

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ГУМАНИТАРНЫХ И СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ НАУК

2017
№ 11

XI Международная научно-практическая конференция

19

ПОВОЛЖСКОЕ
ОТДЕЛЕНИЕ
АКАДЕМИИ
ВОЕННЫХ НАУК

ВОЕННАЯ АКАДЕМИЯ
МАТЕРИАЛЬНО-
ТЕХНИЧЕСКОГО
ОБЕСПЕЧЕНИЯ
(ВА МТО)

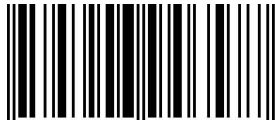
ВОЛЬСКИЙ ВОЕННЫЙ
ИНСТИТУТ
МАТЕРИАЛЬНОГО
ОБЕСПЕЧЕНИЯ
(филиал) ВА МТО
(ВВИМО)

Адрес: 412903,
Саратовская обл., г. Вольск,
ул. М. Горького, 3
e-mail: v.v.v.u@mail.ru
для отправки материалов
конференции и справок:
telec8572@mail.ru

Издается по решению
Ученого совета ВВИМО
Протокол заседания
№ 21 от 28.11.2011 г.

© Вольский военный институт
материально-технического обеспечения
© Авторы статей
© Изд-во «Перо», 2017

ISBN 978-5-906946-57-7



9 785906 946577

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

Главный редактор

А.В. Немчинов – канд. пед. наук, доц., ВВИМО,
г. Вольск, Российская Федерация

Заместители главного редактора

А.С. Мокроусов – канд. техн. наук, ВВИМО,
г. Вольск, Российская Федерация

А.Г. Наумлюк – канд. эконом. наук, доц., ВВИМО,
г. Вольск, Российская Федерация

Члены редакционного совета

А.С. Айтимов – канд. техн. наук, проф.,
Казахстанский университет новых информационных и телекоммуникационных систем, г. Уральск, Республика Казахстан

С.А. Бровка – канд. филос. наук, проф., ВВИМО,
г. Вольск, Российская Федерация

В.П. Вишневецкая – д-р психол. наук, проф., Институт пограничной службы Республики Беларусь, г. Минск, Республика Беларусь

В.Я. Ефремов – д-р ист. наук, проф., ВВИМО,
г. Вольск, Российская Федерация

Г.И. Железская – д-р пед. наук, проф., Саратовский национальный исследовательский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского, г. Саратов, Российская Федерация

Г.М. Ипполитов – д-р ист. наук, проф., Самарский государственный социально-педагогический университет, г. Самара, Российская Федерация

В.М. Кривчиков – канд. ист. наук, проф., Гродненский государственный университет им. Янки Купалы, г. Гродно, Республика Беларусь

К.И. Курпаяниди – канд. эконом. наук, PhD, доц., Ферганский политехнический институт, г. Фергана, Республика Узбекистан

Е.В. Листвина – д-р филос. наук, проф., Саратовский национальный исследовательский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского, г. Саратов, Российская Федерация

О.А. Лускань – д-р техн. наук, доц., ВВИМО,
г. Вольск, Российская Федерация

С.В. Постников – канд. пед. наук, доц. (отв. ред.), ВВИМО,
г. Вольск, Российская Федерация

В.А. Труханов – д-р полит. наук, проф., Саратовская государственная юридическая академия, г. Саратов, Российская Федерация

Е.Ю. Шакирова – д-р филос. наук, проф., Филиал ВУНЦ ВВС ВВА им. проф. Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина, г. Сызрань, Российская Федерация

Д.И. Юнусова – д-р пед. наук, доц., Ташкентский государственный педагогический университет им. Низами, г. Ташкент, Республика Узбекистан

ББК 60я43
УДК 3:001.89
А 43

Актуальные проблемы гуманитарных и социально-экономических наук: Сборник материалов XI Международной научно-практической конференции / под ред. канд. пед. наук, доц. А.В. Немчинова. – М.: Изд-во «Перо»; Вольск: Тип. ВВИМО, 2017. – Ч. 9. Актуальные проблемы психологии и педагогики (Л-П). – 206 с.

Информация для авторов

Правила оформления материалов: текст набирается в редакторе Microsoft WORD или RTF. Поля страницы – все 1,5. Стиль – Обычный. Шрифт – Times New Roman, размер – 14. Межстрочный интервал – одинарный (корректур), абзац 1,0. Наличие списка использованных источников и ссылки на них обязательны. Ссылки набираются в тексте в квадратных скобках (например [1, с. 35]). Раздел «Список использованных источников» набирается в конце доклада. Стиль раздела – Обычный. Шрифт – Times New Roman, размер – 12. Межстрочный интервал – одинарный (корректур), абзац 1,0. Сохранять работу типом файла «Документ WORD» или «Текст» имя файла – Фамилия (И.О.) автора. Ответственность за достоверность информации, отраженной в докладе, несет его автор.

Объемы статей: представляемые материалы (без сведений об авторах) составляют: – до 1 п.л. для докторов наук, профессоров; – до 0,5 п.л. для кандидатов наук, доцентов и прочих категорий участников.

