

**Сухова Елена Викторовна**

д-р мед. наук, заведующая кафедрой

ЧУОО ВО «Медицинский университет «Реавиз»

г. Самара, Самарская область

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕТУ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ ПРИ ДИСТАНЦИОННОМ ОБУЧЕНИИ

***Аннотация:** с помощью стандартизованного многофакторного метода исследования личности (СМИЛ) (модифицированный вариант теста ММРІ), который представляет собой квантифицированный метод изучения личностных качеств и степени адаптированности, была обследована группа 60 юношей-студентов 20–22 лет и 72 девушек-студенток 20–23 лет, взятых методом сплошной выборки. Результаты теста СМИЛ у юношей-студентов показали, что им свойственен стенический тип реагирования. У них активная позиция, высокий уровень жизнелюбия, уверенности в себе, позитивная самооценка, высокая мотивация. Защитным механизмом является вытеснение из сознания неприятной или занижающей самооценку информации. При дистанционном проведении занятий с юношами целесообразно отрабатывать учебный материал в формате квеста. Результаты теста СМИЛ у девушек-студенток показали, что им свойственна соматизация стресса, избегание неуспеха, склонность к раздумьям, инертность в принятии решений, самокритичность, неуверенность в своих возможностях, блокировка активности в стрессе.*

***Ключевые слова:** тест СМИЛ, тестирование студентов, вовлеченность, учебный процесс, дистанционное обучение.*

При дистанционном проведении занятий с девушками целесообразно отрабатывать учебный материал в формате имитационных игр, широко использовать наглядные видеоматериалы.

***Актуальность.** В современных социально-экономических условиях дистанционное обучение является неотъемлемой частью профессионального об-*

разовательного процесса. Традиционные средства обучения ориентированы на очное взаимодействие обучающего и обучающегося, на личном контроле преподавателя за учебной деятельностью [6]. При этом сам процесс обучения рассматривается как активное взаимодействие, сотрудничество преподавателя и студента [8]. Обучающийся не является пассивным потребителем информации, а создает активное собственное представление, формирует личные взгляды, понимание, систему личностных ценностей. Для этого необходима внутренняя установка на обучение и самообучение, саморазвитие, самообучение. Обучающий должен не просто представить необходимую информацию, а выбрать из арсенала педагогических технологий именно те, которые позволят активно и сознательно принять данную информацию. Следует учитывать преимущество получения информации, доступность ее для понимания, включение всех способностей и возможностей студентов в процесс обучения, активное вовлечение в учебный процесс. И современные компьютерные технологии, включающие интерактивные диски, электронные доски объявлений, мультимедийный гипертекст, телеконференции, диалоги в режиме реального времени позволяют это. Интерактивные средства обучения позволяют также формировать обратную связь и управлять ей, вести непрерывный диалог и обеспечивать поддержку обучающегося. Поэтому особенно важно сотрудничество преподавателя и студента, обучающегося и обучающего. Для эффективного взаимодействия, для полноценного сотрудничества преподавателю важно учитывать психологические особенности современных юношей и девушек [3]. Технологии дистанционного обучения позволяют дифференцировать способы и средства обучения. И при адекватном выборе обучающих технологий, с поправкой на психологические особенности, вовлечение в процесс обучения может быть гораздо выше.

*Целью проведенного исследования* было изучение психологических особенностей современных студентов-юношей и девушек для адекватного подбора педагогических технологий обучения в рамках дистанционного обучения.

*Объект и методы исследования.*

Была обследована группа 60 юношей-студентов 20–22 лет и 72 девушек-студенток 20–23 лет, взятых методом сплошной выборки с помощью теста СМИЛ. Стандартизованный многофакторный метод исследования личности (СМИЛ) представляет собой квантифицированный метод изучения личностных свойств и степени адаптированности обследуемого [1]. Методика является модифицированным вариантом теста MMPI. Автоматизированный способ обработки данных исключает зависимость результатов от личностных особенностей и опыта экспериментатора. Этот тест был использован для исследования личностных свойств и степени адаптированности студентов. Интерпретация профиля проводилась по 10 основным шкалам: 1-я – «сверхконтроля» (Hs), 2-я – «пессимистичности» (D), 3-я – «эмоциональной лабильности» (Hy), 4-я – «импульсивности» (Pd), 5-я – «женственности-мужественности» (Mf), 6-я – «ригидности» (Pa), 7-я – «тревожности» (Pt), 8-я – «индивидуалистичности» (Sc), 9-я – «оптимистичности» (Ma), 10-я – «интроверсии» (Si). Методика имеет также 3 шкалы достоверности, позволяющие оценить надежность полученных данных, а также установку испытуемых в отношении обследования: шкала «лжи» – L, собственно шкала «достоверности» – F и шкала «коррекции» – K. При изложении результатов исследования использовалось графическое изображение и кодирование профиля по Уэлшу [2]. Существует два варианта данного теста, рассчитанные на мужчин и женщин, что позволяет выявить гендерные отличия личностных характеристик.

