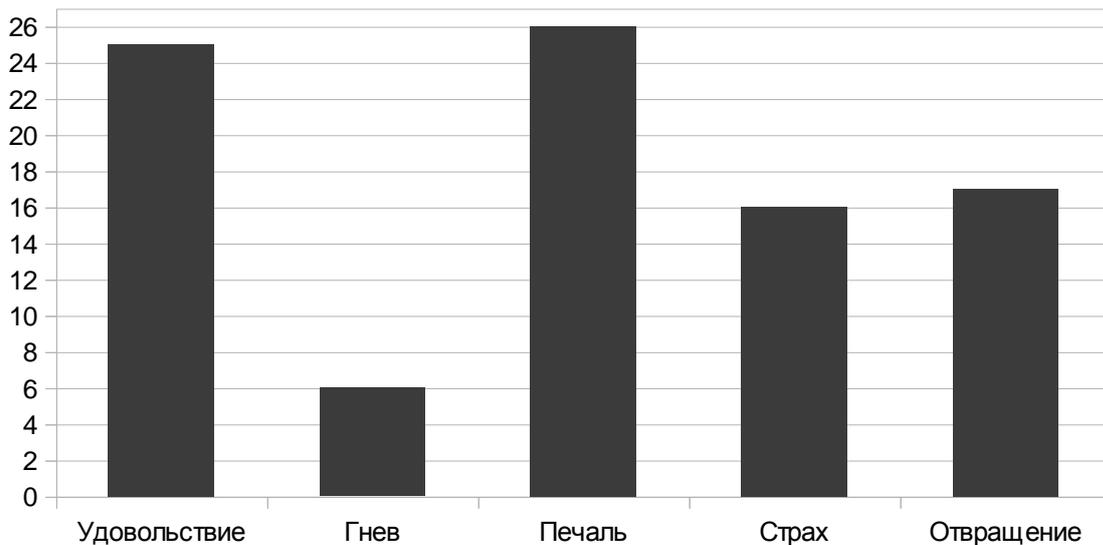
#### Какую эмоцию Вы испытываете чаще всего?



Другая ситуация наблюдается во время работы.

Если разделить ответы на этот вопрос на положительные эмоции и отрицательные, то выйдет соотношение 25 к 65 соответственно (количество ответов не соответствует количеству респондентов, так как был возможен выбор нескольких вариантов ответа). Почему же студенты испытывают чаще отрицательные эмоции? Кто-то учится в своё удовольствие, с интересом вникая в материал предмета, но, к сожалению, большинство не видит в этом

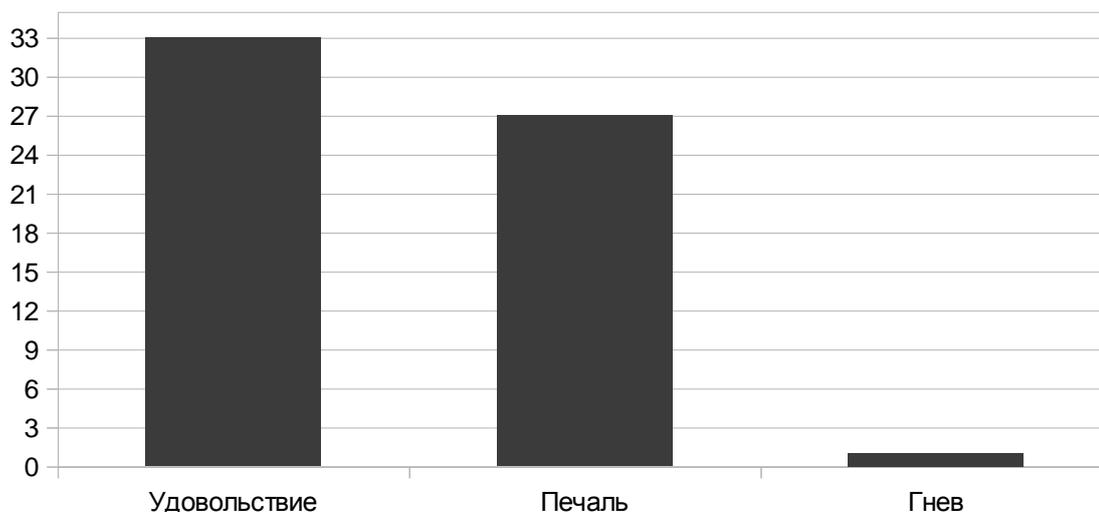
## Какие эмоции Вы испытываете во время работы?



интереса, лишь необходимость, чтобы закончить дисциплину и получить зачёт. Отсюда и возникают такие эмоции как гнев, если не получается решить задачу или запомнить сложный материал. Печаль – от нежелания работать, отвращение – эмоция непринятия, возможно студент не хочет заниматься конкретной дисциплиной вообще, страх – реакция на наказание в виде отработки, неудовлетворительной оценки или же если студент знает, что преподаватель очень строг. Вот что пишет признанный во всём мире психолог Михай Чиксентмихайи: «Концентрация требует больших усилий, когда приходится вступать в борьбу с эмоциями и мотивацией. Студент, ненавидящий математику, с огромным трудом сосредоточивает внимание на учебнике с задачами достаточно долго, чтобы воспринять материал, причём для этого ему требуются мощные стимулы (к примеру, стремление закончить курс). Как правило, чем труднее интеллектуальная задача, тем труднее сосредоточится на её решении. Однако когда человеку нравится работа и его мотивация достаточно сильна, концентрация даётся ему легко и без усилий, даже если этому препятствуют многочисленные внешние факторы» [2].

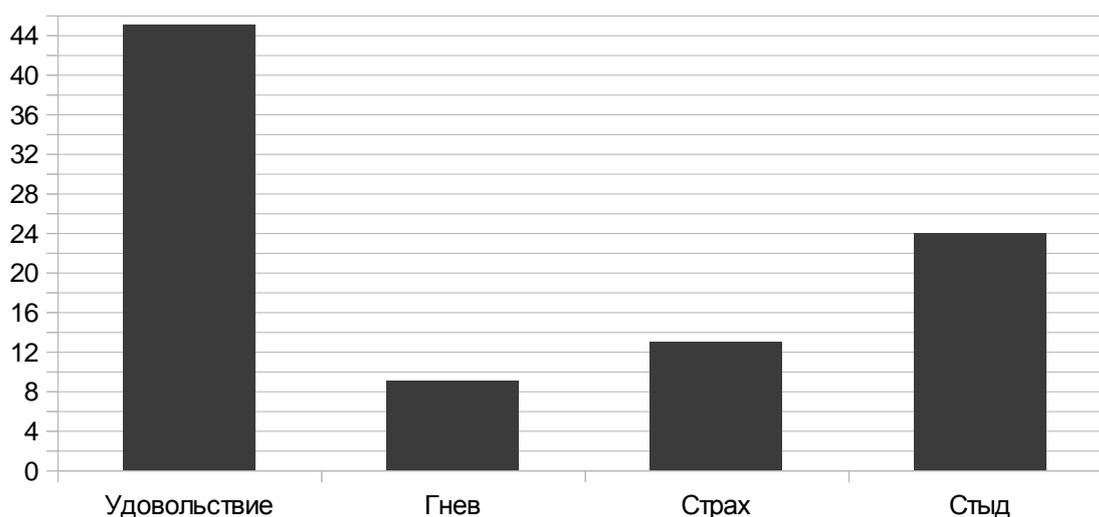
Безделие – время когда у человека нет целей, и на это человек реагирует по-разному. Либо получает от этого удовольствие, ведь ничего делать не нужно, никаких энергозатрат, либо этот промежуток времени превращается в испытание. Есть люди, которые не могут ничего не делать, им постоянно нужно занятие, конечно, такие люди встречают безделие очень негативно. Кто-то может злиться на себя за своё ничегонеделанье, но чаще всего человек испытывает печаль и даже депрессию.

Какую эмоцию Вы чаще испытываете во время безделья?



Ситуация: студент после университета возвращается домой. Конечно, уставший, ему необходимо время для восстановления. В это время он занят чем угодно, только не учёбой. Личные дела, просмотр телевизора, компьютерные игры... Но нужно же подготовиться к завтрашнему дню в университете. Что заставляет студента вернуться к учёбе? Это и было следующим вопросом в анкете.

Какие эмоции мотивируют Вас для работы?

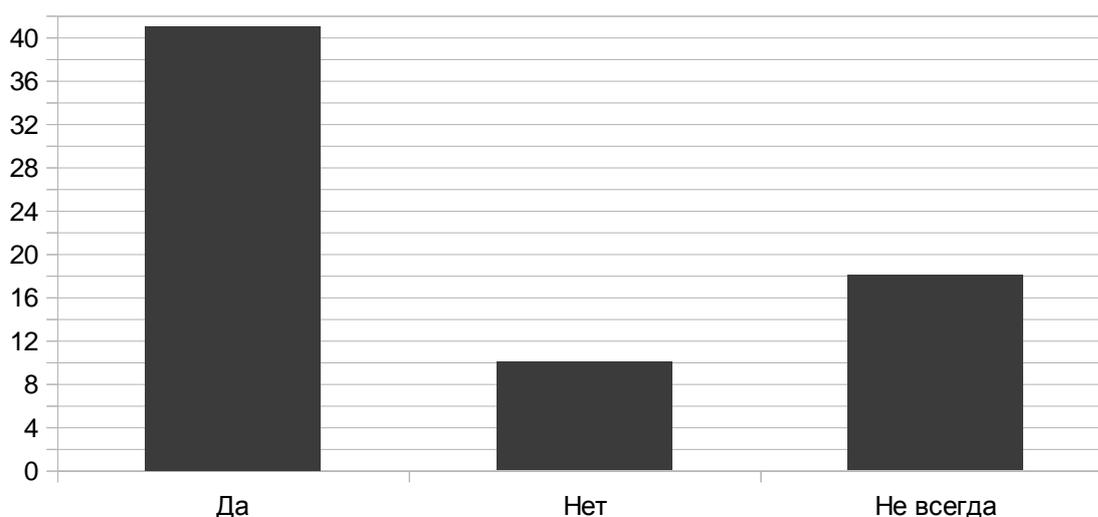


Как видно из диаграммы, соотношение положительных эмоций и отрицательных 45 к 46 соответственно (в этом вопросе вновь была возможность выбрать несколько ответов). Также было 5 ответов с отличными вариантами ответов от предложенных, среди них «печаль», «восхищение», «никакие» и 2

ответа «радость». Таким образом, более точные цифры 48 к 47, почти поровну. Одна половина, отдохнув хорошенько, заряжается положительными эмоциями и с новыми силами берётся за изучение материала для занятия. А другая половина испытывает другой спектр эмоций: гнев – хороший мотиватор, эмоция гнева проявляется в тот момент, когда перед нами возникает некое препятствие, появляется страх при осознании возможного наказания, если придти не готовым к занятию. Ну, а стыд возникает у тех, кого мучает совесть, хотя и не хочется заниматься, но внутренне человек осознаёт, что это его некая обязанность.

В хорошем настроении работать легче, чем в плохом. Вы наверняка это замечали на личном опыте. Когда день не задался, то и заниматься нет желания. Вновь приведу слова Михайа Чиксентмихайи: «Эмоции влияют на внутреннее состояние сознания. Негативные эмоции – грусть, страх, волнение, скука, – производят в мозгу «психическую энтропию», то есть состояние, когда мы не можем полностью сосредоточить внимание на выполнении внешних задач, поскольку оно необходимо нам для восстановления внутреннего субъективного порядка. Позитивные эмоции – счастье, сила, собранность – ведут к психической негэнтропии (понятие, обратное энтропии, упорядоченность), поскольку нам не нужно внимание, чтобы копаться в себе и жалеть себя, и, таким образом, психическую энергию легко направить на любую идею или задачу, которой мы сочтём нужным заняться»[2]. Я убедился в справедливости этих слов, когда получил следующие результаты на вопрос:

#### Мешают ли Вам отрицательные эмоции при работе?

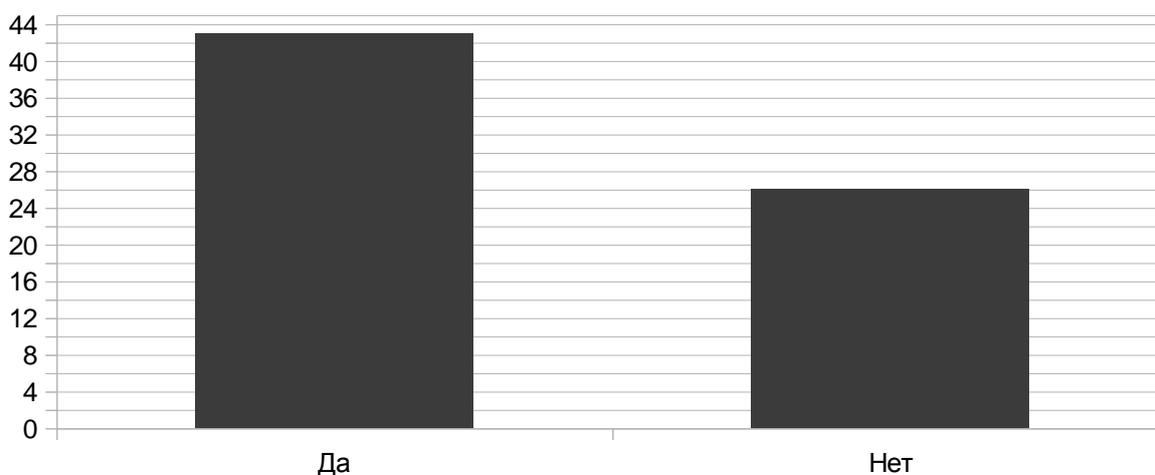


41 человек ответили, что им мешают отрицательные эмоции во время работы. 10 человек устойчивы к влиянию негативных эмоций и 18 человек,

видимо, попадают под это влияние в зависимости от силы негативных переживаний.

Чуть ранее я и сказал, что в хорошем настроении работать легче, но бывают ситуации, в которых даже положительные эмоции могут сыграть пагубную роль. Это происходит при выполнении рутинной работы, монотонной, однообразной, навевающей скуку. Разумеется, будучи в хорошем расположении духа, хочется заниматься чем-то активным. На личном опыте я замечал за людьми эту особенность. Приходят на занятие студентки, садятся к своим подругам и начинают весело общаться. После начала занятия преподаватель говорит, что нужно переписать материал из методичек в свою тетрадь. Такое рутинное и неинтересное занятие явно не по душе развеселённым от беседы девушкам, поэтому к концу занятия у них оказывается переписаны лишь пара страниц. Такое влияние положительные эмоции оказывают не на всех. Судя по результатам опроса, примерно треть опрошенных попадают под это влияние (если быть точным, то 37,7% опрошенных).

Легко ли вам заниматься рутинной работой, испытывая положительные эмоции



43 человека сказали «да», 26 – «нет».

Последний вопрос в анкете: «Как Вы думаете, эмоции влияют на работоспособность человека?» – на что 94,2% опрошенных ответили положительно.

После проведения и анализа опроса, я убедился в том, что эмоции имеют прямое влияние на работоспособность студента. Выяснить, какие эмоции, положительные или отрицательные, имеют бóльшую силу влияния, в ходе опроса не удалось. Я думаю, это потому, что все люди разные. Кто-то получает удовольствие от учёбы, а кто-то нет, кого-то мотивируют положительные эмоции, а кого-то отрицательные – каждому своё. Единственное, что

можно сказать однозначно по результату этого опроса, это то, что отрицательные эмоции мешают работе. Человеку свойственно бояться, злиться, печалиться – переживать. Это отличает нас от бездушных машин, которые могут, несмотря ни на что, выполнять свою задачу. Полагаю, что эта причина также имела место в решении автоматизации производства. Не только, чтобы облегчить человеку жизнь, но и избежать лишних ошибок, которые может совершить расстроенный рабочий. Говоря о студентах, думаю, что машина легко даст ответ экзаменатору, когда для студента это будет настолько сложным эмоциональным испытанием, что он забудет, как говорить.

#### **Библиографический список:**

1. Кондрашин И. Глоссарий философских терминов, 2006 г. [Электронный ресурс] URL: <http://terme.ru/dictionary/195/word/yemoci> (Дата обращения 28.04.2015)
2. Чиксентмихайи М. В поисках потока: Психология включённости в повседневность. пер. с англ. 3-е изд. М.: Альпина нон-фикшн, 2013. 194 с.

## **ОСОБЕННОСТИ КОМПЛЕКСНОЙ МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ ВСЛЕДСТВИЕ АМПУТАЦИИ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ**

**ЛОЗОВИЦКИЙ Дмитрий Витальевич**  
Архангельск, Россия

Северный государственный медицинский университет  
Кафедра факультетской хирургии  
доцент кафедры, кандидат мед. наук  
e-mail: [dvl225@yandex.ru](mailto:dvl225@yandex.ru)

**МАТЮНИНА Виктория Дмитриевна**  
Мурманск, Россия

Мурманский государственный университет  
3 курс. Исторический ф-т, отд-ние социальной работы

*Аннотация: Актуальность проблемы, рассматриваемой в статье, обусловлена ростом числа инвалидов с ампутированными нижними конечностями. В связи с этим растет важность медико-социальной работы с данной категорией лиц. В статье представлены результаты исследования мнения инвалидов о получаемой ими социальной помощи и поддержке. Выявлены основные социальные проблемы данной категории лиц, основные виды социальных услуг, в которых они нуждаются и которые получают.*

*Ключевые слова: медико-социальная реабилитация, социальная помощь, инвалиды, ампутации нижних конечностей.*

Организация социальной защиты инвалидов вследствие ампутации нижних конечностей осуществляется на основе Федеральных законов: «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» от 24.11.1995 г. № 181–ФЗ, «О трудовых пенсиях в Российской Федерации» от 17.12.2001 г. № 173–

ФЗ, «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний» от 24.07.1998 г. № 125–ФЗ (в случае если ампутация произошла в результате несчастного случая на производстве) и др.

Определение потребности в медико-социальной помощи инвалидов вследствие ампутации нижних конечностей осуществляется в федеральных учреждениях медико-социальной экспертизы и проводится в соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации «Правилами признания лица инвалидом» (утверждены постановлением Правительства Российской Федерации от 20.02.2006 г. № 95) и «Классификациями и критерии, используемые при осуществлении медико-социальной экспертизы граждан федеральными государственными учреждениями медико-социальной экспертизы» (утверждены приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 22 августа 2005 г. № 535) (действовали на момент проведения исследования) и другими нормативными документами.

В систему комплексной медико-социальной реабилитации инвалидов вследствие ампутации нижних конечностей входят мероприятия по медицинской, профессиональной, социальной реабилитации, а также технические средства реабилитации и определённые услуги, предоставляемые инвалидам (ремонт, замена технических средств реабилитации и др.).

В соответствии с национальным стандартом Российской Федерации «Услуги по медицинской реабилитации инвалидов» ГОСТ Р 52877-2007 / утвержденным Приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 27 декабря 2007 г. № 555-ст/ услуги по медицинской реабилитации инвалидов вследствие ампутации нижних конечностей включают в себя:

- восстановительную терапию;
- реконструктивную хирургию;
- протезирование;
- ортезирование;
- санаторно-курортное лечение;
- обеспечение инвалидов лекарственными средствами;
- обеспечение инвалидов техническими средствами медицинской реабилитации;
- динамическое наблюдение за инвалидами.

Нами были проанализированы амбулаторные карты инвалидов по месту жительства. Среднее число посещений или вызова врача на дом при невоз-

возможности посещения поликлиники составил 3–4 раза в течение года. Показательно, что после ампутации нижних конечностей у женщин в 47,0% к общему числу обследованных наблюдалось обострение хронических заболеваний, нарушение обмена веществ, ведущее к изменению веса; у мужчин, особенно молодого и среднего возраста у 32,0% соответственно наблюдалось увеличение табакокурения и алкоголизм.

Одним из наиболее эффективных путей организации помощи инвалидам с ампутированными нижними конечностями является диспансерный метод наблюдения; процент состоящих на диспансерном наблюдении выше у работающих инвалидов, чем у неработающих. Важное значение в медико-социальной реабилитации принадлежит санаторно-курортному лечению, но, к сожалению, этим видом воспользовалась очень незначительная часть инвалидов.

Одним из основных видов медицинской реабилитации для указанных больных является протезирование. Изучено распределение обследованных инвалидов вследствие ампутации нижних конечностей по значимому для проведения протезирования признаку – наличие пороков и болезней культей, а также болезней вследствие нерационального протезирования и плохого ухода за культей.

Первую группу составили инвалиды, у которых культя пороков не имеет (кожные покровы подвижные, сохранены все виды чувствительности, послеоперационный рубец линейный, безболезненный, не спаянный с подлежащими тканями, движения в суставах без ограничений (60,0%).

Вторую групп – инвалиды, у которых культя имеет пороки, осложняющие протезирование (контрактуры суставов усечённой конечности, дефицит мышц, выстояние опиленного костной культи под кожу или рубец, болезненные рубцы, избыток мягких тканей на торце культи, неправильный опиленный кости, отклонение малоберцовой кости кнаружи, болезненные невралгии, фантомно-болевого синдром и др. (до 10,0%).

Отдельную группу (30,0%) составили инвалиды с болезнями культи (болезненные невралгии, фантомные боли, нарушения трофики и кровообращения культи, остеофиты и др.) и болезни вследствие нерационального протезирования и плохого ухода за культей.

Представленные данные свидетельствуют о необходимости улучшения качества протезирования, повышения внимания к изучению его отдалённых результатов и своевременного правильного лечения инвалида при заболевании культи. Полученные сведения требуют проведения дальнейшей работы

по совершенствованию техники послеоперационного ведения больного, по обучению инвалида пользованию протезно-ортопедическим изделием, а также своевременному лечению возникающих во время пользования протезом заболеваний культи.

Изучена организация протезно-ортопедической помощи инвалидам вследствие патологии нижней конечности, виды протезирования, форма проведения, особенности протезирования.

Первичное протезирование осуществлялось в виде лечебно-тренировочного и первично-постоянного протезирования. Большинству инвалидов (91,0%) первичное протезирование осуществляется в условиях стационара, в исключительных случаях – на дому.

Обучение пользованию протезом прошли все протезированные инвалиды, но только из них 85,4% эффективно: они научились самообслуживанию, передвижению в протезе с помощью дополнительных средств опоры (трость, костыли) или без них.

Инвалидам с тяжёлой сопутствующей патологией были рекомендованы средства технической реабилитации (кресло-коляска, костыли, приспособления для облегчения самообслуживания в быту и т. п.), давались рекомендации по соблюдению ортопедического режима и адекватной медикаментозной терапии под наблюдением специалистов (эндокринолог, сосудистый хирург, онколог и т. д).

В ходе реабилитационных мероприятий у больного через определённое время может положительно измениться общее состояние и появится возможность протезирования. Таким образом, противопоказание к протезированию рассматривается как временное или относительное.

Анализ нормативно-правовых документов показал, что обеспечение инвалидов, в том числе вследствие ампутации нижних конечностей, техническими средствами реабилитации (протезами, ортопедической обувью, креслами-колясками, костылями, тростями и др.) происходит в следующей последовательности:

1. Специалисты федеральных государственных учреждений медико-социальной экспертизы с учётом представленных медицинских документов (направления на медико-социальную экспертизу организацией, оказывающей лечебно-профилактическую помощь по форме №088/у-06, заключения медико-технической комиссии протезно-ортопедического предприятия, данных лабораторных, инструментальных и функциональных исследований) опреде-

ляют нуждаемость инвалида в ТСР и делают соответствующие записи в индивидуальной программе реабилитации.