Основные направления (секции) конференции:

- Актуальные проблемы отечественной истории и историографии;
- Актуальные проблемы социально-политических наук;

Содержание

От редакционной коллегии	4
Актуальные проблемы психологии и педагогики	6
<i>Лаптев А.А., Дьячков А.А., Наумов П.Ю.</i> Проблема формирования и развития системы профессиональных ценностей будущих офицеров войск Национальной гвардии Российской Федерации	6
<i>Латыговская О.В.</i> Организация здоровьесберегающей образовательной среды в учреждениях дошкольного образования	9
<i>Левит Л.З.</i> Удары по человеческому самолюбию: продолжение традиции	13
<i>Лесничий В.В., Лихолетов Ю.Ф., Аврутова И.Н.</i> Проблемные вопросы эффективного расчета затрат на подготовку и переподготовку кадров в системе МТО ВС РФ	19
<i>Лешкевич С.Н. (Научный руководитель Галенко С.А.)</i> Технологический подход к организации личностного и профессионального роста педагога учреждения дошкольного образования ...	27
<i>Лецинская Т.Л., Радионова В.И.</i> Образовательный кластер обеспечения дееспособности взрослых с интеллектуальной недостаточностью в психоневрологических домах-интернатах ...	29
<i>Лопатько С.В.</i> Сравнительный анализ реабилитации военнослужащих войск Национальной гвардии Российской Федерации в экстремальном и постэкстремальном периодах	33
<i>Лосик Г.В.</i> Здоровье человека в контексте развития информационных технологий	38
<i>Льноградская О.И.</i> Исследование социально-психологического климата в студенческих группах технического вуза	45
<i>Майстренко В.В.</i> Теоретический анализ процесса формирования профессиональной готовности преподавателей военных вузов к педагогической деятельности	50
<i>Малобов О.Ю.</i> Возможности игровой технологии в формировании навыков деловой коммуникации студентов вуза	56
<i>Мельник С.В.</i> Социально-педагогическая адаптация студентов к условиям обучения в вузе	61
<i>Марищук Э.Л.</i> Подготовка инструкторских педагогических кадров по гимнастике и фехтованию для русской армии в 1850–1870 гг. ...	64
<i>Марищук Л.В.</i> Идеи классической педагогики в современном образовании	71
<i>Марищук Л.В., Брикса Ю.О.</i> Сущность ценностных ориентаций в военно-профессиональной деятельности офицера	76
<i>Марищук Л.В., Казаченок Ж.И.</i> Некоторые методические аспекты развития памяти военнослужащих	79
<i>Медведев А.В.</i> Актуальные вопросы профессионального психологического отбора	87
<i>Мельник Ю.А., Штехман Е.А.</i> Формирование профессиональных компетенций: ситуационное обучение в курсе РКИ на подготовительном курсе военного вуза	91
<i>Мельникова М.И.</i> Педагогический аспект предупреждения и преодоления девиантного поведения молодежи в условиях современной высшей школы	94
<i>Михелькевич В.Н., Мякинкова С.Н.</i> Диалоговые технологии развития и формирования информационно-коммуникативной компетентности студентов вузов	97
<i>Михелькевич В.Н., Чеканушкина Е.Н.</i> Здоровьесберегающие технологии самостоятельной учебной деятельности студентов	103

НЕКОТОРЫЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ПАМЯТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

В статье представлена методика целенаправленной тренировки памяти, используемая авторами в течение длительного времени и предлагаемая к использованию войсковыми психологами. Пять этапов применения методики основаны на всестороннем изучении не только памяти, но других познавательных процессов и личности заказчика в целом. Учет специфики деятельности и возрастных особенностей военнослужащих выступает одной из причин ее эффективности. Широкий спектр предлагаемых программ и методик развития памяти не снижает актуальности поиска сочетаний известных и новых упражнений, эффективных методов активизации мнемической деятельности военнослужащих.

Ключевые слова: познавательные процессы, память, виды и свойства памяти, профессионально значимые качества, военнослужащие, тренировка памяти.

Психолог в процессе деятельности по обеспечению морально-психологической готовности личного состава может сталкиваться с сознательной потребностью военнослужащих (далее – заказчиков) улучшить свою память. Актуальность методических разработок для военного психолога обусловлена тем, что достаточный уровень развития памяти – это цель не только личного развития, но и одного из профессионально значимых качеств военнослужащих любого ранга и звания. Память играет первостепенное значение в запоминании необходимых сведений при формировании профессиональных навыков, умений. Память, лежащая в основе развития, обучения, социализации личности, психический процесс, базовый компонент мышления, является основой психической жизни человека, позволяющей ориентироваться в окружающей среде. «Гез памяти, писал С.Л. Рубинштейн, – не было бы психической жизни человека» [15, с. 258]. В современных условиях требования профессиональной деятельности повышают требования к памяти. Однако память является чрезвычайно сложной психической функцией и простых рецептов ее улучшения не существует. Реальный путь – научно-обоснованная тренировка памяти.

Научная база для развития памяти представлена широким диапазоном публикаций о приемах и способах улучшения этого познава-

тельного процесса, подкрепленных тренировочными программами, которые могут стать основой работы войскового психолога. Однако, как правило, они рассчитаны на школьную и студенческую аудиторию, не всегда их использование является целенаправленным в условиях специальных видов деятельности, что может обуславливать неэффективность их применения. Прежде чем делать выбор методического инструментария, составляя тренировочную программу целесообразно еще раз вспомнить о некоторых закономерностях протекания и развития памяти как психического познавательного процесса и особенностях работы с военнослужащими.

Предлагаемая методика развития памяти не является единственной для военного психолога. Она специально была разработана для эффективного запоминания информации военнослужащими с учетом требований специальных видов деятельности. Теоретической ее основой служит научное наследие Е.А. Климова [6], А.Н. Леонтьева [8], Б.Ф. Ломова [10], А.Р. Лурии [11], К.К. Платонова [13], С.Л. Рубинштейна [17], а также приемы классической мнемотехники и элементы систем запоминания, пропагандируемые известными специалистами в этой области знаний: Т. Бьюзена [2], Ф. Лёзера [7], Г. Авшаряна [1], М. Гарибяна [5], Т. Луссия [9], и др. Фундамент системы – модель памяти, разработанная на основе современных представлений о природе работы мозга (межполушарной асимметрии) и особенности протекания мыслительных операций при восприятии информации. Предложенный алгоритм применения методики, этапы ее реализации, каждый из которых можно дополнить уже известными приемами и упражнениями составляет актуальность публикации.

