

[http://www.obrzdrav.ru/documents/КАА\\_PACE\\_report.pdf](http://www.obrzdrav.ru/documents/КАА_PACE_report.pdf)

6. Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. Аэробика: В 2 т. Т.1. Теория и методика. – М.: Федерация аэробики России, 2002.

7. Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. Аэробика: В 2 т. Т.2. Частные методики. – М.: Федерация аэробики России, 2002.

8. Скурихина Н.В. Концепция и практика функционального тренинга в фитнесе: учебно-методическое пособие. – Красноярск: издательство «Красноярский писатель». 2010.

9. Скурихина Н.В. Современный подход к нейромышечному фитнесу на основе занятий йогой: учебно-практическое пособие. – Красноярск: КГТЭИ. 2009.

10. Федосеева Н. А. Анализ ключевых категорий образа жизни / конф. Актуальные проблемы науки и образования, ВАРАДЕРО (Куба), 20-30 марта 2010г. // "Успехи современного естествознания" №5. 2010 год.

## НАУЧНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ МОЛОДОГО УЧЕНОГО: ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ РАКУРС

**Криулина А.А.**

Разрабатывая многоуровневую структуру бытия человека, С.А.Лебедев включил в нее следующие уровни: космический, биологический, социальный, культурный, экзистенциальный и духовный. В большинстве научных источников закрепилось представление о человеке как о социобиологическом существе. Реже человек рассматривается на других уровнях его бытия. В данной статье феномен научного самоопределения молодого ученого анализируется с экзистенциальных позиций.

Согласно С.А.Лебедеву, экзистенциальный уровень является для человека носителем информации о его личном прижизненном опыте, пережитых им истинах и ценностях [3].

Студенческие годы и годы обучения молодых ученых в аспирантуре приходятся на возраст, получивший в психологии название «поздняя юность». Важнейшими новообразованиями предыдущей возрастной ступени под названием «ранняя юность» являются разные виды самоопределения. Условно их совокупность можно объединить общим названием «жизненное самоопределение». Обобщая точки зрения разных ученых на специфику юности, можно предложить следующий перечень новообразований. В скобках указаны жизненные задачи, решаемые в ранней юности и впервые описанные Г.С.Абрамовой [1]. Полагаем, что их целесообразно соотнести с каждым конкретным новообразованием:

1. социальное самоопределение (принадлежность к группе и независимое существование как жизненные задачи);
2. профессиональное самоопределение (принятие решения о карьере как жизненная задача);
3. интеллектуальное самоопределение (абстрактное мышление как жизненная задача);
4. нравственное самоопределение (жизненная задача интериоризации морали);
5. эмоциональное самоопределение (выбор друзей и партнера по семейной жизни как жизненные задачи);
6. телесное самоопределение (тело как жизненная задача).

Данный перечень жизненных (экзистенциальных) задач и видов самоопределения не является полным, так как у каждого конкретного человека он может дополняться другими зада-

чами, поставленными им самим или обществом. В качестве примера назовем научное самоопределение. Желательно, чтобы данное новообразование было сформировано у студентов старших курсов, решивших или решающих жизненную задачу продолжения послевузовского профессионального образования в виде научной стажировки или обучения в аспирантуре. Уместно сформулировать вопрос о путях формирования научного самоопределения и его соотношении с другими компонентами жизненного самоопределения.

Благодаря разным видам учебно-исследовательской работы (УИРС), выполняемым студентами в течение пяти лет обучения в вузе, к концу 5 курса у некоторых из них может сформироваться научное самоопределение. Это касается только тех студентов, кто выполняет научные рефераты, контрольные, курсовые и выпускные квалификационные работы самостоятельно. При этом цель научного исследования определяет преподаватель вуза, а достигает ее студент с его помощью или самостоятельно. Конечно, второй вариант предпочтительнее.

Многолетний опыт работы со студентами свидетельствует, что таких студентов сравнительно мало. Большинство же предпочитают пользоваться готовыми работами. Становится нормой приобретение научных работ в фирмах, специализирующихся на оказании таких услуг, или через Интернет; у друзей, обучающихся по сходным специальностям в других вузах или учившихся ранее в том же вузе. Один из встречающихся при этом парадоксов заключается в том, что работа, написанная студентом самостоятельно, может быть оценена преподавателем более низкой оценкой, чем та же работа,

предъявленная ему повторно, но уже с другой фамилией.

Наряду с разными видами УИРС сложилась определенная практика научно-исследовательской работы студентов (НИРС): участие в научных конференциях и олимпиадах (внутривузовских, региональных, российских, зарубежных); публикации в научных журналах и сборниках научных трудов; выезд за границу по обмену студентами; работа в НСО, научных кружках, лабораториях и др. Именно у таких студентов, которые сочетают разные формы УИРС и НИРС, больше возможностей для развития научного самоопределения на более высоком уровне.