2. В исполнительный орган Фонда социального страхования (ФСС) Российской Федерации по месту жительства инвалидом, либо лицом, представляющим его интересы, подается заявление о предоставлении технического средства с предъявлением паспорта инвалида и программы реабилитации (заключения).

3. В исполнительном органе ФСС рассматривают данное заявление в 15-дневный срок с даты его поступления и в письменной форме уведомляют инвалида (ветерана) о постановке на учёт по обеспечению техническим средством.

Обеспечение инвалидов вследствие ампутации нижних конечностей, техническими средствами и изделиями осуществляется путём:

а) предоставления соответствующего протеза или другого технического средства (изделия);

б) оказания услуг по ремонту или замене ранее предоставленного технического средства;

в) предоставления проезда инвалиду (при необходимости – сопровождающему лицу) к месту нахождения организации, которой выдано соответствующее направление;

г) оплаты проживания инвалида (при необходимости – сопровождающего лица) в случае изготовления технического средства в амбулаторных условиях;

д) выплаты компенсации расходов на вышеперечисленные в пунктах «а» – «в» мероприятия, включая оплату банковских услуг (услуг почтовой связи) по перечислению (пересылке) средств компенсации.

При обеспечении инвалидов техническими средствами реабилитации возникают задержки по времени на разных этапах, реабилитационные мероприятия начинаются поздно, в том числе и исполнение программы профессиональной реабилитации. Так из числа работающих инвалидов 48,0%, приступили к работе не сразу, а после перерыва. В среднем этот показатель составил 1,5 года. Позднее начало реабилитационных мероприятий способствует формированию внутренней модели болезни и отрицательной установке на труд у данной категории инвалидов.

Для инвалидов вследствие ампутации нижних конечностей в индивидуальной программе реабилитации в разделе «мероприятия по социальной реабилитации» необходимо рекомендовать обучение родственников пациента,

перенесшего ампутацию (особенно двух нижних конечностей) методам оказания первой медицинской помощи и помощи в бытовых условиях.

Для оценки эффективности реабилитационных мероприятий был проведен социологический опрос среди инвалидов с ампутированными нижними конечностями, который показал, что 98,9% инвалидов высказали пожелания по проведению различных видов медицинской реабилитации, при этом не зависимо от пола и без существенной разницы по тяжести инвалидности (в амбулаторном проведении реабилитационных мероприятий были заинтересованы 96,8% инвалидов, а стационарном – 87,6%, в диспансерном наблюдении 98,5%.) Психологическую помощь желали получить 40% всех респондентов.

В целом, оценка своего состояния, сделанная самими пациентами, явилась показателем их достоверного состояния и позволила иметь полную и объективную картину эффективности медико-социальной реабилитации и вносить своевременные коррективы в оказание помощи этой категории инвалидов.

#### **Библиографический список:**

1. Андреев Ю.Г., Волков А.Н., Кузьмин Ю.А. Способ высокой ампутации нижней конечности // Актуальные вопросы гастроэнтерологии: сб. науч. ст. Чебоксары, 2008. С. 124–126.
2. Бондаренко Г.И. Инвалид как понятие в историко-философском контексте // Адаптивная физическая культура. 2007. № 2. С. 15–18.
3. Васильченко Е.М., Жатько О.В. Функциональные результаты протезирования нижней конечности у пациентов с заболеваниями сосудов. Динамическое наблюдение // Вестн. Всерос. гильдии протезистов-ортопедов. 2010. № 3(41). С. 100–101.
4. Воронова О.П. Социально-медицинская реабилитация инвалидов // Соц. работа. 2009. № 1. С. 48–50.
5. Гордиевская Е.О. Психологические особенности инвалидов с двигательными нарушениями в результате травм конечностей // Вестн. С.-Петерб. гос. мед. акад. им. И.И. Мечникова. 2007. № 3. С. 172–175.
6. Егорова Н. Не протезом единым // Соц. защита. 2006. № 11. С. 29–32.
7. Иващенко Л.В., Скляренко Р.Т. Эффективность протезирования после ампутации при мультифокальном атеросклерозе // Вестн. Всерос. гильдии протезистов-ортопедов. 2010. № 3(41). С. 102–103.
8. Карасаева Л.А., Владимирова О.Н. Использование вспомогательных технических средств в системе профессиональной реабилитации инвалидов // Мед.-соц. экспертиза и реабилитация. 2008. № 2. С. 51–53.
9. Лозовицкий Д.В. Состояние и динамика первичной инвалидности вследствие ампутации нижних конечностей у населения Архангельской области. Архангельск 2015.
10. Медико-социальная экспертиза : сб. норм.-прав. актов / сост. С. Н. Пузин. М. : Медицина, 2007. 301 с.
11. Организационно-методические и правовые аспекты социально-средовой реабилитации инвалидов / А.А. Свинцов [и др.] // Мед.-соц. экспертиза и реабилитация. 2010. № 1. С. 5–9.
12. Пузин С.Н. Принципы реабилитации инвалидов в Российской Федерации // Мед.-соц. экспертиза и реабилитация. 2008. № 3. С. 3–4.

## ОДИНОЧЕСТВО КАК БОЛЕЗНЬ

ОБУХОВА Анна Дмитриевна  
ПОПОВА Ольга Владимировна  
Архангельск, Россия,  
Северный государственный медицинский университет,  
Кафедра гуманитарных наук  
2 курс 3 группа, лечебный ф-т,  
Науч. рук.: ст. преподаватель КГН СГМУ  
Повилайтис Андрей Владимирович

*Аннотация: В государственных поликлиниках с живой очередью можно заметить большое количество пожилых людей, которые приходят на приём от скуки, ради общения и внимания. В своей статье мы попытаемся раскрыть эту проблему и выяснить причины, которые подталкивают людей в возрасте на такие поступки, как должен вести себя врач в таких ситуациях, какие организационные моменты должны учитываться социальной защитой.*

*Ключевые слова: поликлиника, пожилые люди, социальная защита, социально-психологическая помощь.*

**Введение.** «Как должен вести себя врач, когда на приём пришёл пожилой человек не ради получения медицинской помощи, а ради психологической поддержки, общения и внимания, избегания одиночества? Что должны предпринять органы социальной защиты для решения данной проблемы?» Многие врачи сталкиваются с этой проблемой, но не все могут ее разрешить. В данной статье мы попытаемся раскрыть аспекты данной проблемы, попробовать найти пути ее решения.

**Основная часть.** Не секрет, что для некоторых пожилых людей поликлиника – отдушина, т.е. люди, вовсе не нуждающиеся в постоянных консультациях врачей, ходят туда, как на работу, в своеобразный клуб по интересам.

Ознакомившись с данными статей «Социальной защиты населения Москвы», мы выяснили: среди людей позднего возраста чаще всего встречаются два основных типа: к первому имеют отношение сварливые и тяжёлые в общении, ко второму относятся люди с противоположным характером. Со стороны иногда кажется, что пожилые, относящиеся к первому типу, сознательно выставляют свой нрав «напоказ», часто бывают покинуты родственниками. Второй тип – полная противоположность. С возрастом они становятся лучше, стремятся к общению, обладают более крепким здоровьем, удовлетворены своей жизнью [3].

Поликлиники чаще всего посещают пожилые люди первого типа, т.к. они не могут найти контакт со своими родственниками. В лечебном учреждении они ищут новых собеседников, таким образом пытаются избавиться от одиночества, привлечь к себе внимание. Первый тип также более восприимчив к болезням, т.к. чувство ненужности угнетает их. Такие пациенты больше нуждаются в помощи социально-психологической, а не в медицинской.

Но поначалу люди преклонного возраста обращаются именно в поликлинику, идут на приём к врачу, от которого хотят получить понимание и поддержку. У медицинского работника в таких ситуациях не должно быть отрицательного отношения. Чтобы понять пожилого человека необходимо правильно установить с ним контакт, дать понять, что врач готов ему помочь. Чтобы избежать конфликтных ситуаций, любой врач должен иметь базовые знания о психологических и личностных характеристиках людей позднего возраста. Старость каждого человека индивидуальна и неповторима, поэтому и подходы в работе с пожилыми людьми должны быть индивидуальны [3].

Большинство мероприятий для пожилых людей в нашей стране проводится в стенах домов престарелых, что делает их ориентированными на ограниченный круг лиц, а преобладают пожилые люди, проживающие самостоятельно. В связи с этим возникает проблема в организации досуга именно самостоятельно проживающих лиц.

Значительную роль в решении данной проблемы играют органы социальной защиты. Они должны заниматься организацией досуга тех пожилых людей, которые дни напролёт проводят время в поликлиниках ради общения.

Также необходимо занять одиноких пожилых людей ещё и ради того, чтобы они не отвлекали врачей, если по состоянию здоровья в данный момент они не нуждаются в консультациях специалистов.

Организация досуга пожилых людей может проводиться как культурно-массовые и спортивно-оздоровительные мероприятия, организация кружков и клубов по интересам, а также обследование материально-бытового положения граждан на предмет необходимости какой-либо видов социальной помощи [4].

**Выводы:** Большинство пожилых людей нуждаются в поддержке. Они пытаются найти себе собеседников, новых знакомых, новые занятия, чтобы не оставаться в одиночестве. Для решения данной проблемы, необходимо улучшить работу сотрудников здравоохранения и социальной защиты. Необходимы высококвалифицированные специалисты (медицинский персонал),

которые правильно найдут подход к любому пациенту. Как говорится «слово лечит», а, значит, врач должен подобрать правильные слова для пожилого пациента, показать ему, что он заинтересован в проблемах пациента, дать ему позитивный настрой.

Также необходимо проводить организационные мероприятия для увеличения занятости людей пожилого возраста. Это могут быть различные обучающие курсы: компьютерные, языковые, рукоделия, лекции различной тематики. Организация спортивных мероприятий для лиц пожилого возраста, таких как лечебная физкультура, танцы, литературные вечера. Также организовывать центры психологической поддержки. Это поможет им стать более жизнерадостными, они не будут слишком навязчивыми, будут чувствовать себя нужными.

Счастливая старость – это удовлетворённость новой жизнью, своей ролью в этой жизни, человек испытывает положительные эмоции, которых не знал в прошлом.

#### **Библиографический список:**

1. Флинт А. Особенности ухода за пожилыми людьми в стационаре // Сестринское дело. 1997. № 1. С. 24–25.
2. Харди И. Врач, сестра, больной: Психология работы с больными. 5-е изд., перераб. и доп. Будапешт : Изд-во Акад. наук Венгрии, 1988. 338 с : ил.
3. [http://www.kszn.ru/socp\\_2013/p2\\_articleid/4891](http://www.kszn.ru/socp_2013/p2_articleid/4891)
4. <http://www.interfax.by/article/1147485>

## IV. Неклассические проблемы медицины

### ВЛИЯНИЕ КИНО НА ЧЕЛОВЕКА. КИНОТЕРАПИЯ

БЕКЕТОВА Елизавета Вячеславовна

Архангельск, Россия

Северный государственный медицинский университет

кафедра гуманитарных наук

E-mail: elizaveta.beketova@yandex.ru

Науч. рук.: ст. преподаватель КГН СГМУ

Повилайтис Андрей Владимирович

*Аннотация: Проведен социальный опрос с целью понять, как различные жанры кино влияют на психику человека. Результаты показали, что каждый фильм несет свой настрой, и в какой-то степени влияет на человека и его психическое, а иногда и физическое состояние.*

*Ключевые слова: кинотерапия*

Кино имеет огромное влияние на психическое состояние человека, при просмотре кино у нас формируется определенное мировоззрение. Каждый фильм несет определенную информацию. После его просмотра, мы начинаем обдумывать сюжет, обсуждать его с другими людьми. То есть, даже по окончании, фильм продолжает воздействовать на психику человека. Получив определенную информацию и эмоции от кино, мы на подсознательном уровне «преображаемся» под его влиянием: начинаем иначе чувствовать, думать и вести себя.

Целью исследования стало выяснение влияния различных жанров кино на психику человека.

Для это нами был проведен социальный опрос 83 человек в возрасте от 15 до 45 лет. Из них – 56 женщины (67%) и 27 мужчины (33%); представителей обоих полов 15–17 лет – 12 человек (15%), 18–23 год – 55 человек (66%), 30–45 лет – 16 человек (19%) (см. рис 1).

Результаты и их обсуждение. Проведя социальный опрос, мы получили следующие результаты: (см рис. 2 и таблицу 1)

Отсюда мы делаем следующие выводы: население достаточно часто смотрит кино, каждый жанр оказывает свое специфическое влияние на душевное состояние человека.

Действие кино может быть как положительным, так и отрицательным. Человек, при просмотре кино, проживает историю героев, этот опыт входит в его жизнь, может дать новое направление движения и новое понимание себя. Это и есть смысл одного из современных направлений арт-терапии – кинотерапии.

Рис 1.

Возрастная диаграмма (количество человек указано в %)

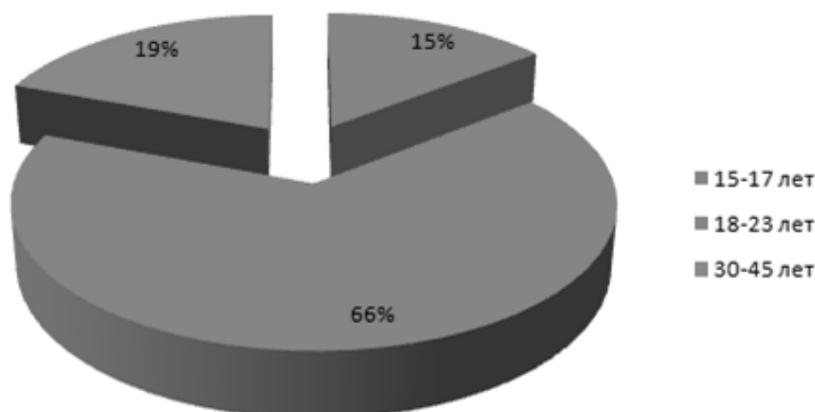


Рис 2.

Время, уделяемое просмотру кино, в зависимости от количества человек в %

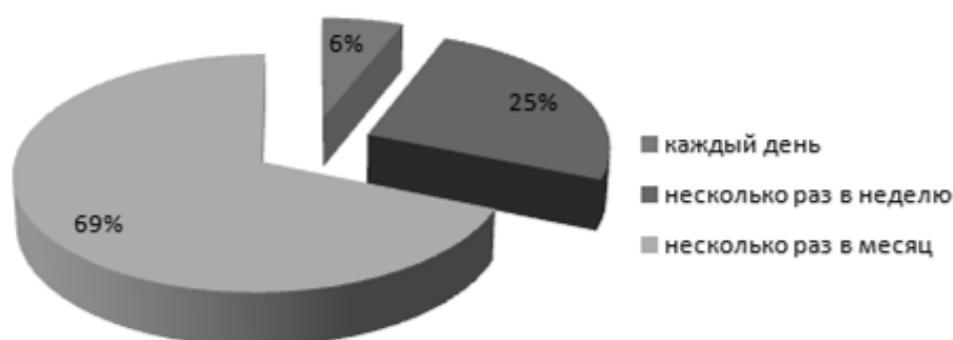


Таблица 1.

Жанры кино, и оказываемое ими влияние на человека\*

Жанр	Количество человек	Вызываемые эмоции
Комедии, мелодрамы	57	Вызывает сильные, но быстро проходящие чувства. Заряжает энергией, дарит заряд бодрости, поднимает настроение и позволяет забыть жизненные проблемы
Боевики, детективы, триллеры	36	Уменьшают чувство сострадания и жалости в человеке, приводят к раздражительности и злости
Ужасы	24	Зарождает в человеке страх и тревогу
Драмы	38	Оказывает воздействие на зрителя не сразу, постепенно заставляя задуматься над собственным бытием, осознать весь трагизм истории героя

\*одни и те же люди могли попасть в несколько категорий, в зависимости от интересов

Кинотерапия – это просмотр популярных художественных кинофильмов с последующим обсуждением в группе, – творческий процесс самопознания в комфортной атмосфере. Одно и то же событие интерпретируется людьми по-разному, а иногда и противоположно. Всё окружающее воспринимается через скрытые «фильтры» сознания. Материал фильма используется как средство выявления скрытых мотивов и подсознательных установок, искажающих реальность. Участники кинотерапии воспринимают образы фильма, ориентируясь на собственные внутренние образы, которые, в свою очередь, определяются собственными потребностями. Восприятие каждым участником образов фильма точно соответствует его собственной потребности, проекции его комплекса, его стереотипам. Это позволяет вывести на сознательный уровень внутреннюю причину той или иной проблемы[2].

Кинотерапия, как частный случай арт-терапии, может служить способом освобождения личности от внутренних напряжений, трансформации глубинных переживаний, разрешения внутри- и межличностных конфликтов. Кинотерапия является прекрасным средством диагностики личностных проблемных областей и зон ближайшего развития человека, выводя на поверхность бессознательный материал, делая его доступным для анализа и в целом ускоряя процесс позитивных личностных изменений [1].

Выводы. Мы выяснили, что из 83 опрошенных нами человек различные жанры кино вызывают разное воздействие. Такие жанры как комедия и мелодрама положительно влияют на человека, боевики и триллеры, наоборот, отрицательно. Драмы вызывают глубокие чувства и заставляют задуматься, а ужасы вызывают страх и тревогу.

#### **Библиографический список:**

1. Одинцов В.В. Популярная кинотерапия. Казань: «Астор и Я», 2014, 64 с.
2. Прокофьева Н. Кинотерапия как инструмент личностного развития. URL: <http://kinoterapia.info/theoretics-cinematherapy/method-of-kinoterapia/>

## ИСКУССТВЕННОЕ ВМЕШАТЕЛЬСТВО В ХАРАКТЕР ЧЕЛОВЕКА

**БОРИСЕНКО Алексей Вячеславович**

**ЛЕБЕДЕВ Илья Михайлович**

**Архангельск, Россия**

**Северный государственный медицинский университет**

**кафедра гуманитарных наук**

**3 курс. 7 группа. Стоматологический ф-т**

**E-mail: borise1994alexey@gmail.com**

**Науч. рук.: канд. филос. наук, зав. каф. КГН СГМУ**

**МАКУЛИН Артём Владимирович**

Проблемы современной формы традиционной биоэтики в настоящее время вышли далеко за пределы сугубо медицинских и юридических дискуссий и широко обсуждаются как с религиозно-философской, так и с технологической точки зрения. Стремительный прогресс биомедицинских технологий в сочетании с моральным плюрализмом вызывает небезосновательные опасения не только в традиционном, но и современном постиндустриальном социуме [2, с. 1]. Современные технологии могут предоставить потенциальную возможность модифицировать личностные характеристики человека, как в результате воздействия психотропных препаратов, так и в процессе преобразований гено типа. Последнее представляется вполне допустимым в свете достижений последних лет в области генетики человека, показавших, что многие черты характера и формы поведения, такие как агрессивность и застенчивость, интерес к политике и предпринимательской деятельности, повышенная сексуальность и супружеская верность, смелость и трусость – генетически детерминированы. Подобные открытия порождают ряд проблем.

Во-первых стоит сказать о том имеем ли мы право изменять «тварей божьих»? Ведь каждый человек рождается и умирает таким, какой он есть. И во-вторых, сможем ли мы сделать человека лучше просто-напросто вычеркнув из жизни частичку его характера?

Наверное, вначале стоит разобраться в том, что же такое черта характера?

Черта характера – это особенность в поведении человека. Сильные личности формируются при контактах с реальными трудностями, препятствие вынуждает осмысливать произошедшее. Очень важно, чтобы происходила верная оценка действий, причины и следствия, а в результате полученного опыта, росла уверенность и храбрость. Для всего этого необходимо много времени и необходимо набить много «шишек», получая тот самый бесценный опыт, благодаря которому формируется характер. Но если подумать, что

было, если бы человечество могло изменять свой характер так же легко, как, например, ребёнок, собирающий конструктор.

Если рассматривать людей, сидящих за решёткой, то да, изменения определённых черт их характера, таких как агрессивность, злоба, раздражительность, гнев, кровожадность, может существенно обезопасить окружающих. Такое изменение, несомненно, благоприятно повлияло бы на общество. Но и представить жизнь, например, без агрессии тоже невозможно. Ведь страх, отчаяние, уныние – её истоки. Они способны вновь породить её, сделать ещё сильнее и тогда уже никакая завеса спокойствия и миролюбия не будет способна остановить разливающуюся волну негодования, подобную той волне, которую испускает вулкан при извержении. И тогда стоит вновь вернуться и задуматься: стоит ли пытаться изменить человека?

Но в мире есть и совершенной иной тип человека. Такого очень часто называют «серой мышью». Он живёт в своей комнатухе, окружённый четырьмя стенами и любимым хомячком по кличке «Арнольд», не пересекаясь ни с кем как будто в мире – нет больше никого, кроме него и его хомячка. Но если человек, тот самый человек, плотно засевший в шкуре серой мыши, решит выбраться в люди, почувствовать жизнь рядом с собой, то какую черту характера он выберет в первую очередь? Может быть уверенность в себе? Но есть и куда более важные черты характера. К примеру, гордость. Именно эта черта отражает положительную самооценку, порой даже завышенную. Гордость хороша в меру. «Гордость не следует ни подавлять, ни даже ослаблять: её нужно лишь направлять на достойные цели» (Клод Гельвеций). Ведь при излишнем её наличии, человек становится невыносимо высокомерным, с ним сложно ужиться и иметь дело. В этом случае гордость скорее переходит в наглость или же в автономность. Но недостаток данной черты также плох, как и её избыток, однако с той поправкой, что недобор пагубен уже не для окружающих, а для самого смиренного. О данного человека, как часто бывает, «вытирают ноги», так как он не способен за себя постоять, как за личность. Стоит только захотеть и вы уже не «половая тряпка», а самостоятельная, независимая и сильная личность. Но ведь всё это будет создано искусственно.

В процессе становления личности человек очень часто переживает целую гамму различных эмоций. Стоит только вспомнить страх, который переживаешь перед первой в своей жизни дракой, когда надо непременно постоять за себя. Или же страх, который многие испытывают перед тем, как взять девушку в кино за руку. Страх, терзающий тебя во время опроса темы

на уроке. Все это различные формы этого чувства, и мы встречаемся с ним очень часто. И каждого, кто борется со своими страхами, можно по праву считать храбрецом. Вот один из путей становления личности. А тот, кто захочет мгновенно избавиться от своих страхов и сделать это быстро, рискует остаться пустым, лишенным процесса борьбы.

Что было бы, если мы могли бы придать человеку больше автономности и индивидуализма или, наоборот, коммуникабельности и общительности? Это абсолютно противоположные черты характера и внедрение в них искусственно извне может привести к непредсказуемым результатам, ведь можно сломать дальнейшую жизнь человеку. Обособленного человека волнует, кто он и что делает. Действует, руководствуясь собственными представлениями, интересами и планами. Убеждён, что каждый думает лишь о себе, и считает это нормальным.

Он стремится защитить себя от других, которые, по его мнению, могут ему угрожать или составлять конкуренцию. Он полностью отвечает за свои поступки, не перекладывая ответственность на ближнего или на общество, что не может не радовать. Но поскольку главным образом думает о своих интересах, то зачастую занимает позицию «каждый сам за себя», даже если это противоречит общепринятой морали.