Память – психический процесс отражения и сохранения в сознании прошлого опыта, заключающийся в *запоминании, сохранении и воспроизведении*, а также *забывании* различной (зрительной, слуховой, двигательной, эмоциональной и другой) информации [12, с. 251].

Работа с военнослужащими по развитию памяти состоит из пяти этапов.

1 этап – предварительная беседа (беседы) с заказчиком, анализ и сопоставление результатов независимых экспертных оценок и наблюдения за военнослужащим.

2 этап – уточнение проблемного поля. Психодиагностика различных свойств и видов, как памяти, так и других системно взаимосвязанных параметров интеллектуальной и личностной сферы.

3 этап – подбор методического инструментария и составление программы индивидуальной, групповой, самостоятельной тренинговой работы.

4 этап – психодиагностика тренингового эффекта.

5 этап – выработка индивидуального стиля познавательной деятельности военнослужащего на основе выявленных особенностей памяти.

1 этап. В предварительной беседе психолог должен уточнить мнение своего подопечного и его оснований для заключения о «проблемах с памятью», перечень показательных ситуаций, с которыми столкнулся военнослужащий. Нередко солдат, курсант, офицер в определении несостоятельности своей памяти ориентируется не на среднестатистические результаты, а успехи наиболее способных коллег. Чаще поводом для обоснованного запроса являются низкие результаты в обучении военнослужащих относительно группы, рекомендации командиров и преподавателей. Одной из задач первого этапа является определение наличия личной мотивации заказчика к осознанной работе по улучшению памяти. На этапе общения целесообразно рассмотреть единства четырех взаимосвязанных и взаимозависимых, но самостоятельных процессов: **запоминания, сохранения, воспроизведения, узнавания**, а также проявления **забывания** [12, с. 251–252]. Для решения этой задачи можно использовать любой психодиагностический инструментарий по определению объема памяти. В процессе работы важно, чтобы военнослужащий получал не только результат, но и ответил на вопросы, касающиеся мотивации изучения того или иного материала, обстановки обучения. Целесообразно, чтобы заказчик в «замедленном режиме» подробно прокомментировал каждый шаг протекания перечисленных процессов.

В заключение первого этапа войсковой психолог тактично, с соблюдением профессиональной этики уточняет мнения независимых экспертов, оценок сослуживцев, коллег, преподавателей по видению причин проблем заказчика. Актуальными будут и результаты непосредственного целенаправленного наблюдения за военнослужащим в процессе деятельности (на занятиях, самоподготовке и т.д.). Результат первого этапа работы – определение гипотезы проблемного поля на основе не только

и не столько психодиагностического инструментария.

2 этап. Цель – определение причин затруднений заказчика, которые системно могут быть связаны как с интеллектуальной сферой психики: низкая концентрация, устойчивость, распределение внимания; недостаточное проявление осознания ощущений; небольшой объем оперативной памяти, плохое воображение, отсутствие достаточного уровня развития представлений и другие оценочные показатели видов и свойств познавательных процессов. Часто проблемы могут быть обусловлены низким уровнем развития абстрактного мышления, невысокой эрудицией, иногда недочетами мнемонического перевода. Нередко неточность воспроизведения у военнослужащего связана с отсутствием режима повторений запоминаемого материала. При переходе в долговременную память, информация, несмотря на невозможность в течение длительного времени, не исчезает из памяти, нарушается лишь ее воспроизведение в сознании [12, с. 252]. Иначе говоря, **забывание – это невозможность воспроизведения**, а не исчезновение информации, хранящейся в памяти. **Забывание** имеет свои особенности, связанные с выполняемой субъектом деятельностью, а также личностными его свойствами:

- информация, не используемая в деятельности, забывается быстрее;
- личностно не значимая, эмоционально не окрашенная информация, забывается быстрее;
- сильное эмоциональное напряжение, высокая личностная значимость информации может затормозить воспроизведение;
- травмирующие воспоминания, нарушающие психическое равновесие, «вытесняются» (З. Фрейд) из сознания в сферу бессознательного, однако можно полагать, что детские воспоминания оказываются недоступными для воспроизведения в силу того, что механизмы действия нервной системы, обеспечивающие долговременную память, еще недостаточно развиты в первые годы жизни;
- забывание может быть связано с возрастными особенностями личности. У лиц пожилого возраста первой страдает оперативная, затем кратковременная память: новая информация легко забывается. При прогрессировании амнезии давно прошедшие события вспоминаются так ярко, как будто это случилось вчера, этот феномен называют «законом Рибо» или «принципом Джексона»: недавно сформировавшаяся когнитивная функция утрачивается первой [12].

На втором этапе войсковой психолог должен обобщить полученную информацию для уточнения проблемного поля непосредственно по классификации видов памяти и ее свойств. По участию волевого процесса нужно дать оценку уровню развития произвольной и непроизвольной памяти. Выделить особенности работы сенсорной, кратковременной, долговременной и оперативной памяти. Выделить доминантный вид памяти по способу запоминания материала, степени вовлечения в нее различных структур психики (механическая, словесно-логическая, моторная, эмоциональная или образная память). Определить, какая модальность образной памяти (анализаторная система, задействованная в запоминании – **зрительная, слуховая, обонятельная, вкусовая, тактильная**) активизируется чаще [12, с. 253]. Это важно, так как мнемонические приемы, которым в дальнейшем будет обучать психолог, основываются на этой классификации видов памяти.

Актуальным является и оценка точности, прочности, объема памяти, быстроты запоминания, длительности сохранения, мобилизационной готовности [12, с. 254–257].