#### *Результаты исследования.*

В группе юношей показатели оценочных шкал «ложь», «достоверность», «коррекция» показали, что полученные данные надежны и испытуемые были достаточно искренни при проведении исследования и при ответе на вопросы теста. Уровень оценочных шкал соответствовал необходимому уровню валидности и достоверности. Показатели достоверности тестирования современных юношей представлены в табл. 1.

Таблица 1

#### *Показатели достоверности тестирования юношей*

Шкалы	М	σ
L (ложь)	49,6 $\pm$ 2,78	8,78
F (достоверность)	56,5 $\pm$ 4,44	14,02
K (коррекция)	52,6 $\pm$ 2,58	8,15

где М – среднее арифметическое по группе, σ – стандартное отклонение.

Из табл. 1 видно, что показатели шкалы L 49,6  $\pm$  2,78 свидетельствуют о некоторой настороженности анкетированных. Шкала «ложь» выявила тенденцию современных юношей представлять себя в возможно более выгодном свете, украшать себя.

В табл. 2 представлены типы реагирования юношей.

Таблица 2

*Типы реагирования юношей*

<i>Тип реагирования</i>	<i>Процент юношей</i>
Стенический (шкалы 4, 6, 9)	80% $\pm$ 0,25
Смешанный	10% $\pm$ 9,0
Гипостенический (шкалы 2, 7 и 0)	10% $\pm$ 9,0

Как видно из табл. 2, у юношей значительно преобладает стенический тип реагирования, т.е. сильный тип реагирования.

Гипостенический механизм реагирования на психотравму характерен для 10% юношей.

Показатели стандартизованного многофакторного исследования личности юношей представлены в табл. 3.

Таблица 3

*Показатели стандартизованного  
многофакторного исследования личности юношей*

шкалы	М	σ
Hs «сверхконтроль»	55,1 $\pm$ 2,97	9,39
D «пессимистичность»	45,4 $\pm$ 5,38	16,99
Hu «эмоциональная лабильность»	55,0 $\pm$ 2,68	8,47
Pd «импульсивность»	55,1 $\pm$ 3,00	9,47
Mf «женственность-мужественность»	54,4 $\pm$ 4,74	14,98
Pa «ригидность»	49,7 $\pm$ 3,14	9,93
Pt «тревожность»	51,9 $\pm$ 3,25	10,28

Sc индивидуалистичность»	54,0±3,04	9,60
Ma «оптимистичность»	64,7±3,78	11,94
Si «интроверсия»	42,1±3,12	9,86

где М – среднее арифметическое по группе,  $\sigma$  – стандартное отклонение.

Код усредненного профиля по Уэлшу в группе юношей – 9–143587/620: FK/L.

Ведущим в профиле является пик по шкале 9 «оптимистичность», что отражает активность позиции, высокий уровень жизнелюбия, уверенность в себе, позитивную самооценку, высокую мотивацию, при этом ориентированную больше на моторную подвижность и речевую продукцию, чем на конкретные цели. В ответ на противодействия легко вспыхивает гневливая реакция. С учетом показателей шкал 9 и 4 защитным механизмом является вытеснение из сознания неприятной или занижающей самооценку информации с отреагированием на поведенческом уровне – критические высказывания, протест, агрессивность.

В ситуации стресса характерна тенденция к избыточной, не всегда целенаправленной активности. Характерно подражание авторитетной личности. Быстро наступает пресыщение однообразной деятельностью, выражена тенденция к перемене мест или вида деятельности. Есть черты авантюризма.

С помощью теста СМЛ были обследована группа девушек аналогичного возраста. Показатели достоверности тестирования девушек представлены в табл. 4.