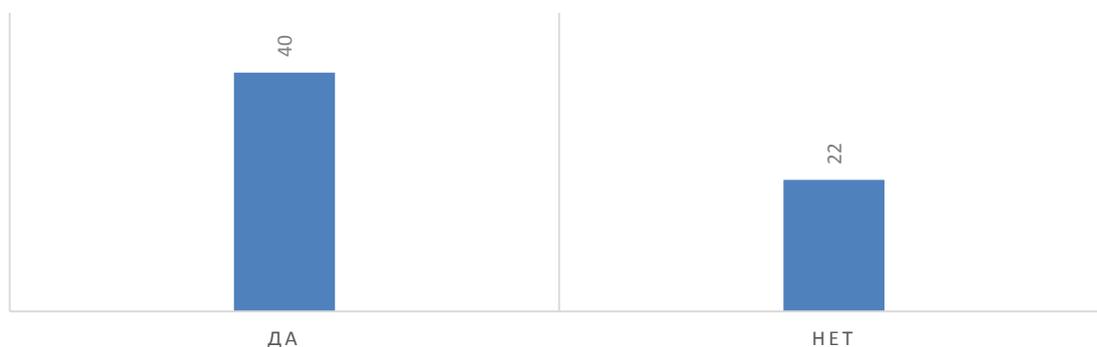
Коммуникабельный же человек мыслит своё существование через связи, которые поддерживает с другими людьми. Для него важны любовь, дружба, семья и целая нация. Он стремится действовать на благо окружающих или для того, чтобы им понравиться. Ему необходимо признание. Он стремится быть щедрым и внимательным, заботиться о других и даже считать других важнее себя. Но из страха обидеть кого-нибудь или быть обиженным, из-за недостатка доверия к себе и другим, ему порой трудно честно выражать свою точку зрения. Он часто предпочитает подстраиваться под то, что думают и делают другие. К сожалению, такие люди хороши в меру, ибо бывают, порой, довольно назойливыми [1, с. 16–21].

По ходу нашей работы, мы провели социальный опрос среди студентов стоматологического факультета СГМУ. Всего было опрошено 64 мужчин и женщин в возрасте от 18 до 22.

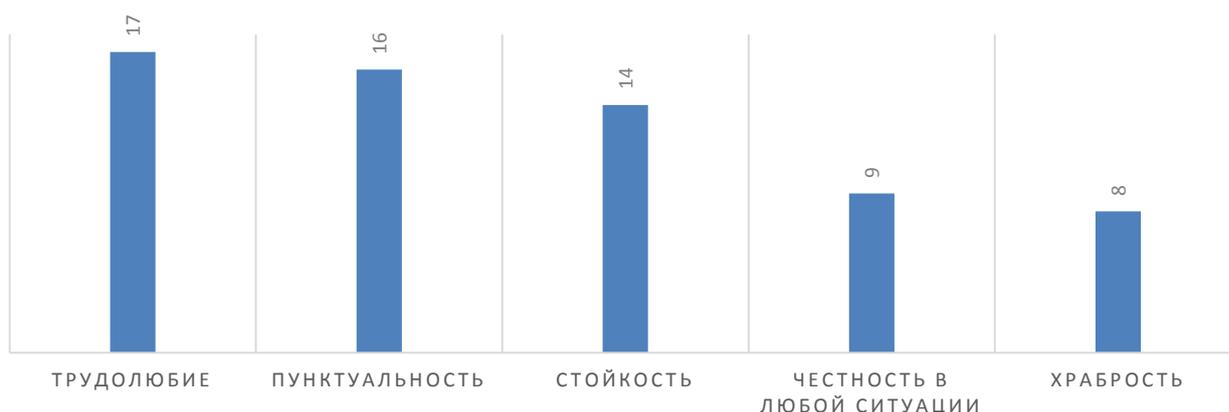
Пункты опроса:

**1) КАК ВЫ ОТНЕСЛИСЬ БЫ К ГИПОТЕТИЧЕСКОЙ ВОЗМОЖНОСТИ МОДИФИЦИРОВАТЬ ЛИЧНОСТНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЧЕЛОВЕКА ИСКУССТВЕННО?**

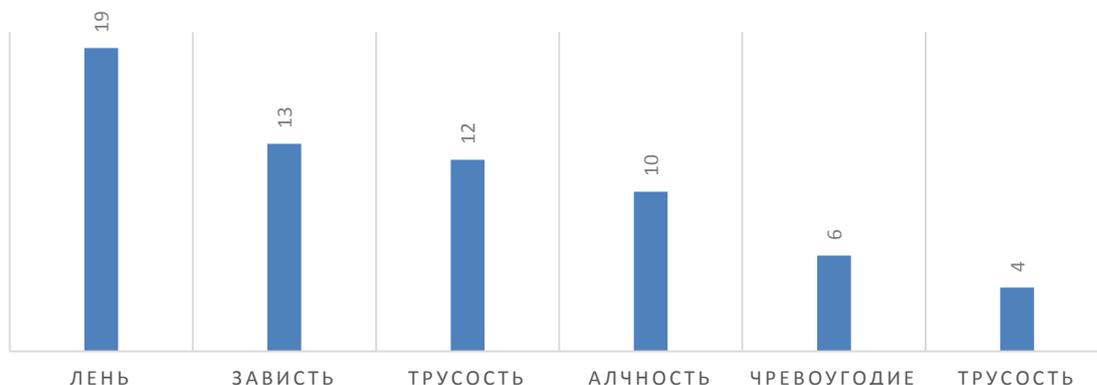
**(ОТВЕТЫ: ДА / НЕТ)**



**2) КАКОЙ ЧЕРТОЙ ХАРАКТЕРА ВЫ БЫ ХОТЕЛИ ВЛАДЕТЬ? (ОТВЕТЫ: ЧЕСТНОСТЬ В ЛЮБОЙ СИТУАЦИИ, ТРУДОЛЮБИЕ, СТОЙКОСТЬ, ПУНКТУАЛЬНОСТЬ, ХРАБРОСТЬ )**



**3) КАКУЮ ЧЕРТУ СВОЕГО ХАРАКТЕРА ВЫ БЫ ХОТЕЛИ УБРАТЬ? (ЗАВИСТЬ, ТРУСОСТЬ, АГРЕССИЯ, АЛЧНОСТЬ, ЧРЕВОУГОДИЕ, ЛЕНЬ)**



Наверное, можно до бесконечности разбирать множество и множество черт характера, примерять отдельные на себя, воображать себе, что было бы, если бы у меня были именно такие черты характера. Одно дело сидеть и придумывать себя сильным и независимым, а потом идти на скучную надоедливую работу и каждый божий день заниматься одним и тем же или решить для себя, что такая жизнь вас не устраивает и попытаться всё изменить.

Каждый из нас выбирает один из этих путей: бороться или сдаться, пытаться изменить мир или покориться судьбе. Это то, как мы живём в сегодняшнем мире. Но вот каждому из нас выпала возможность привить себе ту черту, какую только пожелаешь. И что тогда? Мир будет наполнен трусливым мужеством, шаткой уверенностью в себе, лживой честностью и фиктивной независимостью. Каждый лишится самого главного, что у нас есть. А ведь самое ценное – это быть индивидуальностью. В чем смысл жить в мире одинаковых людей?

Тогда весь мир потускнеет, станет до невозможности серым в мире, где никто из живущих в нем людей не способен вызвать ни малейшей искры эмоций. Той самой искры, которая может разжечь бушующее пламя внутри тебя, сподвигнуть или вдохновить тебя на поступок, заставить жить.

По-моему мнению каждый человек способен и должен бороться, бороться прежде всего с собой, создавая себя таким, каким он хочет себя видеть.

#### **Библиографический список:**

1. Бренифье О. Большая книга характеров : [все о человеке и об отношениях между людьми] / пер. с фр. Н. Дегтяренко ; ил.: Жак Деспре. М. : Clever media-group, 2011. 59, [4] : цв. ил.
2. Гордеева И.В. Актуальные проблемы дискуссий в области биоэтики: консервативный и технократический подход // Философские проблемы биологии и медицины : сб. материалов 3-й ежегод. науч.-практ. конф. М., 2009. Вып. 3 : Традиции и новации. С. 132–135.

## ОБЗОР ВМЕШАТЕЛЬСТВА РАЗЛИЧНЫХ РЕЛИГИОЗНЫХ ДОГМ В МЕДИЦИНСКУЮ ПРАКТИКУ И ИХ ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ЛЮДЕЙ

КИПРИЯНОВА Юлия Алексеевна  
ЖУКОВА Жанна Владимировна  
Архангельск, Россия,  
Северный государственный медицинский университет,  
Кафедра гуманитарных наук  
2 курс, лечебный ф-т  
E-mail:kipryanova.yulia@yandex.ru  
Науч. рук.: ст. преподаватель КГН СГМУ  
Повилайтис Андрей Владимирович

*Аннотация: Любой врач в своей профессиональной деятельности может встретиться с таким случаем, как отказ пациента от хирургической операции. Как в этой ситуации поступать врачу? Ведь с одной стороны нельзя осуждать человека за его религиозный выбор, а с другой стороны – врач должен спасать жизни и здоровье своих пациентов.*

*Ключевые слова: Гемотрансфузия, свидетели Иеговы, растафарианство.*

В настоящее время случаи отказов от операций происходят довольно часто, и мы считаем, что врачу необходимо знать как вести себя в данной ситуации. Мы пробуем проанализировать обе стороны вопроса, определить стратегию действия врача в данном случае, если пациент – представитель различных религий.

Итак, начнем разбирать этот конфликт со стороны принадлежности человека к определенной религии.

Существуют религии, которые сознательно отрицают хирургическое вмешательство. Например, растафарианство и Свидетели Иеговы. Теперь разберем каждую из этих религий в отдельности, что они отрицают и почему?

Вероучение Свидетелей Иеговы имеет много общего с учением неортодоксальных (отклоняющиеся от остальных) направлений в христианстве, но отличается специфическим трактованием многих религиозных понятий. Как всем известно, Свидетели Иеговы выступают против принятия вовнутрь пищи и медикаменты, содержащие компоненты крови, также против трансплантации органов и переливания крови. Согласно учениям Свидетелей Иеговы, в Библии утверждается, что кровь священна в глазах Бога, так как в крови находится душа любого живого существа. Именно поэтому Свидетели Иеговы считают недопустимым принимать в пищу мясо животного, из кото-

рого не полностью вытекла кровь. По этой же причине Свидетели Иеговы отказываются от переливания цельной крови и её компонентов (эритроцитов, лейкоцитов, тромбоцитов, плазмы). Но в отношении мелких фракций крови (альбумин, гемоглобин, иммуноглобулин) каждый Свидетель Иеговы поступает по своему усмотрению [3].

Каждый Свидетель Иеговы при себе должен иметь письменный отказ от переливания крови, оформленный на специальном бланке [4]. Несмотря на то, что Свидетели Иеговы отказываются от переливания крови, они не препятствуют против альтернативных методов «бескровной хирургии». Британские хирурги, проведя операцию по пересадке почки приверженцу Свидетелей Иеговы, перелили ему его же собственную кровь. Но всё же применение методов «бескровной хирургии» не всегда доступно, и в ряде случаев не приводят к улучшению состояния [5].

Большое количество смертельных случаев происходит в связи с отказом Свидетелями Иеговыми переливания крови своим детям. В августе 2010 г. в Москве десятилетний Ваня О. после тяжелой аварии попал в клинику, ему потребовалось срочное переливание крови. Мать ребёнка, приверженка Свидетелей Иеговы не дала разрешение на гемотрансфузию. Врачи обратились в суд. Замоскворецкий районный суд вынес решение, разрешив гемотрансфузию, несмотря на то, что родители против. Но из-за долговсрочности судебного процесса было уже поздно, мальчик скончался. Годом раньше в питерской клинике при схожих обстоятельствах скончался новорождённый младенец, чья мать отказалась от переливания крови. И таких случаев довольно много, когда из-за своих религиозных убеждений погибают люди, и самое страшное – это смерти детей [6].

Другой религией, не согласной с хирургическим вмешательством, является растафарианство. Представителей этой религией называют растаманами. Важным для нас аспектом является утверждение растаманов, что тело должно оставаться «единым», они отрицают возможность хирургического вмешательства. Ярким примером является Боб Марли. В июне 1977 г. у него была найдена злокачественная меланома на большом пальце ноги. Он отказался от ампутации: «Раста не приемлет ампутации. Я не допускаю, чтобы человека разбирали на части» [7].

Теперь рассмотрим второй вопрос этой проблемы: «Как же всё таки поступить в данной ситуации врачу?» Почему же всё-таки люди так твёрдо отказываются, к примеру, от гемотрансфузии? Быть может, они так верны своей религии и страшатся нарушать какие-то её запреты? Но где же тогда

чувство страха перед смертью, они не боятся умереть или, может, они просто не знают, к чему приведёт их отказ, может, это просто неинформированность пациента о возможных последствиях? Поэтому врачу необходимо оповестить пациента о последствиях его отказа. Быть может, здравый рассудок всё-таки «победит» и человек решит для себя, что важнее для него – своё здоровье или религия, а главное – религия или здоровье своего ребёнка.

Итак, врачу необходимо, после полученного отказа проинформировать пациента о возможных последствиях. Если же окончательный отказ дал дееспособный взрослый пациент, то врачу необходимо перейти на альтернативные методы. Если же отказ дан недееспособным пациентом или пациентом, не достигшим 15 лет, то больничное учреждение вправе обратиться в суд и оспорить отказ законного представителя.

#### **Библиографический список:**

1. Об охране здоровья граждан в Российской Федерации: федер. закон № 323-ФЗ от 21 ноября 2011 г.
2. Пособие для врачей. М., 2001.
3. <http://www.iegova.ru/articles/newblood/htm>
4. <https://ru.m.wikipedia.org/wiki/Пробудитесь!>
5. <http://medportal.ru/mednovosti/news/2000/03/14/kidney/>
6. <http://m/rg/ru/2010/10/13/krov/html>
7. <http://selfire/com/2013/01/4887/>

## **БОЛЬНИЧНАЯ КЛОУНАДА КАК ФОРМА ОКАЗАНИЯ МЕДИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ**

**КАРЕЛЬСКАЯ Анастасия Николаевна**

**Архангельск, Россия**

**Северный государственный медицинский университет**

**кафедра гуманитарных наук**

**2 курс. Стоматологический ф-т**

**Науч. рук.: канд. филос. наук, зав. каф. КГН СГМУ**

**МАКУЛИН Артём Владимирович**

*Аннотация: История мировой клоунотерапии и деятельность студенческого волонтерского отряда театральной студии СГМУ «Добрый клоун».*

*Ключевые слова: больничные клоуны, арт-терапия, медико-психологическая помощь детям, волонтеры*

В современном мире, несмотря на огромные достижения в медицине и технике, множество людей с тяжелыми заболеваниями и судьбами. Основной проблемой современной России является то, что равнодушие и циничность людей здоровых не способствует улучшению состояния первых. Однако есть

ещё люди с большим сердцем, люди, которые хотят делать добро и делают его – это *больничные клоуны*.

*Больничная клоунада* – форма оказания психологической помощи детям в условиях больничного стационара или хосписа. В работе больничного клоуна можно выделить три основных элемента: юмор, игра и общение. Длительное время известно о положительном влиянии юмора на психическое состояние человека, однако о возможностях, заложенных в речи, известно значительно меньше. Речь клоуна направлена преимущественно на оказание пациенту-ребёнку поддержки, предоставление ему самостоятельности и побуждение его к деятельности.

Больничная клоунада – это деятельность по социально-культурной реабилитации детей в стационарах больницы методами арт-терапии, клоунотерапии и игротерапии. Больничной клоунадой занимаются больничные клоуны. Профессиональные больничные клоуны впервые появились в США в 1986 г., а основоположником этого вида клоунады считается российский артист Владимир Ольшанский. В России девять лет назад движение основал выпускник школы-студии актёрского мастерства при ВГИК Константин Седов. Это направление распространилось по всему миру: существует более 30 организаций больничной клоунады. Часть из них волонтерские, часть профессиональные, такие как Сокорсоклоун в Италии, FUNNY NOSE и Доктор Неболит в Белоруссии, Рир Медедин во Франции, Эппл Циркус в США, Де Аллегрия в Бразилии, Фонд «Доктор-клоун» во Львове и в Запорожье, организация «Доктор-клоун» Москва, Санкт-Петербург и Чебоксары, автономная некоммерческая организация «Больничные Клоуны» Москва, Санкт-Петербург, Казань, Ростов-на-Дону, Орёл.

*Цель* нашей работы: раскрыть роль больничной клоунады на примере студенческого волонтерского отряда театральной студии СГМУ «Добрый клоун». Отряда был сформирован 15 февраля 2013 г. во Всемирный день онкобольного ребенка в г. Архангельске Юлией Александровной Клемушиной (Гоголевской). Были выбраны основные направления – это тяжело больные дети, имеющие онкологию. Второе направление – дети-сироты и дети, страдающие психоневрологическими заболеваниями. И третье направление нашей деятельности, непосредственно работа с детьми и родителями, находящимися в различных отделениях Детской областной больницы города Архангельска.

Наша деятельность началась с предварительного обучения в стенах театральной студии СГМУ. Наша работа – это смешение многих жанров: мы

изучаем санитарные нормы, детскую возрастную психологию, этические нормы, осваиваем навыки по работе в паре, фокусы и трюки. Мы учим импровизации, интерактиву с детьми, прорабатываем основные элементы нашей программы. Готовим костюмы к выступлению, которые выполнены из специального материала, как медицинская одежда.

В составе нашего отряда более десяти студентов СГМУ, что делает нас особенными – не каждый больничных клоун России имеет медицинское образование. Где бы мы не оказались и с какими бы детьми мы не работали, каждый из нас готов столкнуться с различными заболеваниями и психоэмоциональными состояниями, что позволяет нам находить более профессиональный подход к больному, учитывая его индивидуальные особенности благодаря медицинским знаниям. Мы морально подготовлены встретиться с тяжело больными, а также можем оказать психологическую помощь родителям больных детей.

Работа волонтерского отряда «Добрый Клоун» СГМУ была и остается благотворительностью. Первоначально мы работали в г. Архангельске, но позже удалось помогать людям по всей области. На сегодняшний день у нас более 100 выходов на рабочие площадки: отделения Архангельской областной детской клинической больницы имени П.Г. Выжлецова, МБУ Центр охраны прав детства г. Архангельска и в округе Исакогорке, детские дома и дома-интернаты г. Новодвинска, Архангельская клиническая психиатрическая больница, детские дома г. Северодвинска и г. Архангельска (рис.1). Это ещё не весь список, но мы рассчитываем существенно его увеличить.

В Областную детскую клиническую больницу мы приходим каждый вторник и в преддверии праздников [1]. Мы работаем с группой детей в игровых комнатах и в холле, а если ребёнок не в состоянии покинуть палату, то мы приходим к нему и разыгрываем для него специальную программу. Наша задача оказать каждому внимание, подбодрить, настроить на выздоровление как ребёнка, так и его родителя. Если необходимо, то подготавливаем к предстоящей операции. Больничных клоун занимается социальной реабилитацией и терапией. Клоун, уже имея какие-то установившиеся отношения с ребёнком, может влиять на его эмоциональное состояние при какой-то болезненной врачебной процедуре. Самое важное, суметь войти в доверие к ребёнку. Если это удаётся, работа больничного клоуна проведена не зря.

Чем больше мы совершаем добрых дел, тем больше у нас сторонников. К нам присоединяются другие волонтерские отряды, появляются спонсоры, благодаря которым дети получают подарки. И праздники проходят в темати-

чески оформленных помещениях. Каждый год мы проводим благотворительные акции: «Бесценная ярмарка» и «Вместе ради детей», на которых удается собрать дополнительные средства для помощи детям и больницам [2]. В первый раз проведения акции сумма составляла всего полторы тысячи рублей, а на последней удалось собрать двенадцать с половиной тысячи рублей, благодаря чему мы смогли подарить в отделение Областной больницы два кулера для воды и приобрести шары и подарки для детей.

Больничные клоуны СГМУ привлекли внимание американских студентов (рис.2). 1-го апреля 2015 г. студенты из США, проходящие обучение в Санкт-Петербургском государственном университете, вместе со своим руководителем участвовали в стенах нашего университета в работе Русско-американского круглого стола и посетили специально проведенный для них мастер-класс по волонтерской работе с больными детьми [3].



*Рис.1.* Студенческий волонтерский отряд театральной студии СГМУ «Добрый клоун» с руководителем Ю.А. Гоголевской



*Рис.2.* Студенты США с волонтерами СГМУ перед мастер-классом



*Рис.3. Добрые больничные клоуны А. Н. Карельская и Ю.А. Клемушина на разогреве зала в г.Новодвинске*

К нашим выездам присоединяются СМИ, количество союзников отряда «Добрый Клоун» СГМУ растёт с каждым годом. Чем больше счастливых детских улыбок мы видим, чем больше благодарных слов от родителей и врачей, тем больше и больше нам хочется работать. Главное осознать, что любой может сделать мир добрее!

Сегодня мы начинаем помогать и в домах престарелых, посещаем все новые и новые города. Некоторым больничным клоунам отряда СГМУ уже удалось пройти школу больничной клоунады Константина Седова в Москве. Мы растём и развиваемся ради нуждающихся в нашем внимании. Давайте делать добро вместе!

**Библиографический список:**

1. <http://www.pomorie.ru/news/v-arhangelske-klouni-lecha..>
2. [http://www.nsmu.ru/socium/university\\_club/anoncs.php](http://www.nsmu.ru/socium/university_club/anoncs.php)
3. <http://29.ru/text/kind/20230986518528.html>
4. <http://www.nsmu.ru/news/index.php?ID=33182>
5. [http://www.news29.ru/novosti/free-pr/V\\_preddverii\\_Dnja\\_zaschity\\_detej\\_v\\_Pomorie\\_prohodjat\\_prazdnichnye\\_meroprijatija/43542](http://www.news29.ru/novosti/free-pr/V_preddverii_Dnja_zaschity_detej_v_Pomorie_prohodjat_prazdnichnye_meroprijatija/43542)
6. <http://www.yesheis.ru/konstantin-sedov-bolnichnaya-klounada-prizvanie-ot-boga/>

## МУЗЫКОТЕРАПИЯ

ТАРАНЕНКО Ксения Руслановна  
Архангельск, Россия  
Северный государственный медицинский университет  
кафедра гуманитарных наук  
2 курс Медико-профилактический ф-т  
E-mail: kt1616@mail.ru  
Науч. рук.: ст. преподаватель КГН СГМУ  
Повилайтис Андрей Владимирович

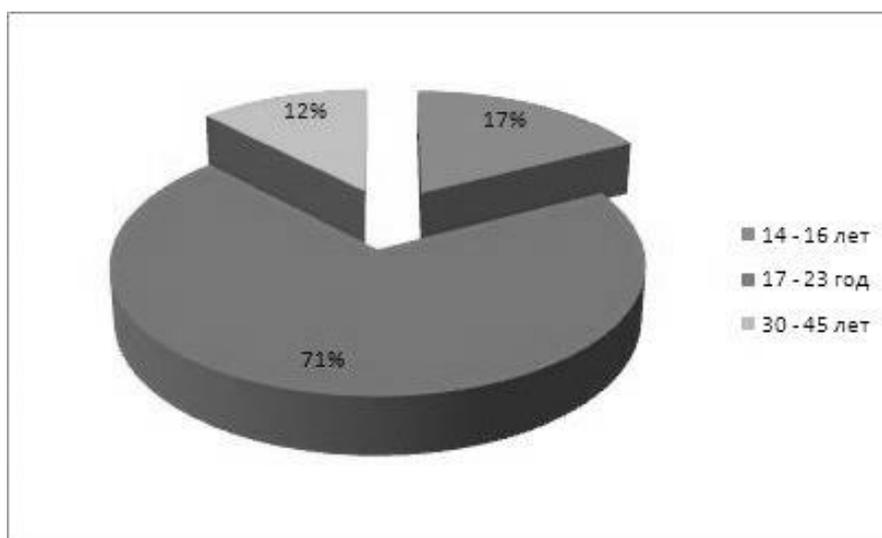
*Аннотация: Выявление влияния музыки на психоэмоциональное состояние людей.*

*Ключевые слова: музыка, психическое состояние человека, социологический опрос.*

Музыка имеет огромное влияние на психическое состояние человека, его эмоции, дыхание и сердцебиение. Она может вызвать у больного положительные эмоции и снять нервное напряжение, что может способствовать более быстрому выздоровлению. Чтобы выяснить влияние музыки на ментальное состояние человека, нами был проведен социологический опрос 98 человек в возрасте от 14 до 45 лет. Из них: 53 женщины (54%) и 45 мужчины (46%); представителей обоих полов 14–16 лет – 17 человек (17%), 17–23 год – 69 человек (70%), 30–45 лет – 12 человек (13%) (см. рис 1).