В заключение второго этапа психологу можно систематизировать полученные результаты в виде таблицы, где в первой графе перечисляются познавательные процессы и их свойства (память, ее виды и свойства здесь описывается особенно подробно), а во второй – в правой графе оценка уровня развития. Таблицу можно дополнить третьей графой, где указывается психодиагностический инструментарий и его источники. Далее выделяются самые низкие показатели, на основе обобщения которых, делается заключение о возможных причинах плохой работы памяти. Именно это является основой для формирования программы и подбора инструментария. Это отличительная особенность предлагаемой методики. Часто психолог по-разному, даже объективным причинам не соблюдает этапность, предлагая программу развития памяти, без детальной оценки психических познавательных процессов заказчика, в таких случаях их использование не всегда заканчиваются успехом.

Прежде чем приступить к непосредственному формированию программы освоения приемов запоминания информации, необходимо изучить общую продуктивность работы памяти военнослужащего. Это связано с тем, что упражнения, предлагаемые во многих методиках развития памяти, направлены на тренинг отдельных свойств и видов памяти. Как потом эта работа влияет на запоминание необ-

ходимой информации в процессе специальной деятельности военнослужащему не понятно. Он должен постоянно рефлексировать результаты будущей тренинговой работы. Для этого предлагается вводный тест (он же итоговый) для оценки актуального уровня развития памяти с точки зрения требований, предъявляемых профессиональной деятельностью к военнослужащему. Приведем пример такого теста для курсантов и офицеров.

Предлагаемый вводный тест состоит из четырех частей. Тест 1 направлен на изучение уровня запоминания логически не связанного материала, тест 2 – на изучение уровня запоминания чисел, тест 3 позволяет определить уровень памяти на лица, фамилии и имена, тест 4 направлен на изучение продуктивности запоминания логически связанного материала. Результаты по каждому тесту обобщаются по приведенной ниже схеме.

Вводный тест рекомендуется проводить в начале периода программы тренировки и периодически для мониторинга динамики развития профессиональных качеств.

Тест 1. Запоминание логически не связанного материала.

В профессиональной деятельности военнослужащего часто приходится запоминать много блоков различной информации, между которыми нет непосредственной логической связи, например те или иные поручения и инструкции, разнообразные распоряжения и т.д. Задача теста 1 состоит в проверке способности запоминать именно такую бессвязную информацию.

Инструкция: Запомните приведенные ниже 20 слов вместе с порядковыми номерами, под которыми они значатся в списке.

Ответ можно считать правильным только при условии, что слово воспроизводится вместе с его порядковым номером. Например, воспроизведение слова «артиллерия» без указания номера «1» рассматривается как ошибочный ответ.

На запоминание 20 слов дается 40 секунд. По истечении этого времени запишите все слова (вместе с их номерами), которые сможете вспомнить.

- | | |
|------------------|-------------------|
| 1. Артиллерия | 11. Родина |
| 2. Ракета | 12. Захват |
| 3. Разведка | 13. Антенна |
| 4. Стратегия | 14. Связь |
| 5. Наступление | 15. Пакт |
| 6. Автомат | 16. Телефонграмма |
| 7. Бронемашина | 17. Прорыв |
| 8. Совесть | 18. Дезертир |
| 9. Боеприпасы | 19. Аншлюс |
| 10. Порядочность | 20. Кампания |

Обработка результатов Теста 1. Вычисляется продуктивность запоминания. Для этого подставьте число правильно воспроизведенных слов в следующую формулу:

$$x = \frac{S}{20} \times 100$$

где S – сумма правильно воспроизведенных слов.

Например, если респондент правильно воспроизвел 10 слов, то продуктивность запоминания составит 50%.

Тест 2. Запоминание чисел.

Инструкция: Запомните приведенные ниже 20 чисел вместе с их порядковыми номерами. На запоминание дается 40 секунд. После этого запишите те числа, которые вы запомнили.

1. – 43 5. – 81 9. – 96 13. – 86 17. – 78
 2. – 57 6. – 72 10. – 72 14. – 56 18. – 61
 3. – 12 7. – 15 11. – 37 15. – 47 19. – 83
 4. – 33 8. – 44 12. – 18 16. – 6 20. – 73

Обработка результатов Теста 2. Теперь вычислите продуктивность запоминания цифровой информации. Для этого подставьте число правильно воспроизведенных цифр и их порядковых номеров в выражение:

$$x = \frac{S}{20} \times 100,$$

где S – сумма правильно воспроизведенных цифр.

Тест 3. Запоминание лиц с именами и фамилиями.

Для этого теста войсковому психологу нужно подобрать 12 фотографий с именами и фамилиями в зависимости от социальной среды военнослужащих и задать по их значению (для демонстрации можно использовать презентацию – слайд № 1 и слайд № 2 на мультимедийном проекторе).

Инструкция к части 1: 30 секунд запомните, изображенные на слайде № 1, 12 лиц с их именами и фамилиями, в вашем распоряжении 40 секунд.

После этого можно продемонстрировать слайд № 2 с уже показанными фотографиями 12 людей, но без имен и фамилий, а также измененный их порядком.

Инструкция к части 2: Обратитесь к слайду № 2, на котором изображены те же лица, но в другой последовательности, причем их имена и фамилии не указаны. Ваша задача записать и указать последовательно фамилии и имена людей, представленных на слайде № 2.

Время на воспроизведение 120 секунд.

Подсчитайте, для скольких лиц респондент смог воспроизвести имя и фамилию. Ответ считается правильным только в том случае,

если он безошибочно узнали лицо, точно назвал как имя, так и фамилию.

Теперь вычислите продуктивность запоминания лиц. Для этого подставьте число правильно воспроизведенных лиц в следующую формулу:

$$x = \frac{S}{12} \times 100,$$

где S – сумма правильно воспроизведенных лиц.

Тест № 4. Запоминание логически связанного материала.

Теперь можно проверить возможности памяти военнослужащего по отношению к книжному тексту.

Инструкция к части 1: Прочитайте предлагаемый текст, в котором 10 главных мыслей выделены жирным шрифтом и пронумерованы. Вы должны воспроизвести их, сохраняя ту же последовательность 1, 2, 3 и т.д. На запоминание вам отводится 120 секунд.