Возвращаясь к обозначенным ранее компонентам жизненного самоопределения, следует отметить, что все они определенным образом связаны с научным самоопределением. Эта связь обнаруживается в конкретных жизненных задачах, решаемых молодым ученым и являющихся аналогом тех, которые решены им ранее.

Если в студенческие годы решалась задача принадлежности к учебной или спортивной группе, то молодому ученому нужно определиться с принадлежностью к научной группе или научной школе, если такая существует в его вузе. Вступление молодого ученого в НСО также является одним из вариантов решения данной задачи. Заслуживает внимания точка зрения Нурковой В.о том, что «переживание и запечатление опыта принадлежности к определенной «школе», «кружку», «интеллектуальному течению», вступление в отношения типа «Мастер-Ученик» сами по себе, вне зависимости от их содержательного наполнения, являются ценностью» [6, с.273].

Задача независимого существования молодого ученого связана с определением своей

научной ниши в рамках научной группы или школы. В решении этой задачи помогут обозначенные в 2002 году Э.В.Соколовым представления о четырех науках - интеллектуалистике, естествознании, культурологии, праксеологии. Весьма полезны также высказанные в 2003 году соображения В.М.Розина о пяти видах научно-исследовательских работ: объяснение в теории определенного явления; монодисциплинарное и комплексное научное исследование; построение новой теории, концепции, науки; оптимизация существующих практик; конструирование новой практики.

Обучение в аспирантуре является закономерным этапом построения своей профессиональной карьеры. Работа Г.С.Абрамовой содержит высказывание о том, что «университет не научит ничему, кроме смелости мышления» [1, с.149]. Оно остается справедливым и на этапе послевузовского профессионального образования. Возможно, его глубокий смысл приобретает еще большую ценность для отдельных молодых ученых. Именно для тех, кто, заглядывая в будущее, связывает свои перспективные научные планы с подготовкой и защитой докторской диссертации.

Согласно Г.С. Абрамовой, понятие «карьера» еще в студенческие годы должно приобрести «смысл не личностного везения или случайности, а Я-усилия по самореализации в продуктивном виде деятельности» [1, с.152]. Поскольку научное исследование с полным основанием можно отнести к продуктивным видам деятельности, то готовность к Я-усилиям по самореализации в научном плане является одной из составляющих научного самоопределения, как студентов старших курсов, так и аспирантов.

В процессе интеллектуального самоопределения молодой ученый может встретить определенные сложности. Одни из них обусловлены отсутствием в современной средней школе таких дисциплин как психология и логика. Обе они преподавались до 1956 года и обеспечивали молодым людям знание особенностей мышления, изученных психологами и логиками. Другие сложности коренятся в феномене когнитивного фальшивомонетчества, ставшего мнимым эквивалентом разума [9]. Его суть заключается в многочисленных подменах информации: системной - на дезориентирующую, организованной по правилам науки - на деморализующую, достаточной - на энтропийную и др.

Существует масса проблем, связанных с этикой научных исследований и отношений. Поэтому сохраняет свою актуальность и жизненная задача интериоризации морали, приобретающая новое звучание. К числу таких актуальных проблем можно отнести целостность процесса познания и его меру, которую должен соблюдать ум, чтобы не погибнуть. Этим проблемам должно внимание было уделено в докладе Ю.С.Осипова «Истина не доказывается, а показывается», с которым, он как президент РАН, выступил в 1998 году на открытии Всемирного Русского Народного Собора [7].

С названием этого доклада перекликаются размышления Р.Штейнера: «Когда утверждают что-либо о физических свойствах растений, животных, минералов или человека, то это нужно доказывать посредством экспериментов и наблюдений. ...Когда же обращаются к свободному миру духа, то здесь истины должны сами поддерживать друг друга. Здесь доказательство находишь лишь в том, что истины опираются друг на друга» [10, с.20-21].

Применительно к психологии это можно соотнести с двумя подходами к исследованию: «номотетическим» или устанавливающим законы, объясняющим, имеющим дело с универсалиями; и «идеографическим» или описывающим частности (единичные случаи). Молодому ученому важно осознать, какой подход будет реализовать он или, может быть, ему удастся гибко сочетать оба подхода. Для этого их необходимо осознать не как антагонистические, а как взаимодополняющие друг друга. Это означает, что научное самоопределение предполагает развитие рефлексивное самосознание молодого ученого.

Согласно Баженову В.А. «под рефлексивностью научного знания понимается его самообращенность» [2, с.73]. Это означает, что сознание молодого ученого направлено не только на объект, предмет и методы научного исследования, но и на собственную персону, осуществляющую процесс научного познания. Без рефлексии вряд ли вообще возможно научное самоопределение. Более того В.А.Баженов считает рефлексией новым типом научного мышления, «элементами которого выступают постоянный самоконтроль, саморегуляция и самосовершенствование» и полагает, что его создание и распространение можно рассматривать как один из признаков неклассического этапа развития наук. [2, с.77].