*Рис 1.*

**Возрастная диаграмма (количество человек указано в %)**



Полученные результаты показаны в диаграммах: (см рис. 2 и таблицу 1)

Время, уделяемое прослушиванию музыки, в зависимости от количества человек (в %)

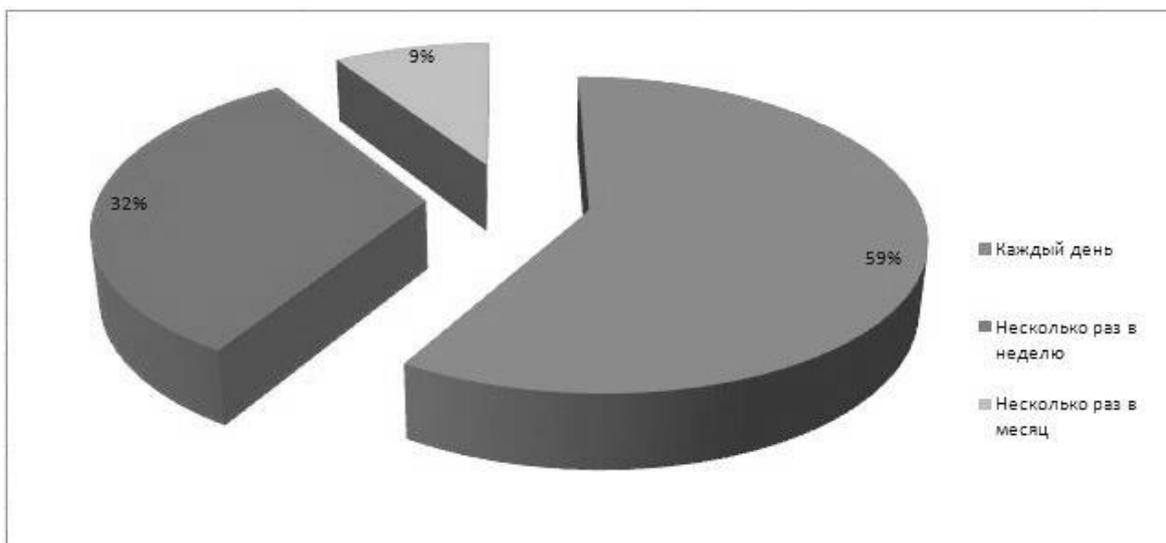


Таблица 1.

Жанры музыки, и оказываемое ими влияние на человека\*

Жанр	Количество человек	Вызываемые эмоции
Поп-музыка	38	У большинства улучшение настроения
Классическая	17	Улучшение эмоционального состояние, психическое расслабление
Рок	31	Наращение психологического возбуждения и поднятие настроения
Рэп	28	У половины положительные эмоции и психологическое расслабление, у другой половины негативные эмоции

\*одни и те же люди могли попасть в несколько категорий, в зависимости от интересов

Отсюда мы делаем следующие выводы: население часто слушает музыку, во время и после прослушивания музыки большинство испытывают положительные эмоции.

От античности до наших дней идут теоретические и эмпирические поиски в области музыкотерапии. Влиянию музыки на организм человека были посвящены работы В.М. Бехтерева. Он создал целую «науку о поведении», в которой рассматривает эстетические воздействия на психику человека [3].

Музыкотерапия представляет собой метод, использующий музыку в качестве средства коррекции. Многочисленные методики музыкотерапии предусматривают как целостное и изолированное использование музыки в

качестве основного и ведущего фактора воздействия (прослушивание музыкальных произведений, индивидуальное и групповое музицирование), так и дополнение музыкальным сопровождением других коррекционных приемов для усиления их воздействия и повышения эффективности [1].

Музыкотерапия, как прикладной медико-эстетический метод, находит применение в ортопедии, зубоврачебной практике, в борьбе с производственным утомлением, и, конечно же, в таких областях, как психиатрия и нейропсихология. Музыка имеет широкое применение в физическом и духовном укреплении здоровья молодых людей [3].

Мы выяснили, что из 98 опрошенных нами человек у всех улучшается настроение во время или после прослушивания музыки. Музыка благоприятно влияет на ментальное состояние человека, может помочь ему расслабиться или наоборот тонизироваться, в зависимости от жанра.

#### **Библиографический список:**

1. Осипова А.А. Общая психокоррекция : учеб. пособие для студентов высш. спец. учеб. заведений. М. : Сфера, 2000. 508, [1] с.
2. Психотерапия : учебник для студентов мед. вузов и врачей общей практики / под ред. Б.Д. Карвасарского. Изд. 3-е., доп. М. [и др.] : Питер, 2007. 672 с. : ил., портр.
3. Философия медицины : учеб. для студентов мед. вузов и слушателей системы послевуз. подгот. специалистов / [Ю.Л. Шевченко и др.]; под ред. Ю.Л. Шевченко. М. : ГЭОТАР-МЕД, 2004. 479 с. : ил.

## **ЙОГА**

**ХИМАНШУ ГУПТА**

**Россия, Архангельск**

**Северный государственный медицинский университет**

**Ф-т врача общей практики(СГМУ) EnglishMedium**

**Email-drhimanshugpt072@gmail.com**

**Supervisor: .: канд. филос. наук, зав. каф. КГН СГМУ**

**МАКУЛИН Артём Владимирович**

*Аннотация: В статье раскрыт образ йоги как духовной практики индийского народа, приводятся в сравнении с медициной её преимущества, взаимоотношения с религиями мира, объясняются пять этапов постклассической йоги.*

*Ключевые слова: йога, духовность, медицина, религия, здоровье.*

Во многих странах мира люди проявляют интерес к йоге. Но далеко не все понимают, что йога – это не только тренировка тела. В первую очередь, это работа по изменению духа, это путь к духовному исцелению. Правила йоги были написаны мудрецом по имени Патанджали две тысячи лет назад в

Индии. У йоги есть другое название – «жизнь». Йога является собранием физических, умственных и духовных практик, которые возникли в Древней Индии с целью достижения состояния постоянного умиротворения и покоя. Это путь к просветлению, это путь к освобождению, это путь к духовному исцелению.

Генеральная Ассамблея Организации Объединенных Наций, проходившая 11 декабря 2014 г., объявила 21 июня Международным днем Йоги. 175 стран стали соавторами резолюции.

В наше время почти весь мир охвачен интересом к йоге. Ежегодно множество людей из разных стран приезжают в Индию, чтобы получить знания о йоге. Особый интерес к ней проявляют американцы. В настоящее время более 20 миллионов американцев занимаются йогой. Они тратят на йогу 27 миллионов долларов ежегодно.

*Насколько велик интерес к йоге в России?*

Да, йога пришла и в Россию. Но в основном ею интересуются жители больших городов. А в маленьких городах и сельской местности люди совсем мало знают о йоге.

Каждый знает, что современный человек очень многое может получить за деньги. Но счастье и душевную гармонию за деньги приобрести нельзя.

Основываясь на личном опыте, я могу сказать: йога – это не только упражнения, потому что она лечит вас полностью, проникая во все сферы жизни. Она лечит физически, умственно, духовно, эмоционально, социально, повышает уровень счастья, уровень успеха, позитивный настрой и улучшает все другие аспекты жизни.

Мы вынуждены признать, что на сегодняшний день люди страдают от множества заболеваний: они могут быть физиологическими, психологическими, социальными и другими, потому что в настоящее время окружающая среда насыщена вирусами и инфекциями, токсичными газами, негативной энергией.

В результате занятий йогой часть этих проблем может быть решена.

В чём разница между йогой и другими упражнениями, такими, как тренажерный зал, бег трусцой, аэробика или другие спортивные занятия?

1. Йога может практиковаться всеми в течение всей жизни, и если вы страдаете какой-либо болезнью, то можете вылечить её, но это невозможно с помощью других упражнений.

2. Йога эффективно влияет на все части тела, но другие упражнения оказывают эффект на определённые части тела.

3. Через йогу можно смягчить течение или даже вылечить многие болезни.

4. Йога доставляет удовольствие физическое, умственное и эмоциональное; благотворно влияет и на другие аспекты жизни.

5. После занятий йогой вы почувствуете себя расслабленным, но после выполнения других упражнений скорее всего Вы почувствуете себя усталым.

6. Если вы занимаетесь йогой, то Вам не придется быть частым посетителем аптек.

*В чём разница между современной медицинской наукой и йогой?*

1. Они помогают или облегчают страдания человека. ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения) определяет здоровье не только как отсутствие болезней, но и как состояние социального, физического, и психического благополучия. Медицина не дает ответа, как достичь физического, психического и социального благополучия.

2. Медицинская наука занимается лечением конкретного заболевания в конкретной части, и часто оно дает много побочных эффектов в нашем организме, но йога лечит не только конкретное заболевание вашего тела, она лечит всё тело, в то же время не вызывая никаких побочных эффектов.

3. Медицина лечит вас, когда вы больны, но если вы практикуете йогу, вы улучшаете свое здоровье.

4. Через йогу человек может обрести духовность, но это невозможно через медицину.

Медицина не предполагает постоянного лечения, только временное.

*Йога не связана с какой-либо религией мира. Для йоги не имеет значения – Вы индус, христианин или мусульманин.*

Позвольте мне объяснить это с помощью одного сюжета. Эта история о великом индийском духовном учёном. Я беру все примеры о духовности из Индии, потому что Индия является источником духовности.

*Итак, жил один великий индийский духовный учёный – господин Шри Рам Кришна Парам Ханс. Он являлся учителем Свами Вивекананда. Он был необразованным человеком. Однажды он не пошёл в школу, и в этот день он узнал о жизни всё.*

*Шри Рам Кришна очень чётко по-своему определил значение слова религия.*

*Позвольте мне рассказать эту историю.*

*Он говорил: Представьте себе: существует река и глубина реки с ваш рост. Четыре человека хотят пересечь реку.*

*Первый человек взял лодку и переправился через реку.*

*Второй человек пересёк реку вплавь, потому что он хороший пловец.*

*У третьего человека нет лодки и он не умеет плавать, но у него есть вешалка, он обладает мастерством подвешивания и благодаря этому пересёк реку.*

*У последнего, четвёртого человека, нет лодки, он не умеет плавать и он не обладает мастерством подвешивания, но он нашёл деревянную конструкцию. Таким образом, он сел на деревянную конструкцию и переплыл реку.*

*Итак, все четыре человека сделали только одну общую вещь – переплыли реку.*

*Рам Кришна Парам Ханс сказал: эти четыре парня представляют четыре разных религии: первый – индус, второй – мусульманин, третий – христианин, а четвёртый – любой другой религии. Они все сделали одно и то же – пересекли реку – но по-разному. Мы все хотим узнать с помощью религии, как нам жить, кто мы и что такое человечество. Это не зависит от того, христианин ты, мусульманин, индус, или исповедуешь другую религию.*

*Я не думаю, что мы всё это сможем узнать посредством какой-либо религии до тех пор, пока мы не встанем на путь духовности. Потому что когда мы идём в храм, мы читаем молитву. Я не против этого, потому что мы этого хотим и делаем это, и в результате не получаем каких-либо негативных эмоций. Вы получаете положительный заряд. Но позвольте мне заверить Вас, что этого недостаточно, чтобы познать себя. Этого недостаточно, если Вы хотите узнать, кто Вы, что такое человечество, каким образом нужно жить. Для этого нет другого пути, кроме духовности.*

*И никто не должен воевать друг с другом из-за религии: моя религия лучше, больше и старше Вашей. Это всё просто смешно, потому что Бог не создал ни одной религии. Иисус не был христианином, а Будда не был буддистом.*

*По-моему, людей в этом мире можно разделить на четыре типа:*

*Первый тип – сухой, жестокий, грубый, высокомерный, неуважительный, как будто Бог свалил на них все мировые проблемы. Они несчастливы сами и не могут сделать никого счастливыми.*

*Второй тип – немного лучше первого, тип вежливой улыбки, или только «Я». Если мой живот наполнен, тогда всё прекрасно. Я счастлив. Абсолютно эгоистичный тип человека.*

*Третий тип – я, моя семья, моя команда, моё общество, моя религия, но по-прежнему ограниченный подход. Но это хорошие люди. Они знают, как*

*построить хорошие отношения с кем-либо. Они очень привлекательные люди.*

*Четвёртый тип – они нарушают все барьеры. Я, моя семья, моя страна, моё самоуважение, потому что теперь они часть Вселенной. Они универсальные граждане. Лишь малая часть людей принадлежит к этой категории.*

*Так что, если Вы хотите стать четвёртым типом человека, значит, Вам нужно знать внутренний мир. Вы хотите узнать, кто Вы? Тогда нужно пробудить Ваше сознание. Для этого Вы должны следовать пути духовности.*

Я хочу объяснить Вам, почему некоторые люди боятся йоги?

Я хочу, чтобы Вы поняли, что йога не гимнастика. Это большой миф о йоге. И многие люди не приходят в клубы и классы йоги, потому что они думают, что там люди очень гибкие, а они таковыми не являются.

*Виды йоги и какой тип йоги важен для нас?*

Может быть, вы слышали о множестве различных типов йоги, таких как Бикрам йога, Хатха йога, Вньяса йога, Кундлини йога, Астанг йога, Льенгер йога и т.д. Но основные – это три типа йоги.

1. Предклассический тип

2. Классический тип

3. Постклассический тип

Для нас важен постклассический тип. Он включает в себя 5 этапов:

1. *Шавасана (Поза правильного расслабления)* – это очень важно, потому что без Шавасана йога невозможна, как без сна жизнь является невозможной. Например, тысячи мыслей приходят нам на ум каждый день, и в перерывах между этими мыслями наступает небольшая пауза. Но этот пробел мы не можем почувствовать, хотя эта пауза нам очень необходима. Если этот разрыв не произойдет, мы не сможем нормально функционировать.

2. *Асанас* – правильные физические упражнения.

По мнению многих учителей йоги западных стран, асанас составляет основную часть йоги, поэтому они чересчур преувеличивают их роль в йоге. Но я хочу сказать о роли асанас, согласно Пантанджали сутры. Это не вся йога, это только часть преимуществ йоги. Асанас составляет только 1–5% йоги.

Если Вы будете выполнять только асанас в йоге, то никогда не сможете ощутить все преимущества йоги, и будете не вправе требовать результатов занятий. Поэтому, в основном, люди не верят в йогу и боятся ею заниматься. Это не их ошибка, потому что они не получают в полной мере на занятиях йогой того, что они хотят, то, что они слышали о преимуществах йоги. Потому что

асаны – это только физические упражнения для растяжки тела, как другие физические упражнения (аэробика, гимнастика или любой другой вид спорта). Таким образом, йога – это не только ваше физическое излечение, она даже способна улучшить качество жизни, мыслительные процессы, способность считать и усилить веру. Вы будете всю свою жизнь здоровым и благополучным во всех сферах.

Если заниматься йогой, то очень необходимо делать это каждый день. Другое дело, если у Вас нет времени чтобы заняться йогой серьезно (один час или 30 минут), тогда можете позаниматься лишь 10 минут, но это нужно делать ежедневно. В таком случае нужно выбрать только тот тип упражнений, который важен для Вас, и выполнять их в течение 10 минут.

3. *Пранаяма (правильное дыхание)* – согласно Патанджали сутры пранаяма составляет свыше 90–95% йоги – искусство правильного дыхания.

4. *Правильная диета* – это также очень важно.

5. *Дхьяна, или позитивное мышление/медитация.* Это искусство правильно начать медитацию, сознательно настроить дыхание.

Еще одно большое преимущество йоги и медитации я хочу упомянуть здесь:

Если Вы пристрастились к любой вредной привычке (например, алкоголь, курение, эмоциональный кризис), то я никогда не буду Вам говорить, чтобы Вы бросили курить и употреблять алкоголь, потому что Вы бросите сами во время занятий йогой и медитацией. Причина в том, что Вы станете более сознательными и все поймете сами.

Я хочу рассказать вам один интересный факт о йоге, который я слышал от учителя с большой практикой йоги.

Он говорит, что студенческое молодое поколение – это сила этого мира, которая может изменить мир, потому что студенты – будущее этого мира. Если студенты будут готовиться на уровне души, то в будущем они могут преодолеть любые проблемы, ощущая постоянное внутреннее счастье. И в будущем они создадут хорошее общество, красивые города, процветающие страны и мир без войн. Они будут распространять любовь в этом мире.

#### **Библиографический список:**

1. This is mostly information by Indian Yoga Guru (BABA RAMDEV) and my selfexperiences. Now a days he is the best yoga teacher in the world.
2. Here some links to related scientific research-
3. <http://www.youtube.com/watch?v=vZnvkDQgsr8>
4. <http://newyork.cbslocal.com/2014/01/27/study-yoga-shown-to-have-health-benefits-for-cancer-survivors/>
5. <http://nccam.nih.gov/video/yoga>

## V. Студенчество и медицина

### «АЙФОНОФИЛИЯ» ИЛИ «АЙФНОМАНИЯ»? ПОТРЕБНОСТЬ В КАЧЕСТВЕ ИЛИ ДАНЬ МОДЕ?

АНТОНОВА Инесса Георгиевна  
Архангельск, Россия  
Северный государственный медицинский университет  
Кафедра гуманитарных наук  
2 курс. Лечебный ф-т  
E-mail: nessa.95@mail.ru  
Науч. рук.: канд. филос. наук, зав. каф. КГН СГМУ  
МАКУЛИН Артём Владимирович

*Аннотация: Проанализирована зависимость студентов от обладания модными гаджетами.*

*Ключевые слова: модные бренды, айфоны, студенты, социологический опрос.*

«Мода – явление, которое проникло во все сферы человеческой деятельности. Модное поведение является уникальным феноменом, превратившимся в массовое поведение.

Концепция объяснения моды на основе коллективного поведения заключается в том, что процессы моды рассматриваются как «элементарные формы поведения, которые проявляются в непреодолимой силе лжи слепого приговора анонимной толпы» [1].

С каждым годом все новые и новые вещи диктуют моду. Так, например, ещё несколько десятков лет назад от того, джинсы какой марки ты носишь, зависело многое, включая твой социальный статус и внимание со стороны окружающих. Но времена меняются, и на смену таким вещам, как модная брендовая одежда и дорогие украшения, приходят новые ценности. Так, теперь социальный статус подростка определяется посредством того, кокой техникой он обладает.

Все мы слышаны о моде на одежду, причёски, автомобили. Но в наш век высоких технологий появилась мода, о которой раньше и не задумывались. Мода на бренды. Своеобразный товарный фетишизм, который начинает перерастать в настоящую брендоманию.

Потребление брендов во многом носит характер показного, статусно-демонстративного. Обладание брендами, выставляемыми напоказ – свидетельство «успеха», точнее, его наглядное доказательство. Доказать свою успешность окружающим – чтобы тем самым доказать и себе! Встречают

нынче не просто по одежке, встречают по брендам. Бренд-код так же, как дресс-код, становится «пропуском в свет».

Брендомания в наше время получает широкие масштабы. Айфономания – лишь частный её случай, за которым стоят реальные проблемы современного общества. То, как люди «подсаживаются» на бренды, «ведутся» на рекламу, показывает: они становятся более податливыми для манипуляций.

«Брендомания (на примере мании к айфонам) в современном мире принимает такой размах, что страдающие ею люди (хотя они сами не понимают, что страдают) начинают вести себя неадекватно.

Конечно, не всегда такая зависимость становится очевидной для окружающих – ведь многие шопоголики и брендоманы, как и наркоманы, пытаются её скрывать. Однако, в случае с айфономанией «диагноз» поставить нетрудно. Как правило, жертва зависимости не расстается с любимой игрушкой ни днём, ни ночью. При этом то и дело, к месту и не к месту, берет её в руки, нежно гладит, судорожно «тискает» в руках, прикладывает к сердцу и к другим местам... только что не целует. В общем, то, насколько поражённый зависимостью человек неравнодушен к своей «игрушке», видно невооружённым глазом» [2].

Что такое айфон? Одним словом – технологическая вещь. Если рассматривать в классификации Маркса, то это является продукцией-роскошью – человек может прожить без телефона, но вряд ли он сможет остаться живым при голодании.

Впервые такое устройство, как айфон, было представлено вниманию покупателей в 2007 г. С тех пор его производители побили всевозможные рекорды популярности. Такого спроса и такого количества людей, желающих приобрести этот гаджет, не было ещё ни у какого другого изобретения.

Компания Apple ежедневно слышит «оды» не только от российских пользователей, но и от пользователей всего мира.

Наиболее известным рекламным ходом компании Apple является рекламный ролик, где самый молодой обладатель Оскара Ричард Дрейфус зачитывал текст о том, как важно быть другим, уникальным. Текст сопровождался визуальной подборкой – наиболее известные личности XX в. – Индира Ганди, Джон Леннон, Пабло Пикассо, Боб Дилан (насчет него я бы поспорила, но да ладно). И в конце видео была фраза Think Different и логотип компании Apple.

Компания рекламировала не свою продукцию, она рекламировала просто слоган; человек запоминает слоган, бросается в глаза фирма, через ролик

потребитель ощущает себя другим, инакомыслящим, то есть Apple дает такую возможность и потребитель переносит ощущение элитарности, непохожести на обладание продукцией компании.

Что ни день выхода новой модели – нетерпеливые фанаты выстраиваются в многолюдные очереди за новой «игрушкой», как в СССР во времена дефицита. В мире то и дело слышны случаи о «подвигах» преступников, взламывающих витрины автомобильным тараном (так парень хотел поскорее получить новый айфон, что не смог удержаться от соблазна).

