

жен приступить к непосредственному решению технических задач ориентирования, максимально абстрагируясь от окружающих помех.

Психологическая готовность лыжника-ориентировщика определяется: уверенностью в своих силах конкурировать в борьбе за самые высокие места; боевым духом, обеспечивающим стремление к победе и способствующим раскрытию резервных возможностей; спокойствием (хладнокровием) в экстремальных ситуациях в случае совершения технических или тактических ошибок.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Блиневская, В.С. Лыжное ориентирование. Теория и технология специальной подготовки квалифицированных спортсменов : монография / В.С. Блиневская. – М. : Теория и практика физической культуры, 2006. – 268 с.

2. Блиневский, А.Ю. Тактика работы с картой на дистанциях лыжного ориентирования / А.Ю. Блиневский, В.С. Блиневская // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 7. – С. 73-76.

#### REFERENCES

1. Bliznevskaya, V. S. (2006), *Ski orientation. The theory and technology of special training of the qualified athletes: monograph*, Theory and practice of physical culture, Moscow.

2. Bliznevsky, A.Yu. and Bliznevskaya, V.S. (2007), “Tactics of work with the card at distances of ski orientation”, *Theory and practice of physical culture*, 2007. No. 7, pp. 73-76.

**Контактная информация:** bliznevsky58@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 30.08.2015.*

УДК 796.011:159.9

### **ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДЫ КОРРЕКЦИИ ПСИХОСОМАТИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ПОДРОСТКОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ В РАМКАХ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ**

*Татьяна Анатольевна Жмурова, кандидат биологических наук, преподаватель,*

*Надежда Георгиевна Георгиева, преподаватель,*

*Крымский федеральный университет им. В.И. Вернадского (КФУ), г. Симферополь*

#### **Аннотация**

В данной статье рассматривается эффективность применения инновационных методов (рефлекторный вид массажа и техники телесно-ориентированной терапии) на психосоматическое состояние подростков, относящихся к специальным медицинским группам в рамках занятий по физическому воспитанию.

**Ключевые слова:** подростки, психоэмоциональное состояние, инновационные методы, рефлекторно-мышечный массаж, техники телесно-ориентированной терапии, мышечный тонус, адаптация, физическая реабилитация.

**DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.08.126.p216-222**

### **INNOVATIVE METHODS OF CORRECTION OF THE PSYCHOSOMATIC CONDITION OF TEENAGERS OF SPECIAL MEDICAL GROUP WITHIN EDUCATIONAL PROCESS ON PHYSICAL TRAINING**

*Tatyana Anatolyevna Zhmurova, the candidate of biological sciences, teacher,*

*Nadezhda Georgievna Georgieva, the teacher,*

*Crimean Federal University of V.I. Vernadsky, Simferopol*

#### **Annotation**

This article discusses the effectiveness of innovative methods (a reflex type of massage and techniques of body-oriented therapy) for the adolescent psychosomatic condition relating to the special medical group within the physical education classes.

**Keywords:** teenagers, psycho-emotional condition, innovative methods, reflex and muscular massage techniques of body-oriented therapy, muscular tone, adaptation, physical rehabilitation.

## ВВЕДЕНИЕ

На сегодняшний день организационно-педагогические факторы учебного процесса предъявляют повышенные требования к управлению процессами центральной нервной системы (ЦНС) и всегда сопровождаются психическим и физическим напряжением, проявляющимся через снижение физической и психофизиологической работоспособности организма. В силу неравномерности физиологических и психических процессов созревания дети 13-15 лет являются наиболее уязвимой группой населения. Так, в литературных источниках неоднократно подтверждена устойчивая тенденция к росту распространенности среди детей подросткового возраста заболеваний со сложными взаимосвязанными психическими и соматическими проявлениями [10]. Таким образом, увеличение числа детей, имеющих стойкие отклонения в морфофункциональном состоянии, приводящих к развитию патологических изменений в организме, обуславливает проблему обеспечения здоровья подрастающего поколения и представляется наиболее приоритетной в системе школьного образования [7]. Возможность использования в рамках учебного процесса по физическому воспитанию детей специальной медицинской группы, современных здоровьесберегающих технологий, направленных на совершенствование образовательной деятельности, и связанной с формированием фундаментальных подходов в обеспечении здоровья подрастающего поколения, определяет решение данной проблемы [8, 9].