Таблица 4

*Показатели достоверности тестирования девушек*

Шкалы	М	$\sigma$
L (ложь)	44,8±0,91	4,56
F (достоверность)	71,8±1,82	9,09
K (коррекция)	49,72±0,87	4,34

где М – среднее арифметическое по группе,  $\sigma$  – стандартное отклонение.

Из табл. 4 видно, что в группе девушек показатели оценочных шкал «ложь», «достоверность», «коррекция» подтвердили, что полученные результа-

ты надежны и испытуемые были достаточно искренни при проведении исследования.

В табл. 5 представлено распределение типов реагирования у девушек.

Таблица 5

*Распределение типов реагирования у девушек*

Стенический (шкалы 4, 6, 9)	48%±1,08
Смешанный	44%±1,27
Гипостенический (шкалы 2, 7 и 0)	8%±1,5

Анализ результатов представленной таблицы показывает, что 48% респонденток имеют стенический тип реагирования (шкалы 4, 6, 9).

Смешанный тип реагирования на психотравмирующие обстоятельства был отмечен в 44%. Гипостенический вариант (шкалы 2,7,0) встречается у 8% обследованных девушек.

Таким образом, практически половина девушек имеет активную жизненную позицию, стремиться проявить себя, а другая половина склонна к соматизации стресса.

Показатели основных шкал у девушек представлены в табл. 6.

Таблица 6

*Показатели основных шкал у девушек*

Шкалы	М	σ
Hs «сверхконтроль»	53,2±1,41	7,05
D «пессимистичность»	65,2±1,72	8,60
Hu «эмоциональная лабильность»	55,72±2,24	11,21
Pd «импульсивность»	64,0±1,41	7,03
Mf «женственность-мужественность»	60,84±2,47	12,34
Pa «ригидность»	61,56±1,69	8,46
Pt «тревожность»	58,04±2,07	10,35
Sc индивидуалистичность»	56,48±2,11	10,55
Ma «оптимистичность»	60,28±1,52	7,62
Si «интроверсия»	52,4±1,15	5,77

где М – среднее арифметическое по группе, σ – стандартное отклонение.

Код усредненного профиля по Уэлшу в группе девушек – 24659–78310/F'KL.

Ведущая мотивационная направленность – избегание неуспеха. Лицам данного типа свойственны высокий уровень осознания имеющихся проблем, склонность к раздумьям, инертность в принятии решений, глубина переживаний, скептицизм, самокритичность, неуверенность в своих возможностях. Характерны черты зависимости от авторитетной личности. Ведущей потребностью является потребность в понимании, любви, доброжелательном к себе отношении, эта потребность фрустрируется в первую очередь. В стрессе имеется склонность к блокировке активности, или ведомое поведение, подвластность лидирующей личности. Выявлен внутренний конфликт, внешне проявляющийся в сочетании высокого уровня притязаний с неуверенностью в себе, высокой активности и быстрой истощаемости.

Итак, проведенное исследование позволило выявить основные психологические и личностные особенности современных юношей и девушек, с тем чтобы использовать полученные результаты в учебном процессе, в частности, при проведении занятий в формате дистанционного обучения.

#### *Обсуждение результатов.*

Группа обследованных юношей и девушек была достаточной по количеству, тестируемые были взяты методом сплошной выборки. Результаты исследования целесообразно использовать в образовательном процессе [10]. Современные юноши склонны представлять себя в более выгодном свете, чем это есть в реальности. Они склонны драматизировать любые, даже незначительные события. Следовательно, задания должны быть посильными для каждого из них, с тем, чтобы выполнение задания и высокая оценка за него поддерживала это мнение. В стрессовой ситуации возможно появление поведенческой агрессии, выраженная агрессивная поведенческая реакция юношей свидетельствует о сильном стрессе, через некоторое время способность к самоконтролю поведения вернется. Преподавателю целесообразно не акцентировать внимание на поведенческой агрессии, а проанализировать, какое задание явилось стрессогенным фактором.