Главные мысли, формирующие нормы поведения

Автоматы, способные анализировать состояние сознания (1), составлять долгосрочные детальные прогнозы его развития, способны разрабатывать правила поведения (2), т.е. правовые и моральные нормы, непрерывно контролировать и оптимизировать их, соблюдение – это мираж (3), невыполнимая мечта или реальная научная перспектива (4), к которой должны стремиться строители современного общества, если они хотят полностью использовать преимущества своего строя? Факт возникновения деонтики, или логики норм, позволяет сегодня, по крайней мере, говорить о возможности ответить (5) на этот вопрос. Совместная жизнь людей, взаимосвязь их личных и общественных интересов всегда регулировались определенными нормами (6). Отсутствие таких норм сделало бы жизнь общества невозможной (7). Растущая сложность общественных отношений (8), постоянное расширение и углубление связей между людьми в процессе построения современного общества делает решение проблемы научного построения правовых и моральных норм (9), создания рациональной методики их составления, входящей как компонент в систему регулирования общественной жизни, актуальной задачей современности (10).

Инструкция к части 2: По истечении 120 секунд запишите главные мысли текста с учетом их логической последовательности.

Продуктивность запоминания вычисляется по выражению

$$x = \frac{S}{10} \times 100,$$

где S – сумма правильно воспроизведенных мыслей.

Теперь на основании выполненных тестов вычислите среднюю продуктивность запоминания военнослужащего.

Просуммируйте результаты, полученные во всех четырех тестах, и сумму разделите на четыре.

Тест 1 . . . %

Тест 2 . . . %

Тест 3 . . . %

Тест 4 . . . %

$$x = \frac{\text{Сумма}}{4} = \dots \%$$

Например, если при выполнении четырех тестов военнослужащий имел следующие результаты: 40, 60, 30 и 70 %, то средняя продуктивность запоминания составит 50%.

Запишите все полученные данные в предлагаемую таблицу, для сравнения их с результатами итогового теста, который военнослужащий будете выполнять, когда закончите работать по тренировке памяти

Вводный тест был проверен более чем на 2000 испытуемых – успешных представителей силовых структур [7]. Средние данные, полученные при этой проверке, примем в качестве эталона, с которым можно сравнить результаты респондента.

Эталон для сравнения представлен в табл. 1. Определяется продуктивность запоминания военнослужащего согласно предложенному эталону.

Табл. 1. – Ключ к оценке продуктивности запоминания

Проценты	Уровень	Ваша продуктивность запоминания согласно вводу (итоговому)				
		Тест 1	Тест 2	Тест 3	Тест 4	В среднем
100	Отличный					
90–100	Очень хороший					
70–90	Хороший					

40–70	Удовлетворительный					
30–40	Плохой					
0–30	Очень плохой					

Продуктивность памяти определяется не только скоростью и точностью запоминания, но и длительностью сохранения стимульного материала. Поэтому как ежедневно, так и через месяц тренировки по указанной системе надо проверять точность воспроизведения информации.

3 этап. Подбор методического инструментария и составление программы индивидуальной, групповой, самостоятельной тренинговой работы должен иметь два раздела. Первый раздел – программа по «подготовке» познавательных процессов военнослужащего для успешного освоения приемов запоминания. 2 раздел – система тренинговых занятий с психологом и упражнений для ежедневных самостоятельных тренировок для реального усвоения названных приемов и формирования мнемотехнических навыков, необходимых военнослужащему в профессиональной деятельности.

Методическая основа подбора инструментария для первого раздела – обеспечение повышение уровня осознанности ощущений: зрительных, слуховых, обонятельных, осязательных, вкусовых и их представлений. Требование постоянной готовности военнослужащего к опасной ситуации должно по-своему организовывать мышление, реакцию, внимание, память.

С одной стороны, военнослужащему, который часто находится в стрессогенной ситуации, необходимо уметь быстро переключать внимание с одного объекта на другой либо «стирать на время» ненужную информацию для эффективного отдыха и подготовки к важному заданию.

С другой стороны, он должен уметь максимально сконцентрироваться для восприятия и обработки информации, активизируя все ощущения, и другие познавательные процессы. И хотя это умение обусловлено психофизиологическими особенностями военнослужащего, работа с подобранными упражнениями позволит не только подготовиться к восприятию специальных приемов обработки информации, но и улучшить работу познавательной

сферы. Авторы методики уверены, что активизация ощущения, внимания, воображения повысит эффективность обучения и самочувствия в целом.

В чем же принцип и суть методики подготовки? Основываясь на том, что существует асимметрия полушарий головного мозга: правое полушарие является эмоциональным, образным, левое – логическим, наша задача научить работать оба полушария одновременно, научиться воспринимать мир всеми органами чувств одновременно так, как это делали наши предки и еще способны делать наши дети. Это необходимо сделать прежде, чем приступить к основному этапу работы по усвоению мнемонических приемов.

Методика подготовки познавательных процессов может состоять из пяти частей. Каждая часть включает 5–6 упражнений, которые нужно выполнять ежедневно в течение трех дней. А далее переходить к следующей части упражнения и так до пятой.

Подбор упражнений логично осуществлять во взаимосвязи с результатами психодиагностики военнослужащего на втором этапе работы. Возможно, эти незатейливые упражнения вызовут у военнослужащих иронию. Но психолог должен убедить его, что «все гениальное просто» и ценности этого методического подхода для эффективности результата. Уже на четвертый день тренировок можно отметить улучшение общего состояния военнослужащего и его работоспособности. Это придаст ему уверенность и явится важным стимулом для дальнейших занятий и личностного развития в целом.

Пример подобранных упражнений для первого второго и третьего дня самостоятельных тренировок

Упражнение 1. Тренировка алма внимания.