Забавно смотреть и на реакцию людей, когда выходит очередной iPhone. Люди сходят с ума при виде новой усовершенствованной модели. Так, новостной блог, рассказывающий о событиях в эволюции продуктов компании Apple, провёл мини-исследование: представители вышли на улицу и предлагали оценить новейшую модель iPhone, которая на тот момент даже не появилась в продаже. А то, на что смотрели прохожие, было всего лишь текущим поколением iPhone, который имелся почти у каждого. Люди признавали данную модель намного лучше предыдущей, видели усовершенствования, которых и не было [3].

Именно так, в прямом смысле слова сходят с ума. Ибо сегодня нарушения потребительского поведения – и шопоголизм, и брендомания – из психологических проблем начинают уже перерастать в клинические, как в силу широкой распространённости, так и в силу ущерба, наносимого этими формами зависимости её жертвам.

Цифры говорят то же самое. К примеру, в США только за первые сутки после старта продаж пятого айфона было куплено два миллиона таких аппаратов, а в первые выходные компания реализовала девять миллионов аппаратов. Ежедневная прибыль Apple, если ориентироваться на момент пика продаж, составляет почти 200 миллионов долларов [4]. Вывод напрашивается сам собой: «яблочный гигант», как бы его не корили, по-прежнему остается на пике популярности, а смартфоны от Apple – самый ожидаемый продукт. Что это? Всеобщая зависимость или дань качеству?

Особенно губительно влияет айфомания на детей и подростков, как в психическом, так и в медицинском плане (злоупотребление айфонами, как и любыми мобильными гаджетами, по мнению сянганского доктора Софии Нгмотак, хуже всего сказывается на суставах и мышцах шеи и запястий. Поиграв месяц со свежкупленным гаджетом, молодые люди начинают жаловаться на боль и «зажатость» в области шеи и предплечий) [5]. Также пора-

жённые этим расстройством несмышлёныши зачастую знакомство со сверстниками начинают с вопроса: «А какой у тебя айфон?»

Иметь айфон сравнимо с тем, что обладать определёнными качествами, которыми наделён этот товар – быть стильным, креативным, интересным, модным, уникальным.

Тем не менее, не рассматриваются технические характеристики товара, здесь главное то, что обладающим им человек автоматически становится богатым в обществе.

«Для самолюбования и личного превозношения для обладателей айфонов создаются специальные, стимулирующие к подпитке «эго» приложения. Тому пример такой: некоторое время назад, в App Store появилось уникальное по сути приложение «I Am Rich». Стоило оно 1000\$ – для тех, кто покупает каждую новую версию Айфонов это недорого.

Но гениальное и забавное заключается в другом: приложение не выполняло абсолютно никаких полезных функций, кроме одной: на экран девайса с его помощью выводилось простое, но эгоцентричное сообщение: «Я богат». Затем: «Я заслужил это». И на закуску: «Я успешный, здоровый и счастливый».

Компания Apple удалила изумительное по идейности приложение спустя сутки. Но юмор в другом: за день купить его успели восемь «успешных», «богатых», «заслуживающих покупки айфона» людей. Возврат же оформили только два человека» [6].

Товарный фетишизм является неизбежным результатом массового производства. И вот в итоге происходит удивительная вещь, продукция Apple наделяет человека уникальными качествами, но таких людей миллионы, поэтому все становятся идентичны. Не следует забывать и об освобождающем эффекте: смещение фетишизма на «отношения между вещами» дефетишизирует «отношения между людьми».

Результат потребительской погони за брендами – кризис. Сама по себе «брендомания» – отражение психологического кризиса современного общества.

Мною был проведён социологический вопрос на тему «Айфомания». Методом простого анонимного анкетирования было опрошено 200 человек в возрасте 18–22 лет: 107 студентов медицинского профиля, 93 студента, выбравших иное направление.

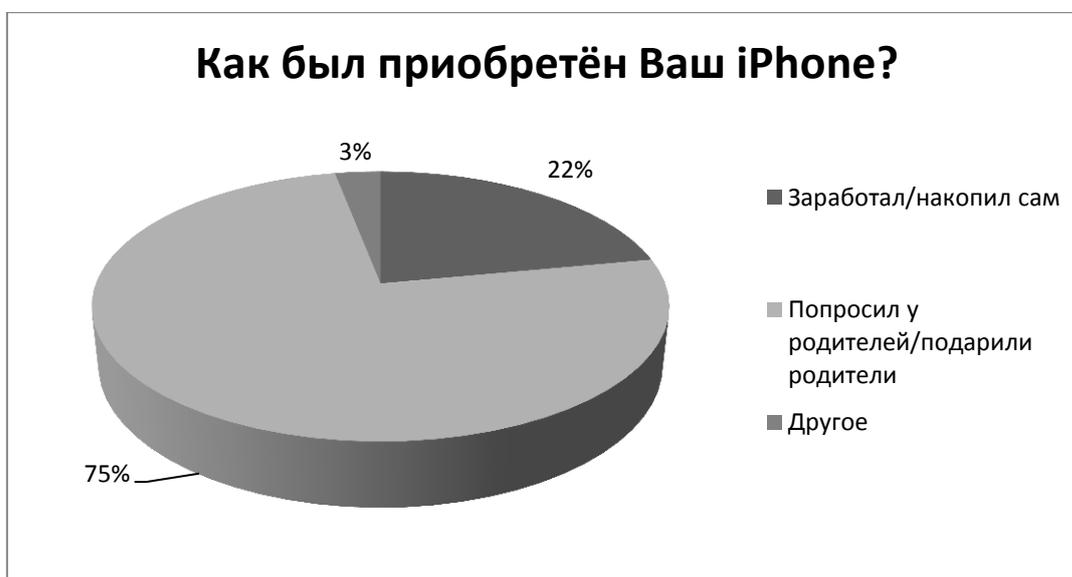
Среди них студенты Северного государственного медицинского университета (СГМУ), Северного (Арктического) федерального университета

им. М.В. Ломоносова (САФУ), Санкт-Петербургского государственного университета (СПбГУ), Санкт-Петербургского государственного политехнического университета (СПбГПУ), Санкт-Петербургского государственного университета аэрокосмического приборостроения (ГУАП), Российского государственного педагогического университета имени А.И. Герцена (РГПУ им. А.И. Герцена), Санкт-Петербургского государственного электротехнического университета «ЛЭТИ» им. В.И. Ульянова (Ленина) (СПбГЭТУ «ЛЭТИ»), Московского государственного индустриального университета (МГИУ), Московского государственного строительного университета (МГСУ), Московского физико-технического института (МФТИ).

Данные опроса представлены на диаграммах.



Далее вопросы были заданы тем студентам, у кого имеется данный гаджет, т.е. 71 человеку.

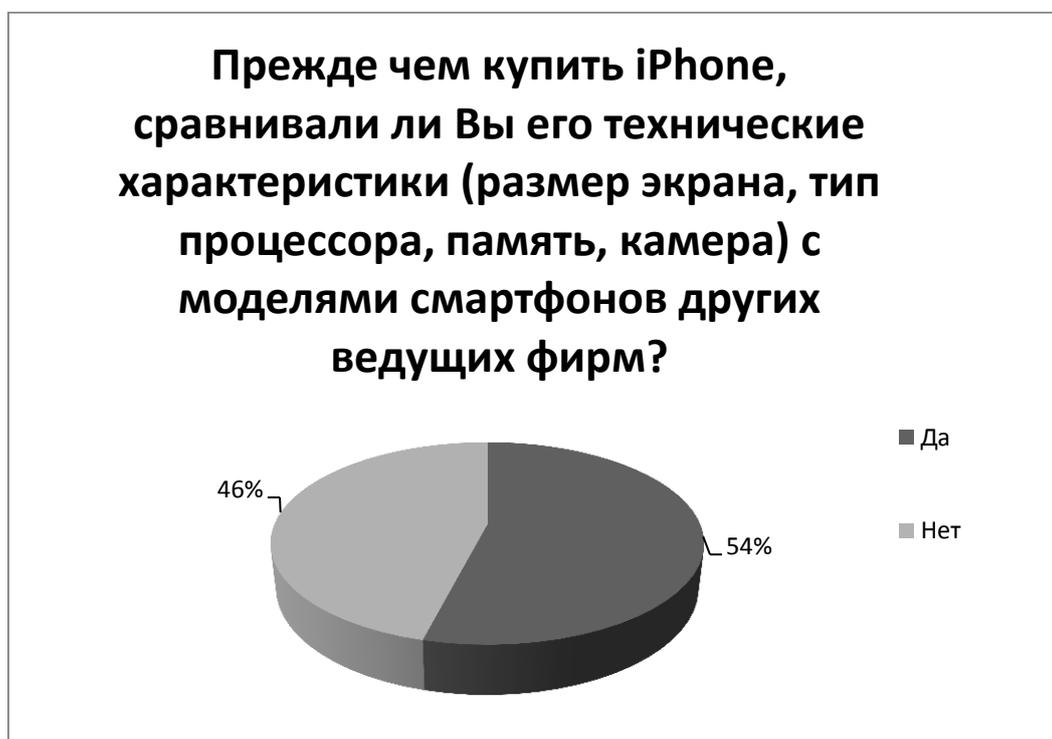


3% опрошенных (2 человека) выбрали ответ «Другое», указав, что данный гаджет им одолжили на время.

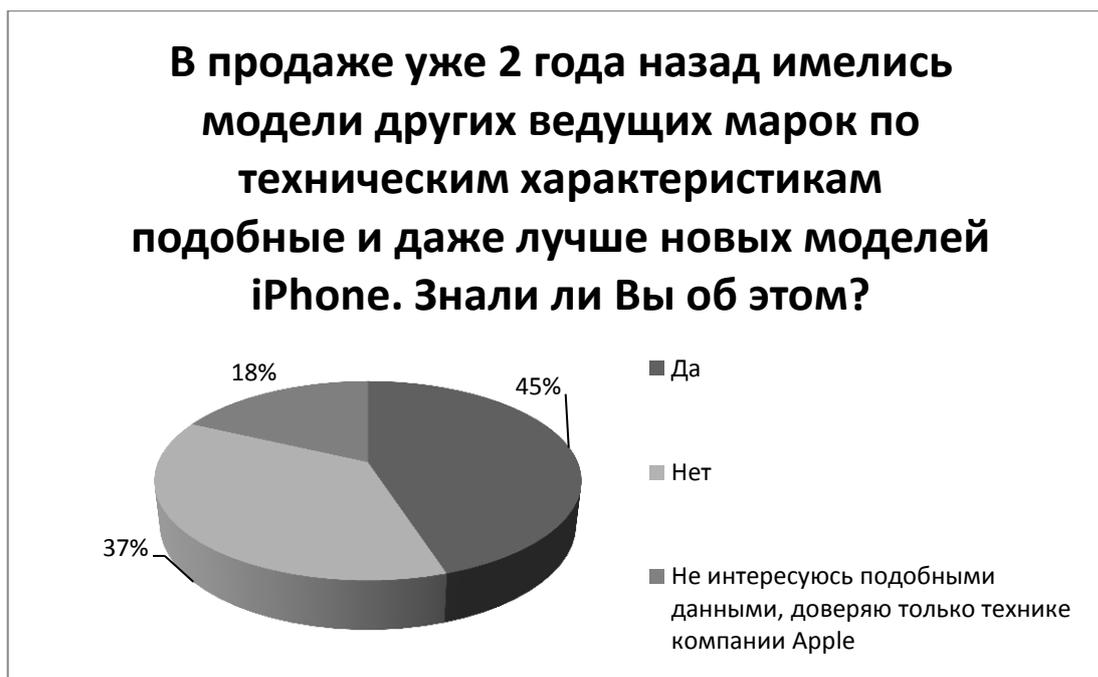


7% опрошенных (5 человек) выбрали ответ «Другое», указав следующие ответы:

- Подарили, пришлось пользоваться (2 человека)
- Потому что дешево стоил (1 человек)
- Потому что операционная система iOS только на iPhone (2 человека)



Следующие два вопроса были вновь предназначены для всех студентов, участвующих в опросе (т.е. для 200 человек).



В результате опроса встретились ответы студентов, которые не были вынесены в варианты предложенных.

Среди них самыми интересными оказались следующие:

- iPhone – это оптимальное сочетание цены /качества/ надежности /дизайна.
- Купил iPhone, потому что мне нравится играть на нём.
- Выбрала iPhone, т.к. считаю его операционную систему элементарной в использовании и понятной для любого возраста

- Купил модель б/у, дёшево, почему бы не взять?
- Уже давно пользуюсь продукцией Apple и убедился в её качестве.
- Хороший экран, небольшие размеры, небольшой вес, хотелось попробовать новую операционную систему.

- Купила, потому, что несмотря на высокую цену и то, что айфоны есть у каждого, это действительно качественный продукт, за который не жалко отданных денег. Он работает исправно.

Проведя данный опрос, я убедилась, что приобретение столь дорогой вещи не смущает студентов и не отталкивает их от покупки «яблочного чуда», ведь 75% обладателей Айфона в покупке помогли родители.

Среди обладателей данного устройства велик процент студентов, для которых айфон – не более чем крутой, модный гаджет, а не сочетание других, не менее важных технических характеристик. Ведь 17% опрошенных смотрят лишь на внешний вид айфона при покупке. Для 14% важно не выделяться из толпы тех, кто имеет модное чудо, им всё равно каким будет их телефон, для них, главное, чтобы им стал именно айфон.

Почти половина (46%) владельцев айфона, прежде чем его приобрести, не сравнивала свой гаджет по техническим характеристикам со смартфонами других ведущих фирм, что говорит о желании заполучить именно данный бренд, и не что-то иное, даже если есть лучшая альтернатива.

15% опрошенных готовы приобрести новую модель айфона, как только она появится в продаже. Это показывает, что для этих студентов с выходом новой версии iPhone, старый аппарат становится уже не актуален, и требует скорейшей замены, несмотря на рабочее состояние.

37% опрошенных не знают о том, что в продаже уже два года назад имелись модели других ведущих марок по техническим характеристикам подобные и даже лучше новых моделей iPhone. Это говорит о том, что велик процент неграмотных в технологическом плане, которые стремятся купить новую игрушку «как у всех», ту, которая наиболее модна.

Для того, чтобы не выделяться из толпы, студент или даже подросток должен быть обладателем хорошего мобильного устройства, а также прочей электроники, которая в последнее время выходит массовым производством. По мнению одного из известных аналитиков по имени Пайпер Джеффри, теперь не имеет значения, что на тебе надето, главное то, чтобы ты был обладателем современных гаджетов. По одежде социальный статус мог определять ещё лет десять назад, теперь же пришло новое время, когда свои правила диктуют информационные технологии.

**Библиографический список:**

1. <http://studlive.by/opinion/tovarniy-fetishizm-pochemu-myi-hotim-posledniy-ayfon.html>
2. <http://re3.livejournal.com/846996.html>
3. [https://www.youtube.com/watch?v=xk5gdSseJ\\_E](https://www.youtube.com/watch?v=xk5gdSseJ_E) Опубликовано: 22 ноября 2013 г.
4. <http://texnomaniya.ru/electronics/obratnaja-storona-ajffona-samoubijstva-izbienija-rabochikh-i-bunti-na-fabrikakh.html>
5. <http://weekly.ua/accent/health/2011/06/24/094612.html>
6. <http://pcnews.ru/news/iphone-iamrich-599-99-000-ipod-touch-calc-236967.html>

**СТУДЕНТ И ЭЛЕКТРОННЫЕ УСТРОЙСТВА:  
ЗАВИСИМОСТЬ ИЛИ НЕОБХОДИМОСТЬ?**

**КИРИЛЛОВСКАЯ Анна Дмитриевна  
СОКОЛОВА Олеся Александровна  
Архангельск, Россия**

**Северный государственный медицинский университет  
кафедра гуманитарных наук  
2 курс. Лечебный ф-т**

**E-mail: Anna. Kirillovskaya.24@yandex.ru  
l-e-s-y-a-sokolova@mail.ru**

**Науч. рук.: канд. филос. наук, зав. каф. КГН СГМУ  
МАКУЛИН Артём Владимирович**

*Аннотация: Статья посвящена изучению проблемы зависимости студентов-медиков от электронных устройств.*

*Ключевые слова: гаджетомания, социальные сети, студенты, социальный опрос.*

XXI век. Современная техника набирает огромные обороты в своём развитии, она не стоит на месте. Непреодолимое желание возникает у человека заполучить все модные новинки техники на рынке, быть одним из первых. Люди не видят границы между «хочу» и «мне действительно это нужно». В итоге у человека возникает зависимость. В современном мире этой зависимости даже дали термин – «гаджетомания».

Гаджетомания – зависимость людей от современных электронных устройств, и, к сожалению, она не имеет границы возраста пользователей. Сейчас не найдется такого ребёнка, который бы не сидел у экрана ноутбука или не держал в руках смартфон. Эти дети не представляют развлечения, общения и отдыха без своих любимых гаджетов. Аналогичная ситуация и со взрослыми, которые всего за несколько лет стали самыми настоящими гаджетоманами.

Если заглянуть к себе в сумку или карман, то каждый там найдет мобильный телефон или планшет, у каждого дома на столе стоит персональный

компьютер или ноутбук, каждый делает снимки на цифровой аппарат. Сможет ли человек отказаться от всего этого? Не думаем.

Человечество просто скупает современную технику, но никто не задумывается о том, насколько вредна вся эта супермодная вещь. Ведь самый обычный мобильный телефон способен испускать электромагнитные волны, которые стимулируют изменения на клеточном уровне, вызывают нарушения генного порядка, способствуют появлению больных клеток и болезнетворных опухолей. Не лучший прогноз для здоровья человека, не так ли?

Основными пользователями современных электронных устройств являются школьники и студенты, которые тратят своё драгоценное время в самых разнообразных социальных сетях интернета. К таким сетям можно отнести: Вконтакте, Одноклассники, Instagram, Twitter, Skype, Viber, WhatsApp.

Корейские учёные уже признали зависимость от интернета как психическое расстройство, которое, несомненно, должно поддаваться лечению. В некоторых странах зависимых от социальных сетей работников фирмы отправляют в отпуск, лишая возможности выхода в глобальную сеть с какого-либо устройства.

Существует много минусов от пользования интернетом: ухудшается зрение, осанка, снижается концентрация внимания, человек становится менее общительным и более закрытым от реального мира, это всё ведет к торможению развития человека как личности. Но, конечно, существует большое количество весомых положительных сторон, из-за которых мы и используем глобальные просторы интернета: он позволяет быстро находить необходимую информацию, а не сидеть в библиотеке и не «рыться» часами в учебниках; обмениваться ею, ведь это глобальный коммуникационный канал, общаться с родственниками и друзьями, которые находятся от нас на значительном расстоянии и это далеко не весь список!

Но почему, же современные молодые люди и девушки так много времени проводят в просторах интернета, так много внимания уделяют социальным сетям и своим гаджетам? Это удобно, интересно, полезно или все-таки пустая и ненужная трата времени?

Отсюда и вытекает цель нашей работы: выяснить насколько зависимы студенты СГМУ разных курсов и факультетов от интернет-сетей и электронных устройств?

Для этого нам необходимо выполнить следующие задачи:

1. Составить соответствующие анкеты;
2. Провести анкетирование студентов и проанализировать результаты;

### 3. Подвести итоги.

Актуальность данной работы заключается в том что, в наше время, в век современных технологий многие люди не мыслят жизни без электронных устройств и интернета, они просто не смогут отказаться от них. Мы считаем, что гаджетами и интернетом, несомненно, нужно пользоваться, но в меру. Если наше человечество будет зависеть от гаджетов и социальных сетей, можно ожидать одного – наше человечество будет деградировать.

Мы предлагали нашим респондентам следующую анкету.

1. Пол: М , Ж
2. Возраст: \_\_\_\_\_
3. Курс, Факультет: \_\_\_\_\_
4. В каких социальных сетях зарегистрирован(а): Вконтакте, Instagram, Одноклассники, Facebook, сайты знакомств, другое \_\_\_\_\_
5. Какие гаджеты используете: компьютер, телефон, планшет, другое \_\_\_\_\_
6. Сколько времени в день тратите на пользование интернетом, социальными сетями? \_\_\_\_\_
7. Социальные сети нужны для: учёбы, общения, просмотра фильмов, музыки, игр, чтения электронных книг, другое \_\_\_\_\_
8. Интернет используете больше для поиска информации во благо учёбы или для общения в социальных сетях? \_\_\_\_\_
9. Информацию для учёбы Вам удобнее искать в интернете или в библиотеке? \_\_\_\_\_
10. Вы смогли бы отказаться от интернета, социальных сетей? Если нет, то почему? \_\_\_\_\_

В нашем анкетировании приняло участие 100 студентов в возрасте от 18 до 25 лет, из них 57 девушек и 43 молодых человека. Все ребята подошли к этому опросу с интересом и старались отвечать максимально честно.