Цель исследования – определение эффективности влияния комплексной программы инновационных методов на психосоматическое состояние организма подростков, относящихся к специальной медицинской группе (СМГ) в рамках учебного процесса.

## МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Основываясь на вышеизложенном, нами предложена комплексная программа коррекции психосоматического состояния подростков, относящихся к СМГ. С целью изменения неоптимального стереотипа мышечного тонуса программа включает:

- лечебный глубокий рефлекторно-мышечный массаж по авторской методике [1];
- технику телесно-ориентированной терапии (ТОТ) [5], обеспечивающих дифференцированный и индивидуальный подход коррекции нарушенного мышечного тонуса учащихся, относящихся к СМГ.

Методика глубокого рефлекторно-мышечного массажа основана на взаимосвязи функционально-структурных изменений в скелетных мышцах и состоянии внутренних органов, и наоборот, изменение состояния внутренних органов отражается на состоянии скелетных мышц при ведущей роли центральной нервной системы. Кроме того, проведенные исследования [2, 3, 4] показали, что такой массаж улучшает нарушенное кровообращение головного мозга (по данным РЭГ и УЗДГ), нормализует регуляторные процессы в организме (по данным кардиоинтервалографии), способствует снижению мышечного тонуса шеи, спины и области таза. По литературным данным [11], пассивное растягивание скелетных мышц на 1-2 см в течение 15-30 секунд усиливает в них кровоток на 30-65%, что увеличивает эффективность глубокого рефлекторно-мышечного массажа. В основе техники ТОТ лежит механизм поведенческой саморегуляции организма (П.К. Анохин, 1973), опирающийся на целостные врожденные паттерны афферентного синтеза и эфферентного ответа и многоуровневой кольцевой регуляции движений (Н.А. Бернштейн, 1990). Освоение упражнений техники ТОТ было разделено на два формационных и временных этапа, соответствующих семестрам обучения:

- первый этап (I семестр учебного года) – повышение чувствительности к кинестетическому восприятию посредством обучения приемам и методам определения в теле

структуры мышечных блоков, умения произвольно расслаблять избыточный, патологический мышечный тонус, посредством упражнений, направленных на создание мышечного напряжения с последующей релаксацией работающих мышц;

– второй этап обучения (II семестр учебного года) – обучение концентрации внимания на ощущениях воздействия силы тяжести, умении удерживать целостность структуры в движении и равновесии. То есть в содержание урока были включены корригирующие упражнения, позволяющие проводить выравнивание структуры тела.

В исследовании принимали участие группа мальчиков в возрасте 13-15 лет (n=34), относящихся к СМГ, общеобразовательных школ г. Симферополя. В контрольной (n=19) и основной (n=15) группах занятия по физической культуре проводились в течение учебного года в соответствии с рабочим календарным план-графиком (2 раза в неделю, продолжительностью 45 минут). Для подростков контрольной группы применяли методику классического массажа, с использованием всех основных массажных приёмов. Массаж проводился ежедневно, средней интенсивности, курс составлял 10 дней. Положение во время процедуры – лежа на животе, длительность сеанса в контрольной группе – 20-25 минут, интервал проведения 3 месяца.