В удобном положении, расслабившись, рассматривайте кисть руки, стараясь почувствовать каждый миллиметр. Смотреть рекомендуется только на кисть (можно моргать). Если внимание пытается «уйти», постарайтесь его вернуть. Во время выполнения упражнения в голове не должно быть ни одной мысли. Что нам дает «пустота» в голове? Мысль есть энергия. Когда энергия не спокойна, а «носится» в хаосе, то в таком состоянии гораздо сложнее достигнуть желаемого результата. Причем человек быстро устает. Полное отсутствие мыслей и легкость владения вниманием дают удивительное состояние легкости и свободы. Нужно начинать выполнять упражнения с 5–7 секунд, постепенно доводя до 10 минут. В сумме в день вы должны заниматься этим уп-

ражением 10 минут (четыре-пять раз). При этом каждый новый подход делать по-разному (под разным углом зрения, в разном положении, в другом кресле, в другом настроении и т. д.). Упражнение освоено, когда вы сможете удерживать взгляд на кисти руки, ни о чем не думая, столько, сколько хотите. Постепенно вы освоите это упражнение. Его выполнение не будет составлять особого труда.

Упражнение 2. Мгновенное фото.

Когда вы прогуливаетесь, находитесь в транспорте или очереди, поуглаживайте следующим образом. Бросьте короткий взгляд на прохожего, какой-либо предмет и т. д., закройте глаза и постарайтесь ярко и четко увидеть его в течение 2–7 секунд (в зависимости от ситуации). В момент, когда открыли глаза, можете продолжить двигаться. Останавливаться не обязательно. Постепенно вы научитесь вызывать четкое и яркое «мгновенное фото» и удерживать его в воображении столько, сколько захотите. Потренировавшись некоторое время с закрытыми глазами, переходите на тренировку с открытыми глазами, т. е. вы должны, посмотрев на «фото», видеть (отвернувшись) на любом фоне запоминаемую картину.

Упражнение 3. «Фигуры».

Попросите кого-либо разложить спички на столе и накрыть листом бумаги, а затем на 1–2 секунды поднять его и показать вам полученную фигуру. Посмотрев, вы закрываете глаза и стараетесь посчитать количество. Затем открываете глаза и выкладываете из запасенных ранее спичек сфотографированную фигуру. Затем поднимаете лист и сверяете количество и правильность расположенных спичек с оригиналом. По мере тренированности запоминаете разноцветные спички или палочки (количество, место расположения и цвет). Переходить к следующему упражнению можно в случае, если вы свободно удерживаете в воображении не менее десяти спичек.

Упражнение 4. Воображение.

Обработка состояния «пустоты» в голове и яркости воображения. Выберите предмет или точку. Он должен у вас вызывать приятное или безразличное отношение. Смотрите на него, ни о чем не думая (взгляд концентрируется в центре и охватывает весь предмет). Смотрите, ни о чем не думая, сколько это будет возможно, впитывая в воображение предмет. Как только почувствуете, что вот-вот возникнет отвлекающая мысль, закрывайте глаза и старайтесь максимально ярко увидеть предмет. Это позволит удержать состояние «безмыслия» и усилить четкость видения предмета. Секрет упражнения заключается в следующем: когда

у человека мысли в голове роятся беспорядочно, так называемый «шум» имеет высокий уровень. За счет этого «шума» человек устает, забывает, т.е. теряет ход мыслей, информацию, на начальном этапе занятий возникают серьезные трудности при отработке яркости воображения.

Упражнение 5. Простукивание.

Возьмите линейку (или другой предмет) и мягко ударяйте себя по плечам, рукам и т. д., стараясь как можно быстрее и четче восстановить ощущения после прикосновения линейкой. Постарайтесь натренироваться до уровня, когда ощущения будут повторяться мгновенно по вашему желанию. За время тренировок нужно поменять 20–30 различных предметов (ремень, вата, игла и т.д.).

Подготовка инструментария для второго раздела (тренинг памяти) является знакомым для войскового психолога процессом.

Для дальнейшего развития памяти военнослужащего предлагается следующий алгоритм работы:

1. Необходимо познакомить его с теоретическими вопросами психологии памяти и общими принципами запоминания [2; 7; 9; 14].

2. Далее следует этап отработки отдельных приемов и методов запоминания и формирование навыка запоминания логически не связанной информации (последовательности слов, чисел, буквосочетаний, марок машин).

3. Параллельно с этим должен идти процесс формирования в психике разветвленной системы опорных образов и системы образных кодов на часто повторяющиеся элементы (двухзначные и трехзначные числа, имена).

4. Психолог знакомит военнослужащего с техникой запоминания различных видов информации (телефонов, дат, фамилий, научных определений, небольших информационных сообщений и т.д.).

5. Знакомство с техникой запоминания иностранной лексики.

Для овладения приемами запоминания военнослужащему следует проводить регулярные тренировки в свободное время, отрабатывая приемы запоминания на улице, в магазине, на работе. При этом нужно выполнять специальные упражнения в зависимости от их объема и вида запоминаемой информации.

Как указано выше, следует начинать работу над совершенствованием памяти военнослужащего со знакомства с принципами работы памяти, которые являются фундаментом мнемонических приемов и залогом их эффективности в перекодировке информации. Для дальнейшего усвоения мнемотехники необходимо вспомнить особенности ассоциативного восприятия информации и изучить способы осознанной ее обработки для успешного запоминания текста. Военнослужащему под руко-

водством психолога нужно разобраться в технике работы приемов «Вхождение в текст», «Последовательные ассоциации», «Акронимы и акростихи», «Образное группирование», «Ключевое слово» для их использования при самостоятельных тренировках и в дальнейшей профессиональной деятельности [14].