С помощью нашего анкетирования мы выяснили не только в каких социальных сетях сидят студенты и какими электронными устройствами пользуются, но и выявили, насколько они зависимы от них, сколько времени тратят на интернет. Представленные ниже диаграммы демонстрируют это наглядно:

Диаграмма №1

**Возрастная категория пользователей социальных сетей, %**

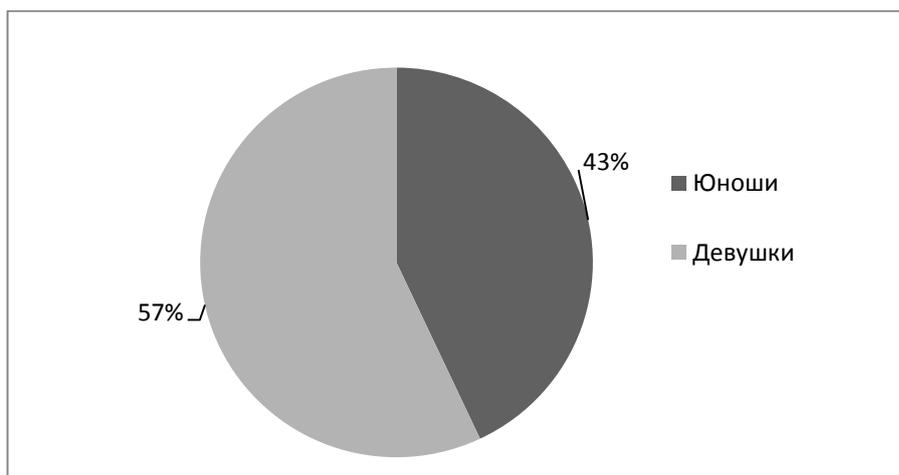


Диаграмма №2

**Количество часов в день, которое тратят студенты на социальные сети, %**

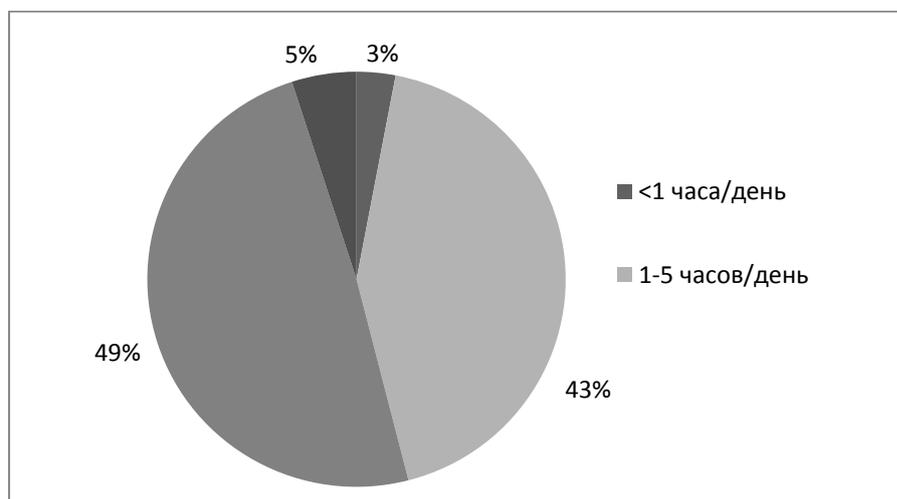


Диаграмма №3

**Электронные устройства, которыми пользуются студенты, %**

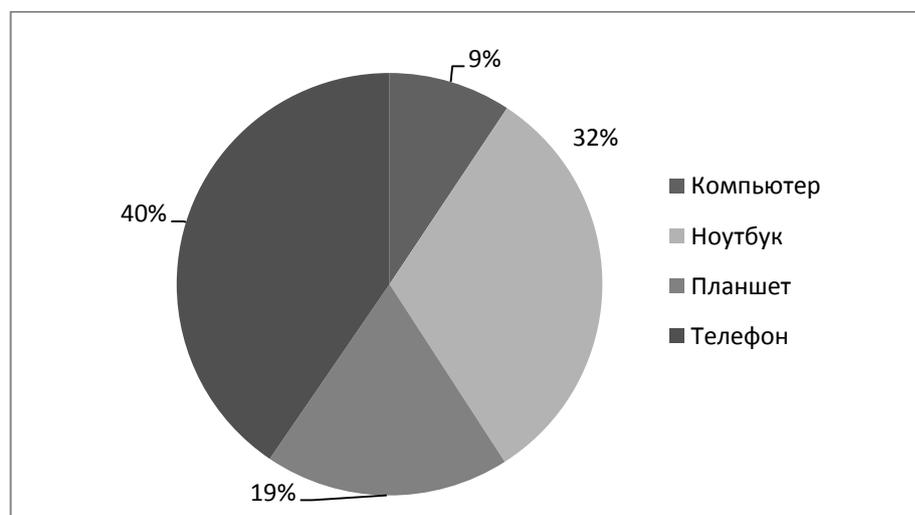


Диаграмма №4

**Социальные сети, которыми пользуются студенты, %**

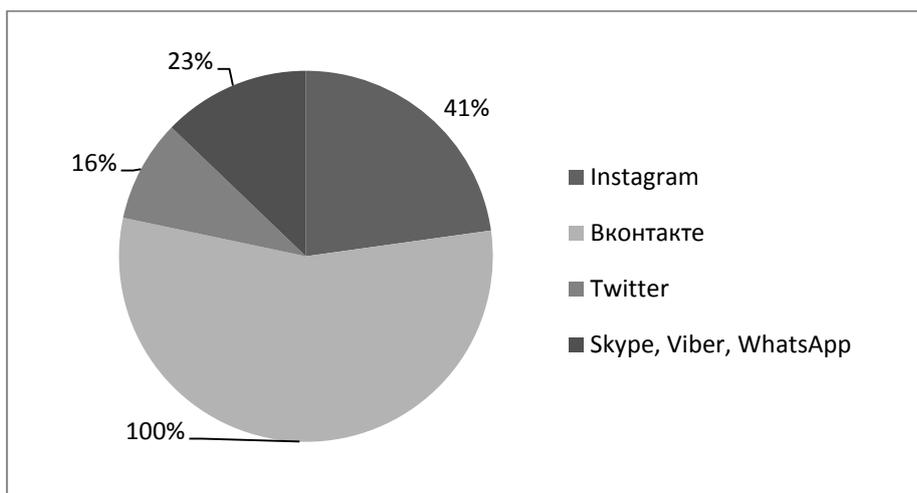


Диаграмма №5

**Для чего необходим интернет, %**

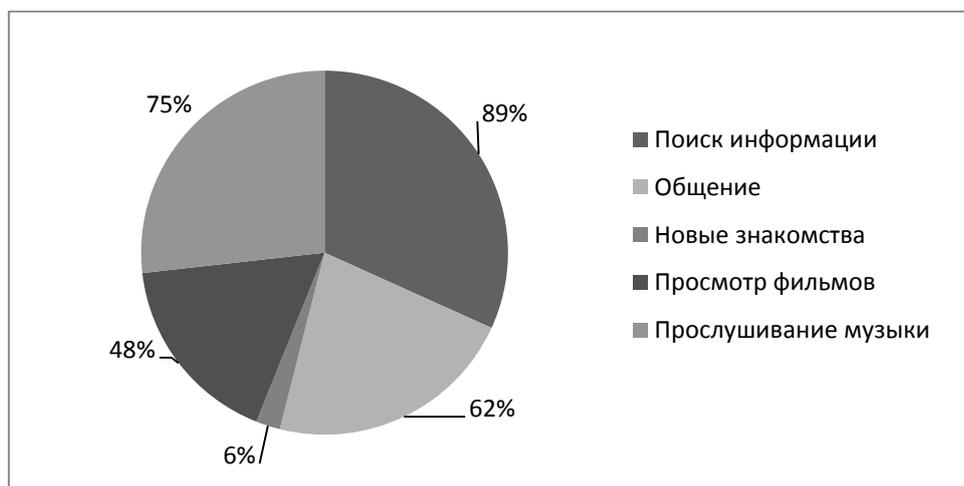
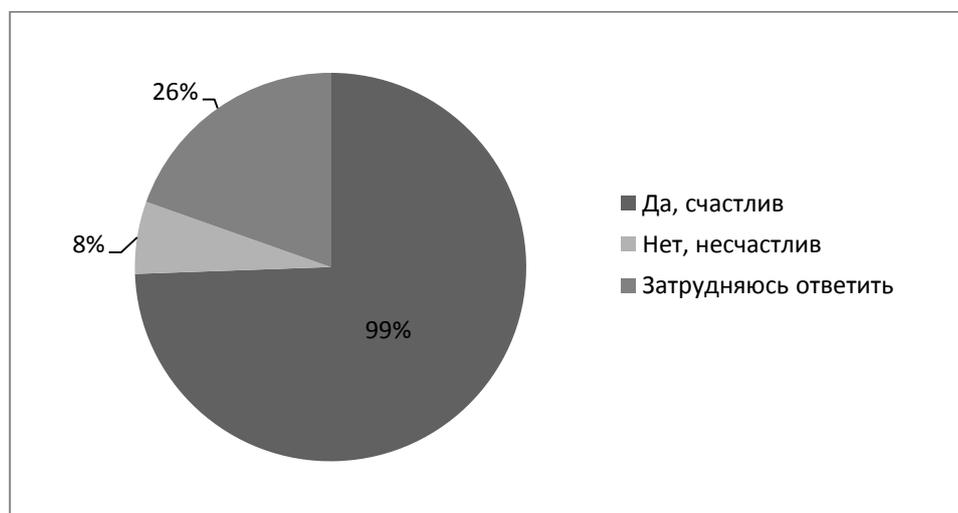


Диаграмма №6

**Счастлив ли студент после использования интернета, %**



Невозможно представить жизнь современного человека без интернета и электронных устройств, которые нужны ему для работы и досуга. Но, к сожалению, многие становятся зависимы от этого, становятся заложниками социальных сетей. Люди «живут» в просторах интернета. Очень высок процент студентов (49%), которые по 5–10 часов в день своего времени тратят не всегда на пользу себе, а просто «просиживают» в социальных сетях. В конечном итоге это может привести к уходу из реального мира в виртуальный. Возникает зависимость, человек постепенно превращается в «зомби». Интернет отрицательно влияет на полноценный сон, который так важен для здоровья, люди перестали заниматься спортом, посещать театры и музеи, даже забыли про свое любимое хобби. Что же ожидает всех нас дальше?

Я – «реальный» и я – «виртуальный», это совершенно два разных понятия, можно сказать – это два совершенно разных человека в одном. Многие парни и девушки отвечали, что им проще общаться в социальных сетях, потому что уверены в полной защищённости и анонимности. Когда ты не видишь человека, а общаешься с ним в интернете, конечно проще написать что-то важное, нежели сказать, глядя в глаза. В наше время «виртуальные» отношения – это нормально. Так человек шаг за шагом уходит из реального мира в «виртуальный».

Кто-то находит там информацию для учебы, кто-то смотрит фильмы и слушает музыку, часть ребят знакомятся, пытаются найти свою любовь и друзей. Но некоторые часами обновляют свою страницу, новостную ленту и в их жизни ничего не происходит и не меняется. «Одиночество в сети», так можно назвать их состояние. В 2001 г. Янушом Вишневым была написана одноименная книга, а в 2006 г. вышла экранизированная версия романа.

Проанализировав все результаты, мы выяснили, что многие парни и девушки нашего университета не скрывают и сами признают, что зависимы от электронных устройств и социальных сетей. На вопрос: смогут ли они отказаться от всего этого, все ребята твёрдо отвечали: «нет!». Да, несомненно, пользоваться интернетом и гаджетами необходимо, но нужно донести ребятам с помощью различных тренингов, что интернет – это зло. Нужно как можно меньше времени проводить в паутине сетей интернета, больше находиться в реальном мире и общаться с реальными людьми.

#### **Библиографический список:**

1. Вишневский Я.Л. Одиночество в сети : [роман] / [пер. с пол. Леонида Цывьяна]. СПб. : Азбука-классика, 2005. 473, [2] с. = Wisniewski, Janusz Leon. S@motnosc w sieci. Warszawa : Proszynski i S-ka, cop. 2001. 302, [1] s.

2. Громова Л.А. Этика управления : учеб.-метод. пособие для рук. и преподавателей вузов, слушателей системы доп. проф. образования. СПб : Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2007. 183 с. : табл.

## ЭПИДЕМИЯ «СЭЛФИ»

**РАДЧЕНКО Наталья Валерьевна**  
Архангельск, Россия  
Северный государственный медицинский университет  
кафедра гуманитарных наук  
3 курс. Стоматологический ф-т  
E-mail: [lisynja5@yandex.ru](mailto:lisynja5@yandex.ru)  
Науч. рук.: канд. филос. наук, зав.каф. КГН СГМУ  
**МАКУЛИН Артём Владимирович**

*Аннотация: В статье анализируется модное увлечение селфи, которое врачи признают психическим расстройством, а многие считают своим хобби.*

*Ключевые слова: нарциссизм, дисморфофобия, социальные сети.*

Сегодня СМИ озадачены поголовным фотографированием самого себя, так называемым «селфи» и выкладыванием фотографий в социальные сети. Серьёзная проблема, связанная с ростом нарциссизма в цифровой форме, заключается в том, что оказывается огромное давление на людей, которые стремятся достичь неосуществимых целей и не насыщаются. Желание быть как Бейонсе Ноулз или как какая-нибудь модель, само по себе сложно, но когда вы не готовы к тяжелому труду во имя достижения цели, вы себя лучше чувствуете, снижая планку своих устремлений.

Сочетание высоких запросов и лени имеет высокий разрушительный эффект. В конце концов, проявления нарциссизма в интернете могут быть всего лишь стратегией презентации себя, которая компенсирует очень низкую и слабую самооценку. И всё же, когда подобные попытки поддерживаются и приветствуются другими людьми, это приводит к искажению реальности и нарциссическому самообману.

*Целью написания данной статьи* стало исследование модного явления «селфи». Кто-то считает увлечение селфи невинным развлечением, кто-то таким образом занимается саморекламой, кто-то умудряется создавать искусство, а кто-то рассматривает чрезмерное увлечение этим видом фотографии как психическое расстройство. Так что же это такое и как вовремя остановиться, не перешагнув черту?

«Селфи» – это термин, который используется для описания фотографии самого себя с целью опубликовать её на сайте социальных сетей или обмена

фотографиями. Чтобы сделать «селфи», чаще всего вытягивают правую или левую руку, повернув камеру на себя, или используют специальные телескопические палки, которые стали массово выпускать в разных странах.

Фанаты могут тратить часы на то, чтобы сделать фотографии себя, которые не показывали бы их недостатки во внешности, которые они видят, а другие могут вовсе не замечать. Часто такие люди делают несколько фотографий, пока не найдут лучший ракурс или позу, и они очень придирчиво относятся к самым мелким дефектам.

Желание следить за опубликованными фотографиями, теми, кому они понравились или теми, кто комментирует их, стремление достичь наибольшего числа «лайков» – могут быть признаками того, что «селфи» вызывают проблемы психологического характера.

Как заявил психиатр доктор Дэвид Вил (Dr David Veal), «с появлением фотокамер в телефонах двое из трёх пациентов, приходящих ко мне с телесной дисморфобией, имеют тенденцию постоянно публиковать автопортреты – «селфи» – в социальных сетях» [1]. Дисморфофобия – это расстройство, характеризующееся тем, что человек чрезмерно обеспокоен одним или несколькими недостатками в своей внешности. Чаще всего люди с дисморфофобией обеспокоены свои лицом, морщинками, прыщами, волосами, облысением, внешним видом кожи и вен, размером груди, тонусом и размеров мышц, гениталиями.

Перечень причин, указывающих на то, что стремление постоянно себя фотографировать действительно свидетельствует о наличии психического расстройства:

#### *1. Глубокая неудовлетворенность.*

Чрезмерная любовь к «селфи» не просто является болезнью, но даже может потребовать медикаментозного вмешательства. Виной тому – глубокая неудовлетворенность, которая, чаще всего, является причиной постоянного фотографирования себя.

«В западной психологии изобретены специальные антидепрессанты, которые позволяют человеку почувствовать большую удовлетворенность жизнью. Можно, конечно, обойтись и без таблеток. Главное – понять, что у тебя есть проблема» [2].

#### *2. Зависимость.*

Определить, есть ли у тебя зависимость, очень просто. Если любимое занятие мешает социализации, здоровью и личным отношениям – значит, зависимость налицо. То есть любовь к селфи вряд ли мешает социализации,

также, как и здоровью. В любом случае, стоит обращать внимание на эти аспекты, чтобы не впасть в зависимость.

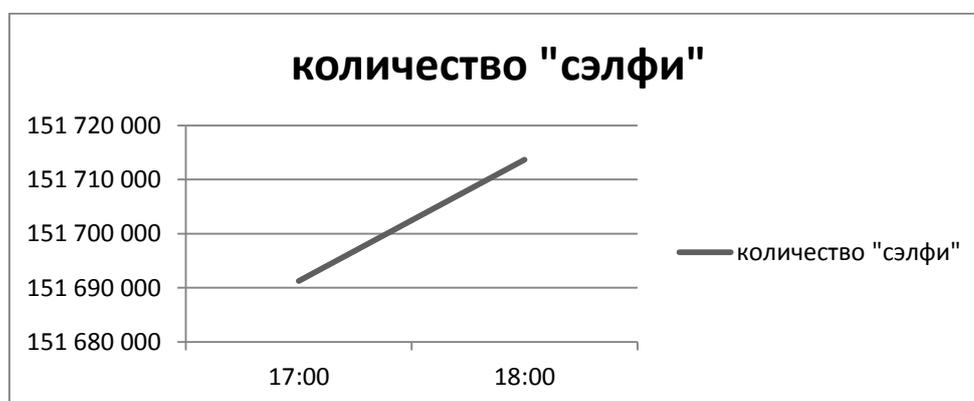
### 3. *Нарушение инстинкта самосохранения.*

Выдавать в окружающий мир слишком много информации о себе – это ненормально, считают психологи. И хотя мы привыкли беспокоиться о собственной безопасности, лишь гуляя по тёмным улицам, на самом деле, инстинкт самосохранения должен присутствовать и в нашем поведении в соцсетях.

### 4. *Невроз навязчивых состояний.*

Причин у невроза навязчивых состояний очень много. Самое первое – это проблема с самоощущением себя, когда человек чувствует пустоту внутри и пытается её чем-то компенсировать. В общем, селфи это, конечно, весело, но только в том случае, если это не превращается в навязчивую идею. То есть, сегодня вы сделали селфи, а завтра можете и не сделать [2].

Чтобы определить масштабы бедствия я зашла в одну из социальных сетей и ввела хэштег #selfie. В результате, количество постов составляло 151 691 246 штук. Спустя час, цифра к хэштегу #selfie со 151 691 246 сменилась на 151 713 655, то есть, примерно, за это время появилось 22 409 фотографий. Сколько же на самом деле появилось таких фото (не все же ставят нужные хэштеги) – можно только догадываться.



Делая выводы, хочется пожелать всем заядлым фотографам не переступать черту нормы и патологии.

### **Библиографический список:**

1. Сделал селфи – на прием к психиатру? // Интернет-журнал «Православие и мир». URL: [www.pravmir.ru/sdelal-selfi-na-priem-k-psihiatru/?format=pdf](http://www.pravmir.ru/sdelal-selfi-na-priem-k-psihiatru/?format=pdf) 2013г. <sup>[1]</sup>
2. Селфи – наркотик имени себя AlienNation форум. URL: [www.muonline.aliennation.lv](http://www.muonline.aliennation.lv) > AlienNation форум > Общий [2], [3]

## ПЛАГИАТ И СТУДЕНТ: АКАДЕМИЧЕСКАЯ ЧЕСТНОСТЬ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СФЕРЕ

ТАРАСОВА Юлия Владимировна  
ЦВЕТКОВА Кристина Вячеславовна  
Архангельск, Россия

Северный государственный медицинский университет  
кафедра гуманитарных наук  
2 курс. Медико-профилактический ф-т  
Науч. рук.: канд. филос. наук, зав.каф. КГН СГМУ  
Макулин Артём Владимирович

*Аннотация: Присвоение чужого авторского произведения или идеи, то есть плагиат, стало намного проще в наше время в связи с развитием новых технологий, которые позволяют за минимальные затраты получить максимальный эффект.*

*Ключевые слова: интернет, плагиат, студенты*

Цель нашей статьи заключается в донесении до читающего суть пагубного влияния пристрастия к плагиату на продвижение науки.

Проблема плагиата распространена повсеместно и всегда остаётся актуальной. Но особые темпы развития эта проблема приобрела в наши дни. В первую очередь это связано с развитием глобальной сетевой «паутины», которая позволяет максимально быстро распространить информацию в различные уголки планеты. Любое открытие, произведение, новость или какие-либо другие сведения находятся в открытом, незащищённом доступе и любой желающий может найти, прочесть, а то и присвоить себе данный материал, выдавая его за свое творение. И, конечно же, нельзя не упомянуть про «наши любимые» социальные сети, в которых огромное количество информации находится, так сказать, в «свободном полёте», и любой человек может без проблем воспользоваться находящимися там сведениями, а также распространить либо свои мысли и рассуждения, либо чужие, выдавая их за свои. На безграничных просторах интернета многие сведения просто-напросто потеряли своих авторов, и это даёт огромные возможности для любителей плагиата. Особая любовь к копированию информации возникает в студенческие годы, так как некоторым студентам либо не хочется долго размышлять над написанием реферата, статьи или какой-нибудь другой научной работы, либо у них возникают проблемы с возможностью изложить свои мысли, кому-то просто не хочется тратить время на размышления. Основываясь на этом, можно сделать вывод, что студенту намного проще найти в интернете нужную информацию и добавить её в свой доклад, в итоге выдавая данные сведения за свое научное произведение. Всё это ведет к отсутствию у человека собственной мысли, идеи, что, безусловно, сказывается на развитии научной

деятельности. И всё же каждый из нас когда-либо прибегал к использованию плагиата.

Так что же такое плагиат? И есть ли в плагиате для студентов позитивные или негативные моменты? Попробуем разобраться...

Плагиат можно трактовать, как выдача чужого произведения (реферат, курсовая) за своё, присвоение чужого авторства или изобретения. С этим общим понятием появилось и такое понятие, как студенческий плагиат, который стал одним из самых главных проблем в студенческой жизни.

В старину не существовало понятия «интеллектуальная собственность». Идеи были общей собственностью грамотной элиты. Книги были изданы копированием руки их. Учёные свободно сделали обзоры или комментарии относительно других работ, которые могли содержать столько или такой маленький оригинальный материал, как автор желал. Не было никакой стандартной системы цитирования. Учёные были элитной и небольшой группой, которая знала и обычно доверяла друг другу. Эта система продолжалась всё европейское Средневековье. Образование велось на латинском и иногда на греческом языке. Некоторые учёные были монахами, которые использовали большую часть времени для копирования рукописей. Другие учёные занимались наукой в городских университетах, связанных с Римско-католической церковью. В XIX–XX вв. студенческий (академический) обман и плагиат был популярен в США и не считался постыдным среди студентов.

В современной системе образования происходит снижение качества обучения, несамостоятельность выполнения работ, различные проявления обмана и нечестности со стороны студентов. Огромный скачок информационного развития открыл студентам двери в интернет, что позволило любому желающему без особого усилия найти массу интересных статей, а также воспользоваться чужими трудами для подготовки рефератов, курсовых работ, т.е. просто-напросто копированием материала, вплоть до готовых. Это приводит к тому, что времени на обработку информации, проверку её правильности, а также выявление орфографических ошибок, просто не остается. Также копирование и скачивание чужих трудов может дать неправильную информацию. Написание реферата, курсовой работы или просто статьи – это труд, который подразумевает изучение студентом определённой темы, а значит, чтение материалов в учебниках, посещение библиотек, на это затрачивается много времени, что очень не нравится многим студентам. Не тратить время на подготовку реферата, который можно скачать и выдать за свой, прерогатива многих студентов. Во многих учебных заведениях встречаются

преподаватели, которые закрывают глаза на списанные работы. А если это так, то зачем стараться и что-то писать самим? Копирование работ, списывание на экзаменах, применение шпаргалок – негативно сказывается на знаниях. Но есть строгие преподаватели, которые проверяют работы, в том числе и на плагиат. Студенты вынуждены брать в руки книги, идти в библиотеку, делать «правильные» ссылки, что приводит в дальнейшем к изучению материала, а это сказывается на положительной динамике роста высококвалифицированных специалистов.

Итак, широкая распространённость студенческого плагиата обусловлена, в первую очередь, развитием интернета. Но есть и другие факторы, такие как: возрастающая загруженность преподавателей и студентов, терпимое отношение общества к обману, как средство получения диплома об образовании, а также затруднённое нахождение первоисточника в интернете для написания той или иной статьи.

Отношение к плагиату среди студентов и преподавателей неоднозначно. Те, кто привык работать самостоятельно, рассчитывая только на свои силы, относятся к этому явлению отрицательно. Другая часть, которая предпочитает без особых усилий получить хороший результат, не видит ничего плохого в том, чтобы воспользоваться чужими научными разработками.

Какой метод борьбы с плагиатом лучше выбрать. На эту тему в научном сообществе ведется много споров. Можно выделить три основных метода борьбы с плагиатом:

1. Наиболее эффективно организовать самостоятельную работу студента.
2. Предотвратить плагиат путём проведения разъяснительных бесед.
3. Сделать акцент на наказании, так как наибольшим стимулом является его боязнь.

Во многих вузах на западе применяются жёсткие методы борьбы с заимствованием чужого материала. При первичном выявлении плагиата ограничиваются предупреждением, иногда вместе со штрафом. Во второй и последующий раз отчисление из вуза с лишением права поступать на данную специальность в пределах страны. Но, несмотря на такие жёсткие меры, ежегодно из учебных заведений отчисляют несколько десятков студентов.