Для научного самоопределения огромное значение приобретает стиль общения научного руководителя с молодым ученым. Одно дело, когда научный руководитель предоставляет ему полную свободу действий в постановке задач и в их решении. При этом самостоятельность научных поступков влечет за собой и рост ответственности молодого ученого как за

все позитивные достижения на научном пути, так и за допускаемые ошибки.

Другое дело, когда научный руководитель опекает каждый шаг молодого ученого. Такой стиль имеет право на существование, но лишь в том случае, если начинающий ученый не получил базового образования в избранной научной области, но испытывает огромное желание решить заинтересовавшую его проблему. Особенно важна поддержка со стороны опытного ученого тех, кто начал испытывать разочарование от неудачных поисков.

Между двумя обозначенными крайностями существует большое многообразие других стилей, при выборе которых необходимо соотносить их с индивидуально неповторимыми качествами дебютанта в науке. Именно эти качества задают индивидуальную траекторию продвижения по научному пути в «пространстве взаимодействия», в котором «Мастер и Ученик реализуются совместно» [6, с.278].

Целесообразно различать научное самоопределение, ориентированное на обычные достижения в науке, и направленность молодого ученого на высшие достижения. Для тех, кто испытывает высшие устремления, весьма полезными могут оказаться двенадцать качеств, обобщенных на основе анализа жизненных достижений предприимчивых людей и включенных в формулу успеха [4]. Особое значение приобретают первые три качества: невосприимчивость к критике, образование и высочайшая работоспособность. Устремляясь к вершинам научных достижений, полезно помнить очень мудрое предостережение: «...высокая планка хороша лишь в том случае, когда она не закреплена слишком жестко» [5, с. 176].

Процесс самосовершенствования в науке бесконечен. Выскажем предположение, что для

его успешного осуществления необходима «духовная навигация». По мнению В.М.Розина, она представляет «наблюдение за собой, продумывание своей жизни, ее смысла и назначения, ... стремление реализовать намеченный сценарий жизни (скрипт), отслеживание того, что из этого получается реально, осмысление опыта своей жизни, собирание себя вновь и вновь» [8, с.46]. Вспомним еще раз, что осмысление личного прижизненного опыта составляет суть экзистенциального уровня бытия человека.

#### Список литературы

1. Абрамова Г.С. Психология только для студентов. – М.: ПЕР СЭ, 2001.
2. Баженов В.А. Рефлексия в современном науковедении // Рефлексивные процессы и управление. – 2002. - №2. –с.73-89.
3. Лебедев С.А. Онтология человека // Человек. – 2010.- №1. - С.15-29.
4. Ленина Е. MultiMILLIONAIRE. – М.: Эксмо, 2006.
5. Ле Шан Э. Когда Ваш возраст сводит Вас с ума. Книга-лекарство для человека любого возраста. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2009.
6. Нуркова В. Свершенное продолжается: психология автобиографической памяти личности. – М.: Изд-во УРАО, 2000.
7. Осипов Ю.С. Истина не доказывается, а показывается//Воскресная школа. – 1998.- № 22 (июль). – С.8-9.
8. Розин В.М. Философия образования: Этюды-исследования. – М.: Изд-во МПСИ, 2007.
9. Стратегическая психология глобализации: психология человеческого капитала / Под ред. А.И.Юрьева. – СПб.: Logos, 2006.
10. Штейнер Р. Методика обучения и предпосылки воспитания. – М.:Персифаль, 1994.

### СРАВНЕНИЕ ПАРАМЕТРОВ ПРОБЫ СЕРДЕЧНО- ДЫХАТЕЛЬНОГО СИНХРОНИЗМА ПРИ ВЫСОКОМ УРОВНЕ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНТОВ И У ОПЫТНЫХ ПАРАШЮТИСТОВ

**Д.В. Пухняк, П.П. Патахов,  
А.Н. Мингалев, К.В. Дельянов,  
В.М. Бондина, О.М. Дробышева,  
В.Г. Абушкевич**

*Кубанский государственный  
медицинский университет  
Краснодар, Россия*

Было проведено сравнение стрессоустойчивости у 28 студентов на итоговые занятия и у 18 опытных парашютистов на прыжки по параметрам пробы сердечно-дыхательного синхронизма. У студентов с высоким уровнем стрессоустойчивости параметры сердечно-дыхательного синхронизма достоверно не изменялись: диапазон синхронизации у них был большим ( $10,0 \pm 0,1$  кардиореспираторных циклов), длительность ее развития маленькой ( $18,6 \pm 0,2$  кардиоциклов). В аналогичной группе парашютистов исходный диапазон синхронизации была наибольший ( $17,1 \pm 0,4$  кардиореспираторных циклов), длительность развития на минимальной границе наименьшей ( $11,0 \pm 0,2$  кардиоциклов). При действии стрессорного фактора – прыжка, диапазон сердечно-дыхательного синхронизма увеличивался на 28,7%. Увеличение диапазона происходило за счет увеличения максимальной границы диапазона синхронизации на 6,1%, при достоверно неизменяемой нижней границы диапазона. Длительность развития на минимальной границе диапазона уменьшалась на 12,7%. Все это