Всем участникам тренингового процесса нужно осознать, что приемы запоминания представляют собой лишь малую часть того, что нужно знать для эффективного запоминания. Большое значение имеют формирование навыка запоминания, достигаемое путем последовательной отработки каждого отдельного приема, выполнение дополнительных психотехнических упражнений, направленных на развитие образного представления, устойчивости внимания.

При этом войсковому психологу нужно помнить, что исходя из психологической структуры деятельности «мотив, цель, способ выполнения, результат», в научных исследованиях были кодифицированы компоненты мнемической и мыслительной деятельности для лиц, получающих образование [3].

Структура мнемической деятельности включает: мотив (приобретение знаний), мнемическую цель (интериоризацию знаний), способы запоминания (механический, вербально-логический, эмоциональный, образный, двигательный), результат (успешность усвоения – возможность экстерииоризации знаний).

Структура мыслительной деятельности включает мотив (приобретение знаний), мыслительную цель (интериоризацию знаний), способ выполнения (мыслительные операции), результат (успешность усвоения – возможность экстерииоризации знаний).

Из представленных схем видно, что мыслительная и мнемическая деятельности различаются только способами обработки информации, поэтому неотъемлемой частью системы является тренировка логики и мышления.

Для работы в указанном направлении может использоваться дополнительно компьютерная программа «Зеленый остров», разработанная компанией «Темпо-глобал» [4]. Ценность ее заключается в том, что в ней предлагаются не только упражнения, но и комментарии, где указываются тренируемые свойства познавательных процессов и автоматически ведется журнал тренировок.

Значительный тренинговый эффект достигается в течение 3–6 месяцев системной работы.

4 этап. Психодиагностика тренингового эффекта проводится каждую неделю с модификациями вводного (итогового теста).

5 этап. Выработка индивидуального стиля познавательной деятельности военнослужащего на основе особенностей памяти.

Известно, что в процессе обучения усваиваются знания, формируются навыки и умения. Что касается развития памяти, то нужно отметить, что знание приемов запоминания и процессов, которые происходят при этом в коре головного мозга, почти не дают эффекта на практике. Так, человек, знающий как нужно плыть, оказывается беспомощным в воде, если не умеет этого делать. Навык – это способность выполнения автоматизированных действий, когда человек выполняет нужные операции, не задумываясь, как не думает он при ходьбе, как переставлять ноги. Чтобы память работала с полной производительностью, нужно добиться твердых навыков в выполнении приемов. Для того чтобы было легче добиться автоматизма и приемы работали совокупно, а не каждый сам по себе, они должны быть сведены в единый алгоритм работы над текстом.

1. Пробежать текст, не читываясь в него, для определения частей и сложности информации.

2. Составить логическую матрицу текста, если информация не сложная, либо схему для понимания текста.

3. Прочитать текст еще раз и сформировать единицы информации по идеям логической матрицы.

4. Установка: самоприказ, настроенность на запоминание большого объема информации.

5. Запоминание определений слово в слово методом «образный диктант».

6. Запоминание каждой единицы информации методами «вхождения в текст», «образное группирование», «костыли» и периодическим сканированием текста

7. Пересказ текста по единицам информации с соблюдением графика повторов. Первый повтор – через 10–30 минут. Второй повтор – перед сном. Третий повтор – через 24 часа. Четвертый повтор – через 7 дней. Пятый повтор – через 30 дней. Шестой повтор – через 180 дней.

Резюмируя, представленная методика тренировки памяти имеет научную и практическую значимость для развития профессионально важных качеств военнослужащего. Представленные аспекты наработок военного психолога апробированы в течение 20-ти лет и созданы с учетом как научного наследия, так и современных условий и требований профессиональной деятельности военнослужащего, позволяют эффективность работы на основе системного подхода к личности и обеспечения индивидуального ее развития.

Список использованных источников

1. Авшарян Г. Тренинг памяти. Как научиться с ходу запоминать любую информацию / Г. Авшарян. – М.: АСТ: СПб.: Прайм-Еврознак, 2008.

2. Бьюзен Т. Супер – память / Т. Бьюзен. – пер. с англ. – 6-е изд. – М.: Попурри, 2008.

3. Ивашко С.Г. Мнемическая деятельность: психологические условия активизации / С.Г. Ивашко, Л.В. Марищук. – Минск: Респ. ин-т высш. школы, 2014.

4. Интеллект-тренажер. [Электронный ресурс] / Tempo-глобал // – Режим доступа: http://selectionmy.ucoz.ru/news/skachat_intellekt_trenazher_9_in_1_besplatno/2012-05-16-317 – Дата доступа: 30.01.2017.

5. Карвасарский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия / Б.Д. Карвасарский – СПб.: Питер 2007.

6. Климов Е.А. Основы психологии: учеб. для вузов / Е.А. Климов. – М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1997.

7. Лезер Ф. Тренировка памяти / Ф. Лезер. – М.: Воен. академ, 1989.

8. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2001.

9. Ллусия Т. Не забудь! Тренировка памяти / Т. Ллусия, Р. Рубинш. – пер. с англ. Е.С. Скиперской. – М.: АСТ: СПб.: Прайм-Еврознак, 2007.

10. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б.Ф. Ломов. – М.: Наука, 1999.

11. Лурия А.Р. Эволюционное введение в психологию / А.Р. Лурия. – М.: Изд-во МГУ, 1975.

12. Марищук Л.В. Психология: учеб. пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под ред. Л.В. Марищук. – Минск: Тесей, 2013.

13. Платонов К.К. Проблемы способностей / К.К. Платонов. – М.: Наука, 1972.

14. Пугач Ю.К. Развитие памяти. Система приемов / Ю. Пугач. – Минск: Харвест, 1995.

15. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание / С.Л. Рубинштейн. – М.: АН СССР, 1957.

16. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – М.: Учпедгиз, 1946.