Обнаружением плагиата занимаются не только преподаватели, но и специальные службы, различные компьютерные программы. Эффективная работа служб возможна при отсутствии коррупции, предвзятого отношения к человеку, который сдаёт материал для проверки. Компьютерные программы также обладают рядом недостатков. В данном случае, кто сдаёт научную ра-

боту, роли не играет, но возможны сбои в системе, которые способствуют повышению процента выявления плагиата. Также, как плагиат, рассматриваются приведённые афоризмы или устойчивые выражения.

В данный момент в России введена юридическая ответственность за плагиат научных работ. Ответственность подразделяется на гражданско-правовую, административную, уголовную, в зависимости от нанесённого ущерба правообладателю.

Несмотря на введённые ограничения, а также созданные программы по борьбе с плагиатом, это явление всё ещё распространено, так как иногда бывает сложно доказать своё авторство.

На основании вышесказанного можно сделать вывод о том, что «плагиат – это растущая раковая опухоль, разъедающая общество и запускающая метастазы во все сферы жизни». При наличии системы наказания за присвоение чужих идей и трудов все равно находятся те, кто на свой страх и риск будет прибегать к плагиату, поэтому борьбу с данной проблемой необходимо начать, прежде всего, с изменения образа мыслей и отношения к интеллектуальной собственности.

#### **Библиографический список:**

1. Абрамов А. Плагиат и антиплагиат // Русский журнал  
<http://www.russ.ru/pole/Plagiat-i-Antiplagiat>

## **АДАПТАЦИЯ К ЭКЗАМЕНАЦИОННОЙ СЕССИИ У 1 И 6 КУРСА**

**ЧЕКАЛКИНА Софья Андреевна**  
Архангельск, Россия  
Северный государственный медицинский университет  
Кафедра гуманитарных наук  
2 курс 2 группа Лечебный ф-т  
E-mail: [sonia\\_chek@list.ru](mailto:sonia_chek@list.ru)  
Науч. рук.: канд. философ. Наук, зав. каф КГН СГМУ  
Макулин Артём Владимирович

*Аннотация: В статье анализируется изменение отношения студентов к сессии в период обучения.*

*Ключевые слова: экзамены, студенты, социологический опрос.*

Что же такое экзамен? В словаре Ожегова «экзамен (с латин. яз.) – это проверочное испытание по какому-нибудь учебному предмету. Но для каждого студента это слово имеет своё значение, для кого-то это испытание, а для кого-то – стандартная процедура (следующий этап в обучении). И что

только ни делают студенты для получения хорошей отметки за экзамен. Выбранная тема особенно актуальна для студентов, потому что проверка знаний в вузах проходит после каждого семестра (зимой и летом). Поступление абитуриента в вуз является важным этапом в его жизни. Ещё вчера выпускник был школьником, а теперь уже студент. В новых условиях начинается интенсивная умственная и эмоциональная нагрузка, особенно в экзаменационный период. Но в процессе обучения с каждым годом студенты становятся более приспособленными к обучению в вузе, зачётам и экзаменационной сессии.

Проблема адаптации личности студента исследовалась и исследуется как отечественными (Б.Г. Ананьев, В.Г. Лисовский, В.А. Сластенин и др.), так и зарубежными (Дж. Брунер, Р. Мэй и др.) учёными. И чтобы узнать, как адаптируются студенты к концу обучения и что же делают студенты для успешной сдачи экзаменационной сессии, я провела опрос по этой теме, подготовив самые различные вопросы.

Цель: определить, как адаптируются студенты к концу 6 курса и что используют для успешной сдачи экзаменационной сессии.

Задачи:

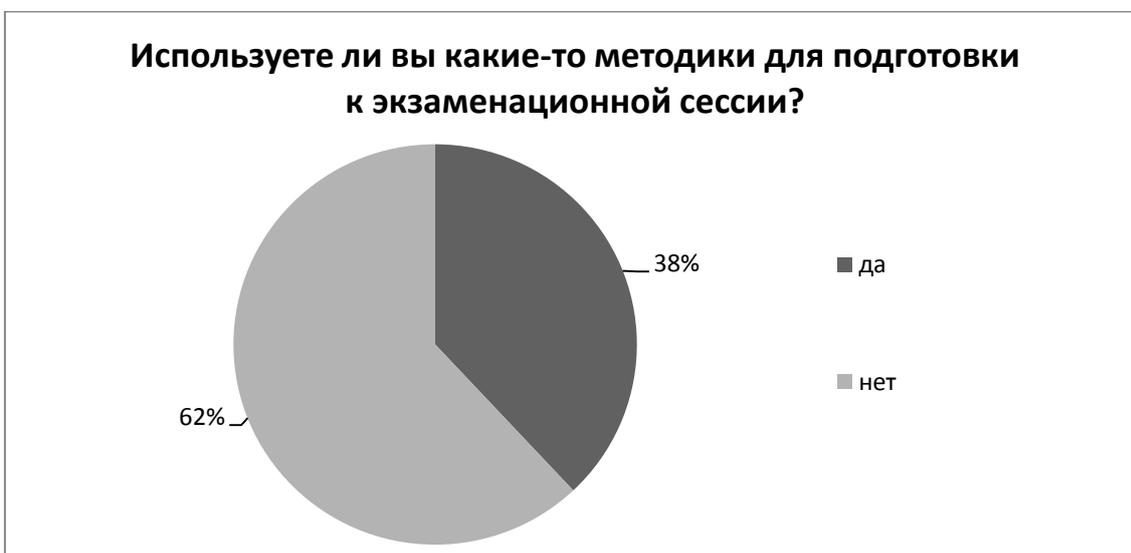
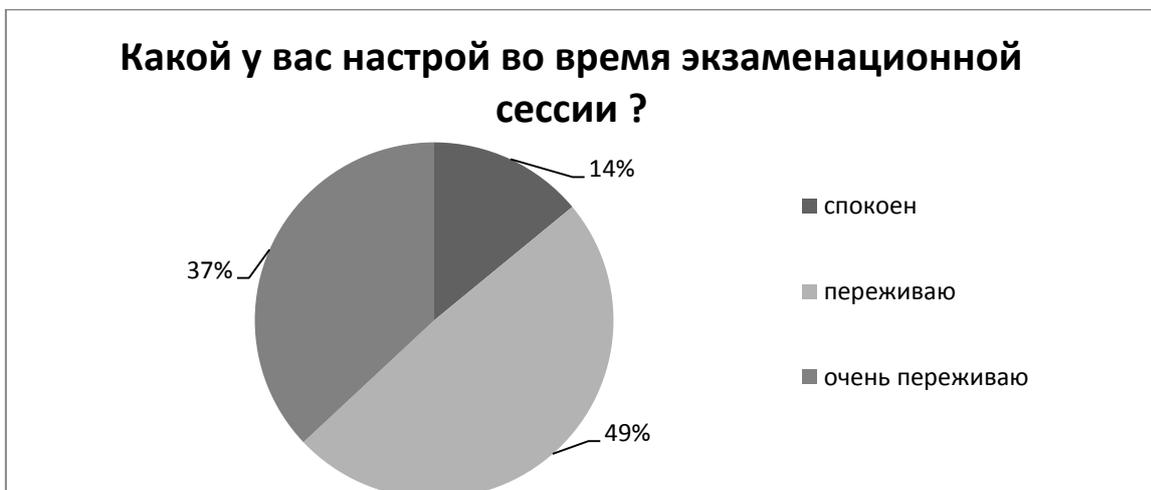
1. Провести анкетирование и проанализировать результаты опроса.
2. Сделать вывод о полученных результатах

В ходе своей исследовательской работы был проведён опрос среди студентов 1 и 6 курсов СГМУ. Всего опрошено 93 человека: 1 курс педиатрического факультета, 6 курс лечебного факультета; из них юноши – 31 человек, девушки – 62 человека.

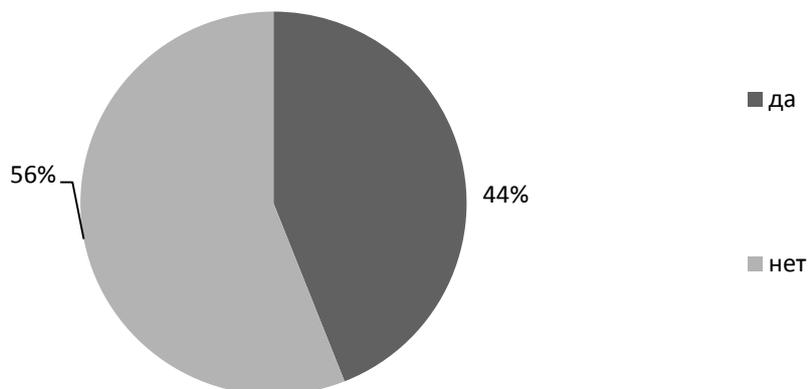
Был проведен on-line опрос, вот его вопросы:

1. Какой настрой у студентов во время экзаменационной сессии?
2. Какие методики используют студенты для подготовки к экзаменационной сессии?
3. Используют ли студенты, какие-то талисманы?
4. Ходят ли студенты в церковь перед экзаменом?
5. Выкрикивают ли студенты в окно «халява приди»?
6. Ставят ли студенты цель перед экзаменом и добиваются ли они поставленной цели?
7. Для 1 курса был задан вопрос о том, как, по их мнению, изменится их отношение к экзаменационной сессии к 5–6 курсу?
8. Для 6 курса был вопрос, как изменилось их отношение к экзаменационной сессии к 6 курсу?

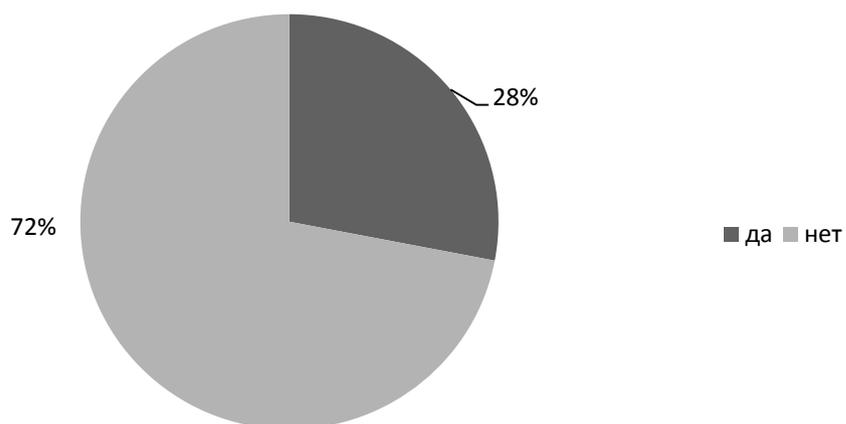
После сбора всей информации по результатам on-line опроса, был проведён количественный анализ полученных ответов. Результаты представлены на следующих диаграммах:



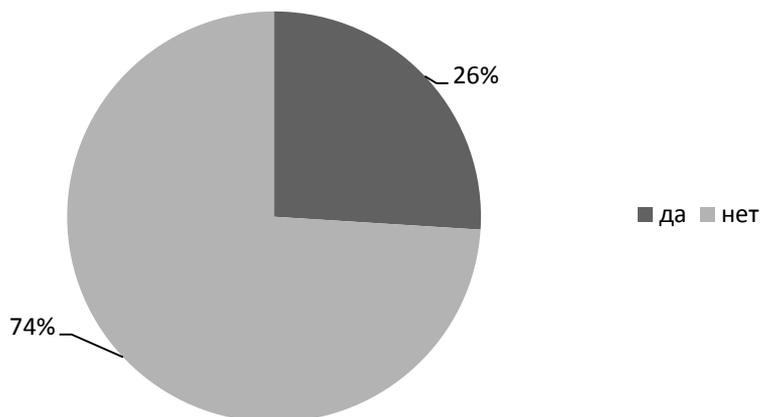
**Пользуетесь ли вы какими-то талисманами на удачу на экзамене?**



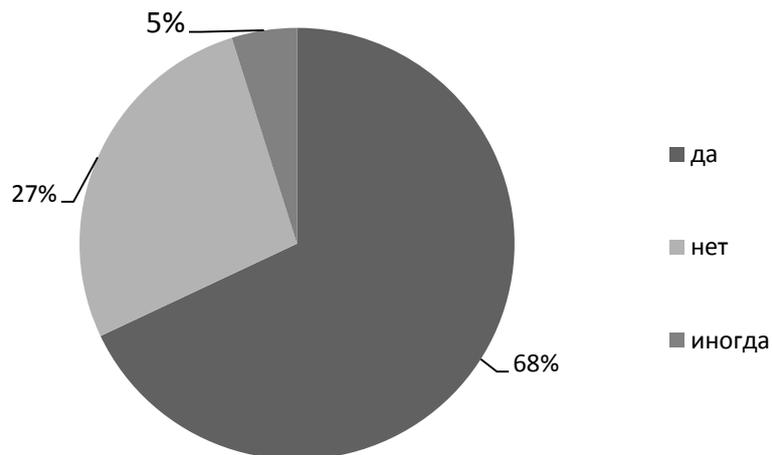
**Ходите ли вы в церковь перед экзаменом?**



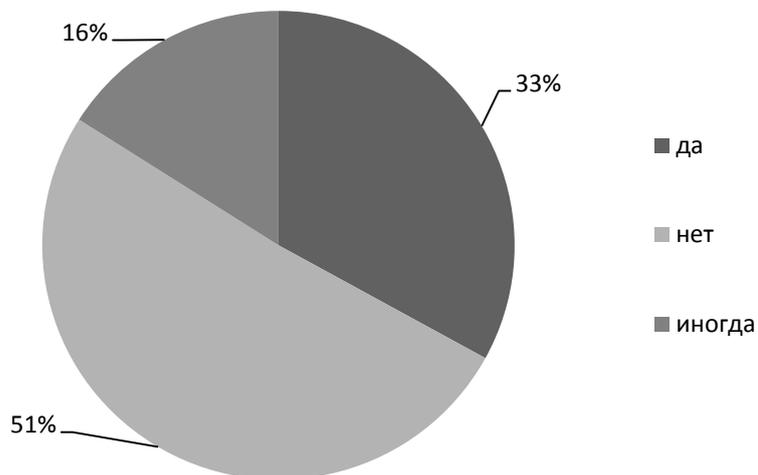
**Выкрикиваете ли вы в окно "халява приди" перед экзаменом?**



### Ставите ли вы для себя цель перед экзаменом ?



### Всегда ли вы добиваетесь поставленной цели?



### Как вы думаете как измениться ваше отношение к экзаменационной сессии к 6 курсу?





Итак, исходя из результатов, изображённых на диаграммах, я установила, что 49% студентов переживают во время экзаменационной сессии, а 37% очень переживают. Также я выявила, что 60% студентов идут на экзамен с удовлетворительным настроением, 35% – с хорошим и 5% – с отличным. Для большей веры в себя, 44% студентов используют различные талисманы на удачу. А 38% студентов используют специальные методики для подготовки к экзамену. Для уверенности в успешной сдаче сессии 28% студентов ходят в церковь перед экзаменом. Существует множество студенческих поверий, одно из них: выкрикнуть в окно перед экзаменом «халява приди» и так делают 26% студентов. Также я узнала, что 68% студентов ставят перед собой цель и всего лишь 33% достигают этой цели. Последние два вопроса показывают мировоззрение студентов на экзаменационную сессию. Итак, 42% первокурсников считают, что к 6 курсу будут меньше волноваться, а 51% все – так считают, что будут переживать всегда, остальные 7% никогда не переживали и не будут. И опросив 6 курс, я определила, что большинство студентов меньше волнуются к 6 курсу, что свидетельствует о хорошей адаптации к экзаменационной сессии.

В заключение, каждый студент должен помнить, что на экзамене проверяются не только знания студента, а также его мировоззрение, уверенность в себе, жизненная позиция.

#### **Библиографический список:**

1. Андреева Д.А. Проблема адаптации студента // Молодежь и образование. М.: Молодая гвардия, 1972. С. 194–203.
2. Батова Е.А. Особенности адаптации студентов медиков к учебной деятельности / Орловский гос. ун-т. URL: [http://gu-unpk.ru/file/science/confs/2015/sport/publ/1\\_RRSRRR\\_RSRRRRRRSSRyo\\_RRRR.pdf](http://gu-unpk.ru/file/science/confs/2015/sport/publ/1_RRSRRR_RSRRRRRRSSRyo_RRRR.pdf)
3. Конюхова Л. А., Тер Данилов Р.А Адаптация студентов первого курса к вузовскому обучению // Молодёжь и наука: сб. материалов VII Всерос. науч.-техн. конф. студен-

тов, аспирантов и молодых учёных, посвящ. 50-летию первого полета человека в космос [Электронный ресурс]. Красноярск: Сибирский федер. ун-т, 2011. URL: <http://conf.sfu-kras.ru/sites/mn2011/section10.html>

## **ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА**

**ШАЛАУРОВА Ангелина Юрьевна**  
Архангельск, Россия  
Северный государственный медицинский университет  
Кафедра гуманитарных наук  
2 курс Педиатрический ф-т  
Науч. рук.: канд. философ. наук, зав. каф КГН СГМУ  
Макулин Артём Владимирович

*Аннотация: Проанализированы проблемы адаптации первокурсников к обучению в медицинском вузе.*

*Ключевые слова: адаптация, обучение, студенты.*

Адаптация личности студента медицинского вуза является на современном этапе профессиональной подготовки медицинских кадров одной из наиболее значимых проблем. Большая часть современной молодежи испытывает сложности в саморазвитии в условиях изменяющейся действительности. От того, как они будут подготовлены на первом этапе, зависит уровень их дальнейшей профессиональной подготовки и деятельности.

Начальный период обучения в вузе связан с социальными переменами, изменением прежних стереотипов, стрессовыми ситуациями и т. д. У ряда студентов это может привести к подмене реального чувства взрослости такими действиями, как свобода посещений занятий, внешние формы реализации своего «Я». Все это может перейти в нежелание учиться, посещать учебное заведение, участвовать в общественной жизни [1].

Многие студенты-первокурсники испытывают сложности в начальном периоде обучения. При этом совершенно не имеет значения в каком профессиональном направлении обучается студент, ведь главными проблемами адаптации становятся: новый коллектив, новые правила, преподаватели, предметы... Вузовская адаптация – процесс, во-первых, непрерывный, так как не прекращается ни на один день, а во-вторых, колебательный, поскольку даже в течение одного дня происходит переключение в самые различные сферы деятельности, общение, самосознание [3, 5].

По результатам нашего опроса среди студентов трех различных факультетов (лечебного, педиатрического и фармацевтического) было выявлено, что

75% опрошенных выделяли такие проблемы, как трудности в знакомстве с группой, новая система обучения, большой объём материала учебной информации, для кого-то новый город и жильё в общежитии. 10% опрошенных предпочли уклониться от ответа, и лишь 15% ответили, что не испытывали никаких трудностей.

Нами был проведён анализ трудностей адаптации студентов первокурсников медицинского университета, связанных со сменой привычной обстановки и умением находить выход из новых нестандартных ситуаций с учётом особенностей изложения определения «адаптация», по мнению различных учёных.

Первая проблема – это адаптация в новом коллективе, микросоциуме группы. По мнению Гришанова А.К., Цуркана В.Д., под адаптацией студента следует понимать процесс приведения основных параметров его социальных и личностных характеристик в соответствие, в состояние динамического равновесия с новыми условиями вузовской среды как внешнего фактора по отношению к студенту [2]. По результатам опроса студентов педиатрического отделения СГМУ 70% студентов ответили, что первое время испытывали трудности в знакомстве с группой и в большинстве случаев из-за неуверенности в себе. Анализируя проблемы трудностей взаимодействия в новом коллективе для многих студентов выявлен переход из старой «школьной» среды, где сформировался определённый стереотип поведения, который формирует привычные стереотипы, демонстрирующие неуверенность и опасение при демонстрации новых форм социального взаимодействия. Поэтому для каждого первокурсника обучение в вузе – это замечательная возможность измениться, использовать шанс, чтобы поменяться в лучшую сторону.

Следующей проблемой адаптации и большого отсеивания студентов вуза может быть их высокая самонадеянность, переоценка своих сил. Ронгинская Т.И. выдвигает гипотезу о том, что адаптация студентов – это сложный процесс перестройки психической деятельности, и он должен проявляться в изменениях уровневых значений отдельных характеристик личности, и в изменении взаимосвязей между ними, а также в различных соотношениях изменений в различные периоды адаптационного процесса [6].

Нужно понимать, что есть такие студенты, которые думают, что им «все горы по плечу» и любая проблема для них не проблема. У студентов, испытывающих проблемы в преодолении «задолженностей», снижается чувство ответственности по отношению к выполнению текущих задач, они безответственно относятся к выполнению текущих учебных заданий, соблюдению

дисциплины, позволяя себе не присутствовать как на лекционных, так и на практических занятиях, полагая, что справится с задолженностями они смогут посредством изучения соответствующей литературы и поверхностного ознакомления с предметом. Однако это недопустимо в медицинском вузе. Результатом такой безответственности становится сильный стресс из-за повышенной нагрузки. Из чего следует сделать вывод, что «запускать» учёбу, особенно в начале обучения, непозволительно. Оценивать свои силы нужно грамотно.

Третья проблема очень важная. Но она касается не всех студентов, а только тех, кому пришлось уехать из родного города, в новый и совершенно незнакомый. Сиомичев А.В. полагает, что адаптация студентов порождает проблемы в связи с вхождением в новую социальную среду и сопутствующим этому процессу установлением отношений внутри группы, приспособлением к новым формам обучения. Следующий «критический» момент наступает на третьем курсе обучения, и подразумевает под собой профессиональное самоопределение, начало адаптации к будущей профессии. Но оба эти процесса рассматриваются как составные компоненты процесса адаптации, находящиеся в логической последовательности [7]. Многие из иногородних студентов оказываются не готовы к самостоятельной жизни. Они начинают плохо учиться, и единственной их целью становится возвращение домой. В то же время, испытывая трудности адаптации вдали от семьи, студент замыкается в себе. В такой ситуации ему нужно понять и чётко определить свою цель, выйти на контакт с однокурсниками, попросить помощи, потому что вместе всегда легче найти решение проблемы. Для кого-то ответом будет получение высшего образования, с помощью которого можно найти достойную и высокооплачиваемую работу, чтобы обеспечить свою семью в будущем, или ту, которая будет по душе.

Четвертая проблема – механизм формирования и проявления адаптивного поведения студентов в наиболее сложные и критические периоды обучения. Под изучением процесса адаптации понимается создание мер по максимальному сокращению периодов адаптации. Изучение адаптации студентов важно и для ранней диагностики дезадаптированных студентов с выходом на коррекцию их способов адаптации к вузу [8]. Подходящим примером может послужить первая сессия: вне зависимости от того, начнёт ли студент заблаговременно к ней готовиться, и невзирая на общее время подготовки, сессия всё равно придёт неожиданно. Преподаватели понимают, что им отвечает первокурсник, и хотят видеть результат обучения за первые семестры. По-

этому нужно собраться с мыслями, откинуть страх и впитать в себя как можно больше информации.

Все трудности адаптационного периода имеют различный характер, объективный или субъективный, что отражает их происхождение. Адаптация первокурсников – это сложный и разносторонний процесс, а значит, он требует взаимодействия студентов и преподавателей, а также усилий деканата, профкома и семьи.

Таким образом, многие ученые считают, что адаптация должна протекать как активная познавательная деятельность, помогающая студентам медицинского вуза приспособиться к характеру и особенностям процесса обучения. В ходе профессионального обучения в них закладываются навыки организации деятельности, в том числе умственной, формируется призвание к избранной профессии, налаживается коллективный и личный режим труда и быта, воспитываются профессионально значимые личностные качества.