С целью оценки эффективности предложенной рефлекторно-мышечного массажа и техники ТОТ как инновационных методов коррекции психосоматического состояния организма подростков, комплексная программа была применена к основной группе учащихся. Предложенные упражнения, основанные на методах ТОТ, занимали по объёму до 80% основной части урока. Сеанс глубокого рефлекторно-мышечного массажа длился до 30 минут, курс состоял из 10 процедур, с интервалом проведения 3 месяца. Методика рефлекторно-мышечного массажа, с целью изменения общего мышечного тонуса через центральные механизмы регуляции [2], предусматривала воздействие на мышцы, имеющие выраженную локальную болезненность и находящиеся в состоянии контрактуры. После массажа производилось пассивное растягивание массируемых мышц шеи и спины (наклоны, повороты, скручивания, сгибание, разгибание) в течение 15-30 секунд на каждое растягивание.

В качестве метода объективной оценки психосоматического состояния всем подросткам выполнялось исследование:

- экспресс-оценка уровня соматического здоровья [5];
- лабильности и силы нервной системы по психомоторным показателям с использованием методики теппинг-теста [12];
- темпа сенсомоторных реакций и особенностей внимания (табл. Шульте) [13];
- степени адаптационных возможностей личности. Тест агрессивности модификация опросника Басса-Дарки (адаптация Л.Г. Почебута) [13];
- самооценки уровня ситуационной и личностной тревожности в данный момент. Методика диагностики самооценки Ч.Д. Спилбергера, Л. Ханина [13].

Математический анализ полученных результатов проводился с использованием пакета статистической обработки данных Statistica 7.0.

## РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

На начало исследования у всех обследованных подростков отмечались достаточно небольшая выраженность силы нервных процессов; высокий уровень тревожности на фоне высокой степени агрессивности способствовал развитию псевдоневрологических состояний, снижению работоспособности, нарушению внимания, нарушение тонкой координации и мышечного тонуса; сниженный уровень соматического здоровья и низкий уровень адаптационных возможностей организма подростков. Так, жизненный индекс (ЖИ, мл/кг) и силовой индекс (СИ, %) был ниже возрастной нормы на 40% и 50% соответственно. Функциональные показатели адаптации сердечно-сосудистой системы к нагрузкам имеют негативное отклонение от нормы на 30%. Начатые нами исследования

показали высокую эффективность глубокого рефлекторно-мышечного массажа по сравнению с классическим массажем. Классический массаж, охватывая большую зону воздействия одномоментно, вызывает чрезмерное возбуждение вегетативных образований шейного уровня, что приводит к усугублению нарушений равновесия основных процессов в центральной нервной системе (ЦНС) и изменений механизмов регуляции. Использование на уроках по физическому воспитанию принципа ТОТ – соединение сознания и тела, через концентрацию внимания в различные области тела повышало способности к осознанию собственных телесных ощущений, а также выработку умения расслабляться через сосредоточение, в сочетании с воздействием от рефлекторного массажа, являющимся адекватным раздражителем для рецепторного аппарата верхнего шейного симпатического узла, способствует улучшению функционального состояния ЦНС и благоприятным образом отразилось на характеристиках сбалансированной работы нервных процессов (таблица 1).

Таблица 1

**Сравнительная характеристика показателей динамики силы нервной системы школьников специальной медицинской группы ( $\bar{X} \pm S_x$ ; n=34)**

	Исходные показатели			В конце года		
	ОГ	КГ	p	ОГ	КГ	p
КСНС правая рука, %	19,4±7,6	19,5±2,8	≥0,05	46,1±6,4**	20,5±3,0	≤0,001
КСНС левая рука, %	15,1±5,1	15,9±4,7	≥0,05	29,9±3,7**	18,9 ±3,7	≤0,05
Эффективность работы, сек	55,1±1,7	54,6±1,4	≥0,05	47,9±1,5 ***	51,8±1,2	≤0,001
Психическая устойчивость, баллы	1,30±0,04	1,30±0,04	≥0,05	0,9±0,01 ***	1,20±0,05	≤0,001
Степень вработываемости, баллы	1,10±0,01	1,10±0,01	≥0,05	0,90±0,01 ***	1,10±0,01	≤0,001

Примечание: достоверность различий \* – p≤0,05, \*\* – p≤0,01, \*\*\* – p≤0,001

Так, улучшились показатели КСНП правой (55,5%, p≤0,001) и левой руки (36,8%, p≤0,05), свойств внимания – устойчивость внимания (25%, p≤0,001), объем внимания (18,2%, p≤0,001) (таблица 1).