© *Marischuk L.V., Kazachonok Zh.I., 2017*

SOME METHODOLOGICAL ASPECTS OF MILITARY MEN` MEMORY DEVELOPMENT

A purposeful memory training method using by authors during a long time proposed to military psychologists represented in this article. Five stages of method using based on detailed study not only the memory but other cognitive processes and client's whole person. Activity and age specifics of military men took into account were one of the causes determined its effectiveness. A wide spectrum of memory development programs and methods exists does not lower the actuality to find conjunctions of known and unknown exercises, effective methods to activate military men` mnemonic activity.

Keywords: *cognitive processes, memory training, memory types and characteristics, professional significant qualities, military men.*

Майстренко Владимир Викторович, начальник филиала, Филиал ВУНЦ Сухопутных войск «Общевойсковая академия Вооружённых сил Российской Федерации» в г. Казани, генерал-майор, г. Казань (Российская Федерация). E-mail: kvvku@mail.ru.

Малахова Ольга Юрьевна, доцент кафедры общеобразовательных дисциплин, Оренбургский институт путей сообщения – филиал ФГБОУ «Самарский государственный университет путей сообщения», кандидат педагогических наук, доцент, г. Оренбург (Российская Федерация). E-mail: olgamal74@mail.ru.

Марихин Сергей Васильевич, профессор кафедры летной эксплуатации и профессионального обучения авиационного персонала, Санкт-Петербургский государственный университет гражданской авиации, доктор педагогических наук, кандидат психологических наук, доцент, г. Санкт-Петербург (Российская Федерация). E-mail: serg_marihin@mail.ru.

Маришук Владимир Лаврентьевич, профессор кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин, Военный институт физической культуры, доктор психологических наук, доктор философских наук, профессор, Заслуженный деятель науки Российской Федерации, г. Санкт-Петербург (Российская Федерация), г. Минск (Республика Беларусь).

Маришук Людмила Владимировна, профессор СК-7, Институт национальной безопасности Республики Беларусь, профессор кафедры теории права, управления и психологии, Филиал Российского государственного социального университета в г. Минске, доктор психологических наук, кандидат педагогических наук, профессор, г. Минск (Республика Беларусь). E-mail: marichshuk@yandex.by.

Медведев Александр Владимирович, начальник военной кафедры, Витебский государственный университет им. П.М. Машерова, полковник, г. Витебск (Республика Беларусь). E-mail: medvedev.by@yandex.ru.

Мельник Юлия Александровна, преподаватель кафедры иностранных и русского языков, Омский автобронетанковый инженерный институт (филиал) Военной академии материально-технического обеспечения имени генерала армии А.В. Хрулёва, г. Омск (Российская Федерация). E-mail: ulya0783@mail.ru.

Мельникова Маргарита Игоревна, аспирант кафедры методологии инженерной деятельности, Казанский национальный исследовательский технологический университет, г. Казань (Российская Федерация). E-mail: kazakova-ulyana@mail.ru.

Михелькевич Валентин Николаевич, профессор кафедры психологии и педагогики, Самарский государственный технический университет, доктор технических наук, профессор, Заслуженный деятель науки и техники Российской Федерации, действительный член Российской экологической академии, г. Самара (Российская Федерация). E-mail: J918@yandex.ru.

Мишин Роман Валерьевич, адъюнкт кафедры педагогики, Военный университет Министерства обороны Российской Федерации, г. Москва (Российская Федерация). E-mail: mishinroman1108@mail.ru.

Морозов Сергей Васильевич, старший преподаватель кафедры тактики и общевойсковых дисциплин, Вольский военный институт материального обеспечения, г. Вольск (Российская Федерация). E-mail: v.v.v.u.t@mail.ru.

Мухлядо Виктор Казимирович, старший преподаватель кафедры спортивно-педагогических дисциплин факультета физического воспитания, Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка, Заслуженный тренер Республики Беларусь, г. Минск (Республика Беларусь). E-mail: bor_ang@mail.ru.

Мякинкова Светлана Николаевна, преподаватель кафедры психологии и педагогики, Самарский государственный технический университет, г. Самара (Российская Федерация). E-mail: msn_77@mail.ru.

Наум Петр Юрьевич, доцент кафедры общей педагогики, Современная гуманитарная академия (Новосибирский филиал), кандидат педагогических наук, г. Новосибирск (Российская Федерация). E-mail: petr.naumov.777@mail.ru.

Невдах Светлана Игоревна, заместитель начальника центра развития педагогического образования, Белорусский государственный педагогический университет имени максима Танка, доктор педагогических наук, доцент, г. Минск (Республика Беларусь). E-mail: nevдах_s@tut.by.

Носков Сергей Александрович, старший преподаватель кафедры психологии и педагогики, Самарский государственный технический университет, г. Самара (Российская Федерация). E-mail: noskovsergey26@gmail.com.

Носкова Анна Ильинична, доцент, Казанский (Приволжский) федеральный университет, кандидат филологических наук, доцент, г. Казань (Российская Федерация). E-mail: anastrella@mail.ru.

Носов Е.А., доцент кафедры организации и методики образовательного процесса, ВУНЦ ВМФ «Военно-морская академия имени Н.Г. Кузнецова», кандидат педагогических наук, доцент, г. Санкт-Петербург (Российская Федерация). E-mail: evgan08@yandex.ru.

Орехов Ян Владимирович, начальник военного оркестра, Филиал ВУНЦ Сухопутных войск «Общевойсковая академия Вооружённых сил Российской Федерации» в г. Казани, аспирант кафедры методологии инженерной деятельности, Казанский национальный исследовательский технологический университет, Народный артист Республики Татарстан, г. Казань (Российская Федерация). E-mail: yan-orekhov@yandex.ru.

Оскирко Ольга Владимировна, доцент кафедры бухгалтерского учета и финансов, Кемеровский государственный сельскохозяйственный институт, кандидат экономических наук, доцент, г. Кемерово (Российская Федерация). E-mail: oolga747@bk.ru.