Показатели стандартизованного многофакторного исследования личности современных юношей свидетельствуют о том, что в целом им свойственны активность позиции, высокий уровень жизнелюбия, уверенность в себе, позитивная самооценка, высокая мотивации. При этом следует учитывать, что они ориентированы более на двигательную активность и речевую продукцию, чем на конкретные цели. Поэтому следует всегда ставить конкретные цели и срок исполнения. В ответ на противодействия легко вспыхивает гневливая реакция. Императивные способы воздействия малоэффективны. Успех вызывает экзальтацию, чувство гордости. Этим следует пользоваться для управления поведением. Важно хвалить за малейшие успехи, отмечать в позитивном ключе даже небольшие достижения, подчеркивать важность и значимость самостоятельности, саморазвития, самоуправления. При положительной оценке достижений личность будет стремиться к самореализации и самораскрытию. Напротив, неотмеченные достижения могут вызывать гневливые реакции. Поведение несколько бесцеремонно, отношение к своим промахам и недостаткам снисходительное. Необходимо воспитывать чувство ответственности, умение принимать на себя ответственность за поступки. Для этого важны персональные поручения с подчеркиванием персональной ответственности за исход. Характерно подражание авторитетной для них личности.

Быстро наступает пресыщение однообразной деятельностью, выражена тенденция к перемене мест или вида деятельности. Это следует учитывать. Полезно менять деятельность, иначе возможны ошибки. Есть черты авантюризма. Это также следует учитывать.

С учетом выявленных психологических особенностей и возможностей дистанционного обучения на занятиях полезно использовать такие приемы, как включение квестов (приключенческая игра) в образовательный процесс. При обучении важно не только информирование, но и анализ информации, ее мотивированное осмысление, умение использовать полученные знания в реальной ситуации. Пресыщение однообразной деятельностью, как показало исследование, гасит интерес, вызывает у юношей скуку, демотивирует. Анализ и синтез

информации происходит в левом полушарии мозга (у правшей), правое полушарие ответственно за эмоции. Следовательно, если активизировать оба полушария мозга, вовлечь в процесс познания и чувства и логику, то информация станет усваиваться более активно и полно, запомнится дольше [11]. Это хорошо известно педагогам. Принципы дидактики К.Д. Ушинского (обучения) включают сознательную активность обучающихся, наглядность, наблюдение доступность и прочность информации [7]. Понятийные и абстрактные явления усваиваются лучше. Существует закономерность процесса познания – его движение от чувственного к логическому, от конкретного к абстрактному. Именно на ней основана наглядность в обучении. Обосновывая принцип наглядности обучения, К.Д. Ушинский указывал, что единственным источником знаний может быть «опыт, сообщаемый нам через посредство внешних чувств». «Непосредственно воспринятые нами из внешнего мира образы являются, следовательно, единственными материалами, над которыми и посредством которых работает наша мыслительная способность». Виды наглядности по В.А. Сластенину следующие: натуральная, экспериментальная, изобразительная, звуко-изобразительная, объемная, практический показ [9]. Дистанционное обучение позволяет использовать наглядность в различных ее видах, активно вовлекать обучающихся в процесс, задействовать их эмоции. Сигналы приобретают новое свойство условности. Поэтому при обучении мало рассказывать. Надо провоцировать новые ощущения, восприятия, которые сохранятся в памяти.

К тому же современное поколение воспитано на современных компьютерных технологиях, формат квестов им привычнее традиционных лекций. Таким образом, дистанционно обучение позволяет в полной мере использовать дидактические приемы в процессе обучения.

В качестве примера рассказываю о включении квестов в дисциплину «Профессиональные болезни». Квест – приключенческая игра. Приключения в рамках изучения темы были следующие: 1. Составление санитарно-гигиенической характеристики условий труда. 2. Обоснование заключительного диагноза профессионального заболевания. 3. Моделирование данных инструментальных

и лабораторных методов исследования (для усложнения задания могут дополнительно вводиться сопутствующие заболевания). 4. Проведение расследования в организации. 5. Оформление посылного листа на МСЭК.

Вовлекаются все студенты группы (повышается активность всей аудитории). За правильное выполнение задания начисляются баллы (мотивация хороших оценок). Возможна помощь друга (принцип командности и сплочения группы). Возможно пользоваться собственными конспектами (мотивация серьезной домашней подготовки). Компьютерные технологии позволяют участникам общаться в чате, комментировать процесс, принимать участие каждому желающему. Эмоциональная составляющая позволяет активизировать процесс усвоения знаний. В процессе задействована не только вторая, но и первая сигнальная система.

К тому же, результаты проведенного исследования показали, что с современными юношами целесообразно использовать не прямое давление авторитетом, а прием рационализации, разумного разъяснения. Таким приемом является «сократовский диалог». При «сократовском диалоге» вопросы формулируются таким образом, что подразумевают правильный ответ. Четкая формулировка и логическая последовательность вопросов формируют убеждение в том, что это собственное мнение.