Анализ полученных результатов свидетельствует, что применение комплексной программы коррекции психосоматического состояния подростков в рамках учебного процесса по физическому воспитанию в основной группе достоверно снизили как уровень реактивной (23,6%, p≤0,01), так и личностной (24,5%, p≤0,01) тревожности, что может рассматриваться в качестве индикатора уменьшения психоэмоционального напряжения (таблица 2). Использование на уроках по физическому воспитанию методов телесно-ориентированной терапии в сочетании с курсами рефлекторного вида массажа способствовало активизации работы нервной системы, прежде всего нейродинамических показателей – силы, уравновешенности и подвижности, которые играют основную адаптивную роль.

Таблица 2

**Динамика уровня психоэмоционального состояния школьников специальной медицинской группы**

	ОГ (n=15)			КГ (n=19)		
	До	После	Тэмп	До	После	Тэмп
Вербальная агрессия	5,0	3,4**	6**	5,0	4,7	67,0
Физическая агрессия	4,2	2,3*	1**	4,2	3,0	39,0 *
Предметная агрессия	3,4	2,2**	3**	3,4	3,4	106,0
Эмоциональная агрессия	4,6	2,7**	1**	4,6	4,1	52,5 *
Самоагрессия	4,9	2,9	0**	4,6	3,7	37,0 **
Общая сумма	22,1	13,4**	0**	20,7	22,7	164,5
Ситуационная тревожность	41,9	32,0**	3**	42,0	41,1	55,5
Личностная тревожность	37,9	28,6**	1**	38,1	38,0	81,0

Примечание: достоверность различий \* – p≤0,05, \*\* – p≤0,01, \*\*\* – p≤0,001

Анализ показателей психоэмоционального состояния подростков основной группы свидетельствовал о значительном снижении общего уровня агрессивности (40,8%,

$p \leq 0,01$ ), что характеризует повышение адаптационных возможностей, эмоциональной устойчивости и волевых свойств личности. По каждому типу поведения, зафиксированные до курса коррекции, снизились (таблица 2).

Полученные результаты свидетельствуют о том, что глубокий рефлекторно-мышечный массаж шеи и спины в сочетании с последующим растягиванием для улучшения состояния этих мышц, способствовали улучшению их иннервации. Это усиливало афферентную импульсацию, снижало повышенный тонус симпатической нервной системы, нормализуя вегетативные регуляторные процессы организма подростков, учитывая что проприоцептивным импульсам более, чем экстероцепции, свойственны стимулирующее влияние на нервную трофику органов и тканей, в том числе и мозга.

Включение в основную часть уроков по физическому воспитанию комплексов ТОТ, в течение учебного года, способствовало формированию навыков дифференцировать ощущения собственного тела, усилению корригирующих и оздоровительно-профилактических эффектов, в форме положительных нейро-вегетативно-эндокринных изменений связанных с изменением уровня соматического состояния организма мальчиков (таблица 3).

Таблица 3

**Изменение уровня соматического состояния организма школьников специальной медицинской группы**

	Исходные показатели			В конце года		
	ОГ	КГ	p	ОГ	КГ	p
ЖИ, мл/ кг	33,1±2,5	33,8±1,9	≥0,05	33,9±2,2	39,0±1,8	≥0,05
СИ, %	0,3±0,03	0,3±0,02	≥0,05	0,4±0,03 *	0,3±0,02	≤0,05
ИР, усл.ед	87,9±2,4	83,3±2,8	≥0,05	81,4±2,3	85,5±1,7	≥0,05
Масса/длина тела, центили	92,3±1,6	90,6±1,4	≥0,05	89,3±1,6	77,2±4,6*	≤0,05
Индекс Руфье, усл. ед.	10,7±0,2	10,7±0,2	≥0,05	8,2±0,3***	10,3±0,2	≤0,001