Различают три формы адаптации студентов-первокурсников к условиям вуза:

- адаптация формальная, касающаяся познавательно-информационного приспособления студентов к новому окружению, к структуре высшей школы, к содержанию обучения в ней, её требованиям к своим обязанностям;
- адаптация общественная, то есть процесс внутренней интеграции (объединения) групп студентов-первокурсников и интеграция этих же групп со студенческим окружением в целом;
- адаптация дидактическая, касающаяся подготовки студентов к новым формам и методам учебной работы в высшей школе [4].

На сегодняшний день разработано много различных подходов для решения проблемы адаптации. Работа в лабораториях и участие в олимпиадах, активное участие в жизни вуза – всё это способствует скорейшей адаптации студентов. Создание институтов кураторов и наставников, разработка системы научно-методического сопровождения воспитательной и внеучебной работы со студентами также играет немаловажную роль.

В заключение, желаю всем студентам-первокурсникам пройти этот сложный путь и добиться больших успехов, а новые знания и профессиональные навыки в процессе достижения цели-получения достойного образования, помогут справиться со всеми проблемами.

#### **Библиографический список:**

1. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / АН СССР, Дальневост. отд-ние, Ин-т биол. пробл. Севера, М-во здравоохранения СССР, 1-й

- Моск. мед. ин-т им. И.М. Сеченова. Л. : Наука. Ленингр. отд-ние, 1988. 267, [2] с. : ил.
2. Гришанов Л.К., Цуркан В.Д. Социологические проблемы адаптации студентов младших курсов // Психолого-педагогические аспекты адаптации студентов к учебному процессу в вузе. Кишинев, 1990. С. 29–41.
  3. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса : психологическая антропология стресса. М. : Акад. проект, 2009. 943 с. : ил., табл.
  4. Особенности адаптации студентов первого курса к обучению в вузе [Электронный ресурс] Управление организационно-воспитательной работы со студентами ИжГТУ. URL: <http://uovr.istu.ru/curator/p-adaptation.html> (Дата обращения: 23.11.2014).
  5. Пергаменщик Л.А. Психологические механизмы адаптации учащихся к новым условиям жизни и деятельности. М., 2000.
  6. Ронгинская Т.И. Изменение системы личностных характеристик в процессе адаптации студентов : автореф. дис.... канд. психол. наук. Л., 1987. 16 с.
  7. Сиомичев А.В. Психологические особенности адаптации студентов в сфере познания и общения в вузе : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Л., 1985. 17 с.
  8. Чикина Т. Е. Адаптивное обучение первокурсников [Электронный ресурс]. URL: <http://vovr.ru/upload/6-09.pdf>.

## **ЧТО ТАКОЕ СЧАСТЬЕ? УРОВЕНЬ СЧАСТЬЯ У СТУДЕНТОВ СГМУ**

**ШИШЕЛОВА Дарья Сергеевна**  
**Архангельск, Россия**  
**Северный государственный медицинский университет**  
**Кафедра гуманитарных наук**  
**2 курс 6 гр. Лечебный ф-т**  
**E-mail: [dasha.shishelova@mail.ru](mailto:dasha.shishelova@mail.ru)**  
**Науч. рук.: канд. философ. наук, зав. каф КГН СГМУ**  
**Макулин Артём Владимирович**

*Аннотация: Философское размышление о природе счастья.*

*Ключевые слова: счастье, ожидания, студенты, социологический опрос.*

Что такое счастье? Этот вопрос затрагивается философами, писателями и поэтами в своих произведениях на протяжении столетий. Первым в античности его исследовал Аристотель и считал, что «счастье есть смысл и назначение жизни, единственная цель человеческого существования». Он определил счастье как «особое состояние удовлетворённости, получаемое от совершенной добродетельной деятельности», а также считал, что оно соответствует полноте и осмысленности жизни, осуществлению своего человеческого назначения. Вопрос о счастье перекликается с еще более важным и насущным для многих людей: Как его обрести? Как стать счастливее? Далай-Лама XIV говорил: «Истинное счастье связано с душой и сердцем. Счастье, основанное на физическом удовольствии, – сиюминутное и нестабильное».

Одной из точек зрения о том, что такое счастья, как считают 34% из опрошенных 213 студентов Лечебного, Педиатрического, Стоматологического, Медико-профилактического факультетов 2 курса СГМУ является такая: «Счастье – это непродолжительные мгновения, которые случаются в жизни время от времени».

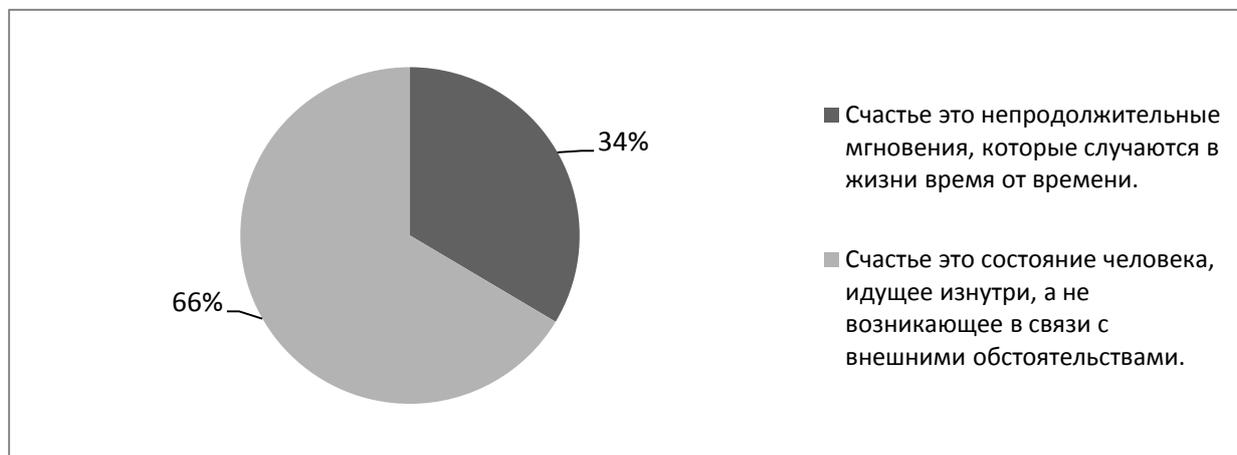


Рис. 1. Результаты опроса студентов СГМУ на тему «Что такое счастье? Какая из точек зрения Вам ближе?»

То есть те самые моменты реализации желанной совокупности внешних обстоятельств, когда человек получает то, что хотел, о чём мечтал, чего ждал. А потом проходит совсем немного времени и появляются уже другие вещи, которые пока недостижимы. И человек снова думает: «Вот когда у меня будет ... (больше времени / своя квартира / счастливые отношения, или отношения вообще / больше денег), вот тогда я буду счастлив(а)...». И вот, к примеру, наконец появляется собственная квартира, но после ощущения недолговременного счастья вновь возникают какие-то причины его не испытывать (Ремонт недостаточно хорош / соседи недостаточно дружелюбны / плохая звукоизоляция... и т.д.). И счастье вновь куда-то исчезает. Вновь где-то в будущем, но никак не здесь и сейчас.

Если счастье будет зависеть от внешних обстоятельств, и человек будет искать его в них, то оно никогда не станет постоянным, потому что во внешнем мире не бывает ничего постоянного. Жизнь – это движение, и ничто материальное никогда не стоит на месте, оставаясь неизменным. Как удачно выразился Джонатан Свифт: «В мире нет ничего постоянного, кроме самих перемен».

К тому же, если человек определяет своё счастье чем-то из внешних вещей, то появляется неизменно сопутствующий в глубине страх это потерять,

беспокойство, иногда не дающее радоваться этому самому приобретенному счастью в полном объеме.

Внешние причины, в связи с которыми люди чувствуют счастье, можно разделить на две группы. Счастье по причине нездоровых увлечений и счастье по причине положительных событий. К первой можно отнести ощущения кратковременного прилива положительных эмоций в таких ситуациях как:

- Употребление алкоголя, курение
- Частый уход от реальной действительности в виртуальную реальность компьютерных игр
- Зависимость от телевизора, просмотра сериалов
- Переедание, а также сахарная зависимость
- Чрезмерная увлеченность азартными играми
- Шопоголизм

Все эти занятия вызывают в большинстве своём уход от реальности в состояние забытья, выброс гормонов счастья и ощущение радости, которое относительно быстро проходит и вскоре вновь требует подпитки, очередного повторения. Таким образом, эмоциональное состояние человека попадает в зависимость от осуществления данного действия, если это является основным источником его положительных эмоций.

Ко второй группе можно отнести ощущение счастья от положительных событий:

- Хорошие отношения с близкими и друзьями
- Успехи в учёбе, работе, любимом деле
- Удовлетворение от занятий спортом, получения знаний
- Путешествия
- Покупка квартиры, машины и т.д.

Это замечательные способы ощутить счастье, и они в основном определяют счастливую жизнь большинства людей, но если это является основным и преобладающим источником счастья, то проблемы с чем-то из этих вещей, с тем, что человек ожидает иметь в своей жизни, часто приводят к акцентированию внимания на нехватке этого и соответственно человек не может чувствовать себя счастливым. А так как постоянной идеальности внешних обстоятельств не бывает, всё время чего-то недостаточно для счастья (постоянного, а не в короткие периоды времени).

У любого события, происходящего в жизни, есть две стороны медали. Не бывает чего-то абсолютно хорошего или абсолютно плохого. «Дурное и

хорошее – их нет. Есть то, как мы решим назвать их сами» (Уильям Шекспир). Отрицательно настроенные люди, пессимисты, хорошо натренировали в себе привычку (или их научило этому с рождения ближайшее окружение своим примером) акцентировать внимание на отрицательных сторонах событий. Впоследствии можно продолжать следовать своим привычкам, но если однажды захочется изменить свою жизнь в сторону более наполненной радостью, то можно задуматься о том, что такая жизнь, в большинстве случаев, это вопрос выбора каждого человека в бесконечной череде жизненных ситуаций и событий. Выбора того, на чем привыкают сосредотачивать своё внимание, как воспринимать мир вокруг, быть ли благодарным жизни за то, что есть, или переживать о том, чего нет. И какую иметь реакцию соответственно на то, на чём вы решили сконцентрировать своё внимание (на позитивную сторону – радостью и благодарностью, на негативную – соответственно, неудовлетворенностью ситуацией и деструктивными эмоциями).

Никакие самые чудесные обстоятельства не сделают несчастного человека счастливым, точно также, как никакие самые суровые условия не сделают счастливого человека несчастным.

В результате опроса 2 курса СГМУ о том, счастливы ли они, были получены следующие результаты:

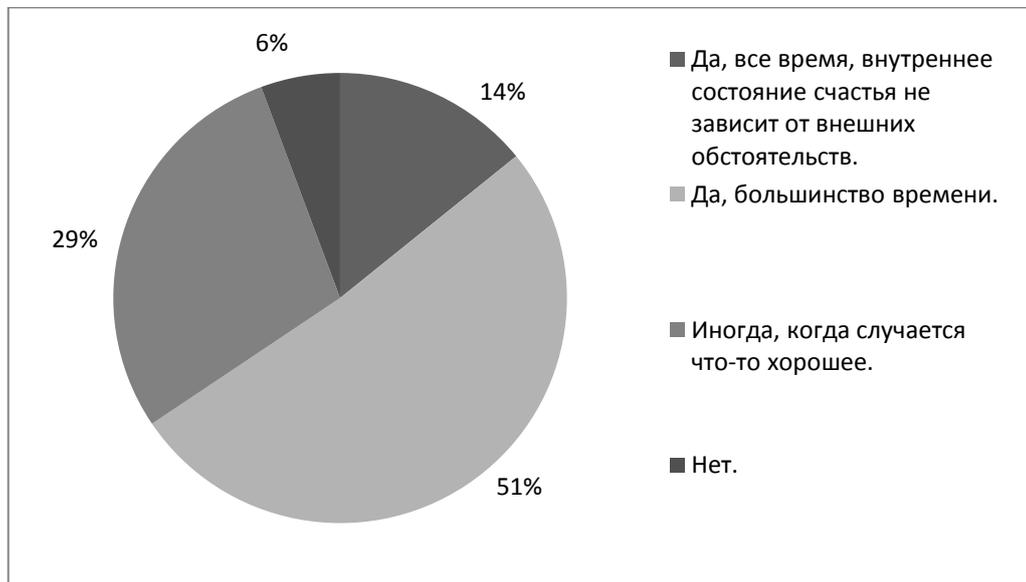


Рис. 2. Результаты опроса студентов 2 курса СГМУ на тему «Счастливы ли Вы?»

Таким образом, 14% ответили, что счастливы всё время, что внутреннее состояние счастья не зависит от внешних обстоятельств. Быть глубоко внутренне счастливым – не значит ходить и непрерывно улыбаться целыми днями. Или подавлять реальные эмоции, притворяясь, что испытываешь радость. Это вовсе не значит, что счастливый человек не может испытывать много-

численных естественных человеческих эмоций, чувств, в том числе таких, как страх, гнев, печаль. Ведь бывают ситуации, когда происходит что-то, выходящее за пределы приемлемого и допустимого для человека, что выводит его из гармоничного состояния. Ни подавлять, ни выплескивать эти эмоции не является полезным. Единственное, как можно без вреда для себя и окружающих от них освободиться, это осознать, какую эмоцию чувствуешь, попробовать посмотреть на это со стороны, разотождествившись с ней, принять происходящее, а также эмоцию в себе и разобраться в причинах её появления, так как порой они кроются глубже, чем можно представить с первого взгляда.

Даже глубоко внутренне счастливый человек может ощущать сильные эмоции, когда теряет кого-то или что-то близкое и дорогое ему, или утрачивает физическую возможность совершать какие-то привычные вещи, например при приобретении инвалидности, потеря зрения, слуха... Но самое важное, чтобы спустя время, человек, пережив и отпустив эти эмоции, снова смог найти радость жизни, снова вспомнил о том, как много ещё осталось вещей, за которые можно быть благодарным, сколько ещё может быть увлекательных занятий, в которых можно найти выражение своих возможностей и способностей на благо себе и миру.

Вдохновляющим примером счастливого человека, который стал таким, несмотря на все невероятные трудности, через которые ему пришлось пройти, является Ник Вуйчич. Он был рождён с синдромом тетраамелии (отсутствием рук и ног) и в данный момент является профессиональным оратором, путешествует по миру, посетив уже 45 стран, найдя смысл своей жизни в помощи людям обрести веру в себя, в свои силы, радость жизни, надежду и воодушевление. Он участвует в телешоу, пишет бестселлеры, снимается в фильмах, один из которых называется «Цикл бабочки» и является замечательной вдохновляющей короткометражкой. Он женат и у него уже родился первый сын, живет полной жизнью, даже научился сам печатать на компьютере, увлёкся серфингом, плавает, играть в гольф и умеет многое другое.

В качестве примера того, как сильно может повлиять на жизнь благодарность за то, что есть, можно привести отрывок из замечательной книги Марси Шимофф «Книга № 1. Про счастье».

«Когда Тереза узнала, что я пишу эту книгу, она рассказала мне о ежедневном ритуале благодарности, который соблюдали она и ее девяностопятилетний отец Чарли. Они называли это «скажите свое спасибо» и благодаря ритуалу всегда улыбались и хорошо себя чувствовали. Тереза переехала к

Чарли, который всё ещё блистал остроумием и сообразительностью, хотя в жизни его семьи наступили тяжёлые времена. Жена Чарли, то есть мать Терезы, только недавно умерла, а сама Тереза вступила в заключительную стадию болезненного развода. С деньгами у них было туго, и Тереза сказала, что они были так же мрачны, как любые другие люди на их месте. Однако оба слышали, что благодарность помогает чувствовать себя лучше, поэтому решили каждое утро садиться вместе на несколько минут перед уходом Терезы на работу и называть друг другу три вещи, за которые они испытывали благодарность судьбе.

«Сначала все двигалось медленно, – рассказывала Тереза.– Когда мы попробовали это первый раз, я чувствовала себя такой подавленной, что едва ли могла придумать хоть одну вещь, за которую была благодарна». Потом она огляделась и увидела свою любимую вазу. Она сказала Чарли: «Я благодарна за то, что эта ваза очень красивая». Звучало глупо, но больше ей ничего не приходило в голову. Чарли оказался не намного изобретательнее и часто ждал, что Тереза подкинет ему какую-нибудь мысль. Тем не менее, они с Чарли заметили, что благодарность даже за сущую мелочь хорошо влияет на них.

Вскоре их решение сосредоточиваться на хороших сторонах жизни принесло свои плоды. Оба стали чувствовать себя счастливее и заметили, что им начинает все больше везти. У них даже стало лучше с деньгами. Три благодарности превратились в пять, потом в десять, и вскоре им пришлось останавливаться раньше, чем иссякал запас благодарностей, иначе Тереза могла опоздать на работу. Однажды они почувствовали себя так легко и хорошо после этого упражнения, что Чарли, который всегда любил мюзикл «Оклахома», стал напевать песню «О прекрасное утро». Тереза присоединилась к нему. Это было чудесное выражение того, как на них повлияла благодарность. Они добавили эту песню к своему ритуалу, и теперь высказывание благодарностей и пение стали одними из самых ярких и запоминающихся событий дня.

То, за что вы благодарите судьбу, приумножается. Если вы цените счастье и любовь, которые уже существуют в вашей жизни, вы приобретете их еще больше» [1, с. 75].

Также есть ещё одна вещь, помимо благодарности, которая помогает чувствовать себя счастливым и оставаться в этом состоянии даже в ситуации, которая кажется очевидно плохой. Это вера в то, что всё происходящее к лучшему. С точки зрения настоящего момента мы не можем видеть, какое

значение имеет то или иное событие в нашей жизни. Даже если оно кажется очевидно плохим, то мы не можем знать того, от чего оно возможно нас уберегло.

В качестве хорошего примера можно привести китайскую притчу:

#### Притча о лошади

*«Убежала у крестьянина лошадь. Как сеять, как пахать? Заплакал крестьянин. Кое-как вспахали поле, кое-как посеяли. Прошло время. Пришла лошадь и привела жеребёнка. Ой, какое счастье, обрадовался крестьянин. Вырос жеребёнок. Поскакал на нем сын крестьянина, упал и сломал ногу. «Какое горе, – переживал крестьянин, – сын сломал ногу». Утром стучат в дверь: мобилизация. Всех молодых мужчин забирают на войну. А сыну крестьянина разрешили остаться. Обрадовался он: какое счастье – сын сломал ногу!» [8].* Таким образом, события, которое сначала казались очевидно плохим, оказывались к лучшему. И очень часто мы не можем видеть, что могло бы произойти, не случись того или иного события в нашей жизни.

Если вы не согласны с этим утверждением, если ваш жизненный опыт говорит вам, что происходит больше плохих событий, и вы не верите, что они были во благо или уберегли от чего-то ещё более худшего, то задумайтесь о том, что в конечном итоге вам дает этот «реализм», так ли много ценного, как кажется и как многие люди привыкли считать. Человек готовится к худшему, в напряжении ожидая будущего, из-за чего изначально неосознанно настраивается на поиски минусов в будущих и происходящих событиях. Также он часто не видит того хорошего, что принесли ему эти события. Сосредоточивая внимание на минусах, он и вправду начинает встречать больше минусов, работает так называемый эффект выборочности наблюдения, и он убеждается ещё больше в своих ожиданиях. То, во что человек верит, начинает реализовываться в его жизни, принося, в данном случае, стресс от ожиданий и от переживаний. Люди же, которые начинают верить в обратное, в то, что всё, что происходит с ними в жизни, происходит к лучшему, и вправду начинают встречать подтверждения этого, всё больше и больше убеждаясь, находя подобные примеры и в своей жизни, и в жизни окружающих людей. Они становятся благодарным за произошедшие события, начинают смотреть в будущее с верой в то, что всё будет хорошо, испытывая радость, спокойствие, доверие к жизни, и гораздо меньше стресса. При этом человек не становится более уязвимым перед жизненными обстоятельствами, ведь оптимистично смотреть в будущее – вовсе не значит пускать всё на самотёк и ничего не делать, напротив, освобождаясь от страхов и лишнего беспокой-

ства, человек обретает ещё больше сил на решение трудностей, которые могут возникать на его жизненном пути. И это, по сути, меняет всё качество жизни человека, его, как эмоциональное, так и физическое, состояние – ведь не секрет, какую большую роль в возникновении заболеваний играет стресс.

Никто не говорил, что привычки в основном воспринимать положительную сторону вещей и помнить о том, что всё происходит к лучшему, формируются легко и быстро. Особенно, если они противоречат тем негативным привычкам, которые были с нами всю жизнь. Но вопрос только в том, насколько человек стремится быть счастливым, вне зависимости от внешних обстоятельств, берет ли он на себя ответственность за свой выбор и свою жизнь, свое состояние счастья.

«Стать счастливым – это самое радикальное решение, которое я принимал в своей жизни» (Энтони Кидис. Red Hot Chili Peppers).

#### **Библиографический список:**

1. Шимофф Марси, Клайн Кэрол. Книга № 1 про счастье. М.: Эксмо, 2009. С. 75.
2. <http://citaty-i-aforizmy.info/index.php/tsitaty-arist..> (Дата обращения: 01.04.2015)
3. <http://www.zavtrasessiya.com/index.pl?act=PRODUCT..> (Дата обращения: 01.04.2015)
4. <http://www.wisdomcode.info/ru/quotes/authors/60981.html> (Дата обращения: 01.04.2015)
5. <https://ru.m.wikipedia.org/wiki/Эвдемонизм> (Дата обращения: 01.04.2015)
6. [https://ru.m.wikiquote.org/wiki/Джонатан\\_Свифт](https://ru.m.wikiquote.org/wiki/Джонатан_Свифт) (Дата обращения: 01.04.2015)
7. <http://tsitaty.com/цитата/126212> (Дата обращения: 01.04.2015)
8. <http://psikholog.info/stati/pritchi-i-skazki/> (Дата обращения: 01.04.2015)
9. <http://www.aif.ru/dontknows/1225217> (Дата обращения: 01.04.2015)
10. [https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D1%83%D0%B9%D1%87%D0%B8%D1%87,\\_%D0%9D%D0%B8%D0%BA](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D1%83%D0%B9%D1%87%D0%B8%D1%87,_%D0%9D%D0%B8%D0%BA) (Дата обращения: 09.05.2015)

Научное издание

Медицина и гуманитарные знания:  
области соприкосновения

Выпуск III

Материалы межвузовской научной студенческой конференции  
«ГТО: путь к здоровью северян»

14 мая 2015 г.

Редактор: *М.А. Смирнова*

---

Подписано в печать 14.12.2015. Формат 60x84 1/16. Бумага офсетная.  
Печать – ризограф. Гарнитура Times New Roman.  
Печ. л. 11. Тираж 300 экз. Заказ № 274.

---

ГБОУ ВПО «Северный государственный медицинский университет»  
163000, г. Архангельск, пр. Троицкий, 51.  
Тел. (факс): (8182) 20-61-90. E-mail: izdatel@nsmu.ru

---

Отпечатано с готового оригинал-макета  
Типография «КИРА»  
163061, г. Архангельск, ул. Поморская, 34, тел. 65-47-11.  
e-mail: oookira@yandex.ru