При дистанционном обучении всегда возможна обратная связь. Она необходима для контроля за процессом усвоения знаний. Общение в чате привычно студентам и позволяет контролировать процесс усвоения информации путем размещения контрольных вопросов по ходу ответов и опросов.

Для юношей, с учетом полученных данных, также подходит формат конкурсов. При проведении учебного занятия можно устраивать конкурсы на более быстрый правильный ответ, на более полную информацию по заданному вопросу и т. п.

В квесте принимает участие вся группа студентов. Но распределение заданий ориентировано на юношей. Желаящие девушки также принимают участие, но никого не принуждают к выполнению заданий. Вид предпочитаемой дея-

тельности у девушек, как показал анализ полученных данных, ближе к «кабинетному» стилю работы с гуманитарным направлением, где важно серьезное, вдумчивое отношение к выполняемой работе. Это надо учитывать. Девушкам предлагалось заполнить посылный лист на МСЭК, направление на осмотр, заключение врача- узкого специалиста и т. п.

Нельзя их торопить, у них всегда должен быть резерв времени.

Практически половина (44%) обследованных девушек имеют предрасположенность к психосоматическим заболеваниям. Повторяющаяся, хроническая, неотрагированная, подавленная эмоция соматизируется – вызывает сдвиги в телесном функционировании. Поэтому для личностного развития девушкам должна быть предоставлена возможность высказывать свое мнение, определять собственную точку зрения. На занятии преподавателю важно повышать самооценку и уверенность в себе, демонстрировать поощрение и поддержку, положительно отмечать успехи.

Надо снижать тревожность ситуаций, снижать чувство страха, ставить реальные и достижимые цели.

С учетом формата дистанционного проведения занятий возможно использование имитационных игр. Например, при проведении цикла «Профессиональные болезни» использовалась имитационная игра в профосмотр. Каждая девушка с учетом будущей специальности сама выбирала роль врача- узкого специалиста при осмотре пациента с смоделированной клинической картиной. Акцент делался на медицинской документации, точности заполнения документов, знании Приказа 302-Н МЗ РФ, планировании конкретных действий, составлении четких планов с указанием конкретной цели и сроков исполнения. При этом учитывалось, что современные девушки не умеют точно формулировать цели, как показали результаты проведенного исследования.

Отвечая на четко сформулированные вопросы, формируя логичные ответы на них, девушка в конце концов придет к осознанию реальной цели своей деятельности, осознает необходимость конкретных мероприятий.

Также для девушек оптимальным является включение звуко- изобразительной наглядности, практический показ. Для этого при изучении средств индивидуальной защиты работников (СИЗ) использовались отрывки из знакомых всем фильмов, где работники применяли или не применяли по сюжету СИЗ. Активизировались и первая, и вторая сигнальные системы. Знакомые фильмы вызывали положительные эмоции, привычные ситуации рассматривались в другом ракурсе. Если герои не пользовались средствами индивидуальной защиты, то студенты сами находили необходимое при данной работе снаряжение. Можно предлагать рассказать об ассоциациях, вызванных новой для студентов информацией. В таком случае эта информация запомнится надолго (ассоциации положены в основу специальных приемов для запоминания).

Целесообразно учить находить поддержку в собственном опыте: «Это не первый ваш (ответ, зачет, экзамен), вспомните, какие ваши качества помогали вам раньше. Эти качества всегда с вами и вы можете рассчитывать на себя». «Вы выполняли аналогичные задания и раньше». Важна уверенность в поддержке.

Новые навыки не осваиваются, новые знания не получаются девушками из-за страха допустить ошибку. Поэтому полезны имитационные игры.

Важно учить воспринимать неуспех как полезный и необходимый в жизни опыт. «Какой урок на будущее вы сможете для себя извлечь? Как сделать так, чтобы подобная ситуация не повторилась? Какие выводы для себя вы смогли сделать? Как вы будете действовать в аналогичной ситуации, с учетом полученного вами опыта? Что вы можете теперь сами себе посоветовать?» Постановка подобных вопросов способствует формированию личного профессионального опыта. В стрессогенной ситуации для девушек характерна блокировка активности. Они застывают, замирают, цепенеют, невозможно ожидать принятия верного решения, быстрых правильных действий, четкого реагирования на неожиданную ситуацию. Поэтому необходимо заранее предусматривать возможность развития различных нестандартных профессиональных ситуаций и совместно с преподавателем, в спокойной обстановке, заблаговременно про-

граммировать различные варианты развития событий и оптимальные действия при них.