Примечание: достоверность различий \* –  $p \leq 0,05$ , \*\* –  $p \leq 0,01$ , \*\*\* –  $p \leq 0,001$

Так, после курса коррекции отмечена достоверная положительная динамика степени развития мышечной силы (25%,  $p \leq 0,05$ ), адаптационных возможностей сердечно-сосудистой системы (23,4%,  $p \leq 0,001$ ). Таким образом, действие комплексной программы с использованием инновационных методов – техники ТОТ и рефлекторно-мышечного массажа, влияющие физические упражнения, в рамках учебного процесса по физическому воспитанию в сочетании с классическим массажем, обладают выраженным оздоровительно-профилактическим эффектом, связанным с уменьшением психоэмоциональной напряженности и расширением функциональных резервов организма подростков, относящихся к СМГ.

**ВЫВОДЫ**

Использование в учебном процессе по физическому воспитанию подростков специальной медицинской группы методов телесно-ориентированной терапии в сочетании с техникой рефлекторно-мышечного массажа способствует повышению адаптационных возможностей подростков специальной медицинской группы.

Использование в учебном процессе по физическому воспитанию комплексной программы нивелируют сформировавшиеся в ходе заболеваний патологические условно-рефлекторные связи, тем самым способствуя восстановлению нормальной регуляторной функции ЦНС. Результаты проведенных исследований доказывают эффективность мероприятий, проводимых по предлагаемой схеме

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Аксенова, А.М. Способ массажа. Патент № 2103971 [Электронный ресурс] // URL : <http://www.freepatent.ru/patents/2103971>. – Дата обращения 01.07.2015.

2. Аксенова, А.М. Глубокий рефлекторно-мышечный массаж и растягивание скелетных мышц при заболеваниях внутренних органов / А.М. Аксенова, Н.И. Аксенова. – Воронеж : Изд-во Воронежского гос. ун-та, 2006. – 347 с.
3. Аксенова, А.М. Влияние глубокого рефлекторно-мышечного массажа на кровообращение головного мозга / А.М. Аксенова, К.М. Резников, В.В. Андреева // Вопросы курортологии, физиотерапии и ЛФК. – 1997. – № 3. – С. 19-21.
4. Аксенова, А.М. Исследование кардиоинтервалограммы после глубокого рефлекторно-мышечного массажа и растяжения скелетных мышц / А.М. Аксенова, К.М. Резников, О.В. Трофимова // Вариабельность сердечного ритма: теоретические аспекты и практическое применение : тезисы международного симпозиума. – Ижевск, 1996. – С. 8-9.
5. Апанасенко, Г.Л. Спорт для всех и новая феноменология здоровья / Г.Л. Апанасенко // Наука в олимпийском спорте. – 2000. – Спецвыпуск. – С. 36-40.
6. Барлоу, У. Техника Александра / У. Барлоу. – М. : Полина М, 1999. – 89 с.
7. Безруких, М.М. Сохранение здоровья детей как важное направление развития системы образования / М.М. Безруких // Научные исследования в образовании. – 2011. – № 7. – С. 1-9.
8. Буков, Ю.А. Возможности оптимизации учебного процесса по физическому воспитанию учащихся специальной медицинской группы / Ю.А. Буков, Н.Г. Георгиева / Физическое воспитание студентов. – 2012. – № 3. – С. 22-25.
9. Буков, Ю.А. Здоровьесберегающие технологии и методы телесно-ориентированной терапии на уроках физического воспитания учащихся специальной медицинской группы / Ю.А. Буков, Н.Г. Георгиева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 6 (124). – С. 31-36.
10. Влияние продольного растяжения скелетной мышцы на ее кровоснабжение в покое и при изометрических тетанусах / В.А. Левтов, А.Т. Матчаков, В.В. Орлов, Н.Я. Шустова // Механизмы регуляции кровоснабжения скелетных мышц : сборник трудов. – Рига, 1985. – С. 76-83.
11. Буряк, В.Н. Структура вегетативных дисфункций в пубертатном возрасте / В.Н. Буряк // Здоровье ребенка. – 2007. – № 2 (5). – С. 95-98.
12. Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учебное пособие / ред. Д.Я. Райгородский. – Самара : Бахрак, 2001. – 672 с.
13. Психология подростка. Практикум. Тесты, методики для психологов, педагогов, родителей / ред. А.А. Реан. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 128 с.