При реальном развитии нестандартной ситуации это поможет предусмотреть развитие фатальных ошибок и неблагоприятных исходов, что особенно актуально для будущих врачей. Такие ситуации всегда можно вводить в сценарий имитационной игры. Для снижения страха и тревожности формат игры оптимален, а моделирование профессиональной ситуации способствует приобретению профессиональных навыков.

При обучении девушек следует предусматривать нестандартные профессиональные ситуации и отрабатывать навыки выхода из них. Не обсуждать словами, а проводить тренинги действиями, потому что при блокировке активности девушка не сумеет найти выход из нестандартной ситуации.

У девушек также выявлены черты зависимости от авторитетной для них личности. Коррекция поведения возможна через авторитетного лидера или мнение референтной группы.

Ведущей потребностью является потребность в понимании, любви, доброжелательном отношении. Следует проявлять уважение к личности, отмечать в позитивном ключе малейшие достижения, хвалить и выражать благодарность.

Так как чувства у половины девушек не проявляются вовне, то важен контроль за невербальными проявлениями различных эмоций. Важна обратная связь, для того, чтобы суметь вовремя выявить сложности, страхи, связанные с профессиональной деятельностью, и вовремя проявить необходимое профессиональное вмешательство. Обратную связь можно получить, используя следующие приемы: суммирование, постановку открытого вопроса, приглашающего к диалогу, выход на перспективу.

Эта приемы обратной связи обязательны при дистанционном обучении. В чате преподавателем пишется открытый вопрос, и студенты отвечают. Либо каждый проводит суммирование полученной информации.

Для обучения навыкам принятия ответственности со студентами целесообразно установить систему контрактных взаимоотношений, предполагающих

взаимную ответственность обучающего и обучающегося за исход ситуации. Необходимо приводить к осознанию персональной ответственности в профессиональных делах. Для этого полезны ролевые и имитационные игры, где студенты воочию могут проследить последствия своего уровня подготовки. Из педагогики известно, что чем ярче и непринужденнее игра, тем лучше усваивается навык. Чем больше преподаватель будет демонстрировать связь получаемых знаний с практикой – жизнью, профессией, специальностью, тем больше будет у обучающихся интерес и сознательность при обучении.

Результаты проведенного исследования целесообразно использовать при очном и дистанционном обучении.

У юношей следует делать акцент на самоконтроле поведения, а у девушек повышать уверенность. Все студенты нуждаются в повышении самооценки путем поощрения, одобрения.

При дистанционном обучении преподавателю следует обратить особое внимание на создание активного лояльного ядра группы.

При онлайн-общении особенно важна вовлеченность студентов в процесс обучения. Приемы геймификации позволяют повышать вовлеченность студентов в процесс занятия.

Также формат дистанционного обучения позволяет проводить обсуждения, делать комментарии. Это также повышает вовлеченность студентов.

Итак, коротко суммируем личностные особенности юношей, значимые в процессе обучения.

Энергичность высокая. Активность высокая. Выносливость высокая. Инициативен. Легко возбудим. Самооценка высокая. Уровень притязаний высокий. Склонен к риску. Предприимчивость высокая. Общителен. Легко вступает в контакты. Предпочитает находиться в центре внимания. Высокая адаптивность к ситуациям. Любит показывать свое превосходство. Увлекающаяся натура. Неусидчив. Не способен к кропотливой, монотонной работе. Одновременно берется за множество дел.

Не дается самодисциплина, редко доводится до конца начатое, монотонные занятия скучны. Нет четкой иерархии мотивов и ценностей. Нужны яркие, разнообразные ощущения. Однообразная деятельность вызывает пресыщение. Податлив внушению и самовнушению, плохо противостоит чужому влиянию. Легко перенимает чужие привычки. Легко раздражается, но не таит зла. Настроение быстро и легко меняется вслед за обстоятельствами.

Не умеют планировать дела, развивать стратегию поведения, просчитывать последствия, учитывать цели, собственные силы.

При обучении на практических занятиях целесообразно использовать ролевые игры, дать возможность быть в центре событий, получать одобрение, сформировать вокруг себя команду, лидировать. Необходимы яркие ощущения при обучении.

Для девушек характерны интеллигентность, рефлексивность, они не умеют постоять за себя, мало способны к решительным действиям. Раздражительного сопротивления хватает ненадолго. Скованы рассуждениями, тщательно принимают в расчет все особенности ситуаций, сомневаются. Им свойственны тревога, аналитичность.

Самолюбие ранимо. Робки. Но способны уверенно и собранно действовать, например, отвечать на экзамене. Для них трудно естественное, раскованное поведение. Перепроверяют свои действия. Напряжены, тревожны. Готовятся к ситуациям заранее, пишут ключевые слова, планы.

Поэтому следует разрешать пользоваться собственными конспектами. Они дают ощущение уверенности.

Высокий самоконтроль. Нерешительны. Характерны постоянные сомнения, преувеличено чувство опасности. Трудна ситуация неопределенности.

При обучении важно получать всю необходимую литературу, полные инструкции к действиям и упражнениям, различным заданиям. Не должно быть внезапной смены роли или задания. Времени на подготовку должно быть достаточно. При подготовке девушки пишут конспекты, при ответе пользуются ими. Это нужно для повышения собственной уверенности. Нецелесообразно

давать роли, требующие нахождения в центре внимания, доминирования, лидирования. Нужно снижать мнимую опасность ситуации. Нельзя торопить, ограничивать по времени или по другим параметрам. Нецелесообразно делать какие-либо комментарии или замечания по ходу выполнения упражнений

Таким образом, на основе изучения личностных особенностей современных юношей и девушек были представлены рекомендации по проведению занятий в дистанционном режиме.

#### Выводы.

1. Результаты теста СМИЛ у юношей-студентов показали, что юношам свойственен стенический тип реагирования. У них активная позиция, высокий уровень жизнелюбия, уверенности в себе, позитивная самооценка, высокая мотивация. Защитным механизмом является вытеснение из сознания неприятной или занижающей самооценку информации с отреагированием на поведенческом уровне- критические высказывания, протест, агрессивность.

2. Результаты теста СМИЛ у девушек-студенток показали, что девушкам свойственна соматизация стресса, избегание неуспеха, высокий уровень осознания имеющихся проблем, склонность к раздумьям, инертность в принятии решений, глубина переживаний, самокритичность, неуверенность в своих возможностях, зависимость от авторитетной личности, блокировка активности в стрессе.

3. При дистанционном проведении занятий с юношами целесообразно отрабатывать учебный материал в формате квеста, с заранее обговоренными условиями, дать им возможность организовать команду, лидировать, преодолевать препятствия, проявлять активность и инициативность.

4. При дистанционном проведении занятий с девушками целесообразно отрабатывать учебный материал в формате имитационных игр, широко использовать наглядные видеоматериалы. Девушкам свойственен кабинетный стиль работы, полезно оформлять медицинскую документацию, примерять роли, детально отрабатывать потенциальные профессиональные ситуации и выход из них, с учетом блокировки активности в стрессе.

5. Приемы суммирования, резюмирования, открытые вопросы в чате позволяют повышать вовлеченность студентов в учебный процесс.

### ***Список литературы***

1. Еникеев М.И. Психологическая диагностика. Стандартизированные тесты. – М.: ПРИОР, 2002.
2. Ермолаев О.Ю. Математическая статистика для психологов. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института, 2004.
3. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. – СПб.: Питер, 2003.
4. Крайг Г. Психология развития. – СПб.: Питер, 2000.
5. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Изд-во Московского университета, 2007.
6. Нюттен Дж. Мотивация, действие и перспектива будущего. – М.: Смысл, 2004.
7. Ушинский К.Д. Собрание сочинений в 8 т. Т. 8. Человек как предмет воспитания. Педагогическая антропология. – М.; Л., 1950. – С. 284–382.
8. Салихова Н.Р. Реализуемость личностных ценностей в условиях жизненного кризиса // Психологический журнал. – 2008. – №6. – С. 48–55.
9. Сластенин В.А. Педагогика. Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов; под ред. В.А. Сластенина. – М.: Академия, 2002. – 576 с.
10. Фрейдджер Р. Теории личности и личностный рост / Р. Фрейдджер, Д. Фейдимен. – СПб.: Питер, 2006.
11. Юнг К.Г. Исследование феноменологии самости / пер. с англ. – М.: Рефл-бук; Ваклер, 1997.