#### REFERENCES

1. Aksenov, A.M. (1998), *The method of massage*, Patent number 2103971, available at: <http://www.freepatent.ru/patents/2103971>.
2. Aksenov A.M. and Aksenov, N.I. (2006), *Deep reflex muscle massage and stretching skeletal muscle diseases of internal organs*, publishing house Voronezh State University, Voronezh.
3. Aksenov, A.M., Reznikov, K.M. and Andreeva, V.V. (1997), “Influence of deep-muscle massage reflex on the circulation of the brain”, *Issues of balneology, physiotherapy and exercise therapy*, No 3, pp. 19-21.
4. Aksenov, A.M., Reznikov, K.M. and Trofimov, O.V. (1996), “Research cardiointervalogram after a deep-muscle massage reflex and stretch the skeletal muscles”, *Heart rate variability: theoretical aspects and practical application. Proceedings of the International Symposium*, Izhevsk, pp. 8-9.
5. Apanasenko G.L., (2000), “Sport for All and the new phenomenology of health”, *Science in Olympic sport (special issue)*, pp. 36-40.
6. Barlow, Wilfred (1999) *Alexander Technique*, publishing house “Pauline M”, Moscow.
7. Bezrukov, M.M. (2011), “Saving children’s health as an important area of development of the educational system”, *Research in education*, No. 7, pp.1-9.
8. Bukov, Yu.A. and Georgieva, N.G. (2012), “Possibilities of optimization of educational process in physical education students of special medical group”, *Physical education students*, No. 3, pp. 22-25.
9. Bukov, Yu.A. and Georgieva, N.G. (2015), “School health technologies and techniques of body-oriented therapy at lessons of physical education of students of special medical groups”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 124, No. 6, pp. 31-36.
10. Lefty V.A., Marchak, A.T., Orlov, V.V. and Shustov, N.Y. (1985), “Influence of longitudinal stretching skeletal muscle its blood supply at rest and during isometric tetanus”, *Mechanisms of regulation of the blood supply to skeletal muscle, collection*, Riga, pp. 76-83.

11. Buryak V.N. (2007), "The structure of the autonomic dysfunctions in adolescence", *Child Health*, No 2, pp. 95-98.

12. Ed. Raygorodsky, D.Ya. (2001), *Practical psychodiagnosis, Procedures and tests. Tutorial*, publishing house "Bakhak", Samara.

13. Ed. Rean A.A. (2003), *Psychology teenager. Workshop. Tests techniques for psychologists, pedagogues', parents*, Prime EVROZNAK, St. Petersburg.

**Контактная информация:** g-nadia@list.ru

*Статья поступила в редакцию 19.08.2015.*

**УДК 159.95**

## **К ВОПРОСУ О СВЯЗИ ПОНИМАНИЯ СИТУАЦИЙ И СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА**

*Ксения Владимировна Линкевич, аспирант,  
Санкт-Петербургский государственный университет (СПбГУ)*

### **Аннотация**

Работа посвящена вопросу связи социального интеллекта и понимания людьми ситуаций. Приведены результаты эмпирического исследования корреляции между выполнением испытуемыми теста «Диагностика уровня развития способности к адекватной интерпретации невербального поведения» (В.А. Лабунская) и выполнением заданий на понимание рисованных ситуаций.

**Ключевые слова:** понимание, рисованные ситуации, социальный интеллект.

**DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.08.126.p222-227**

## **TO THE ISSUE OF CONNECTION BETWEEN UNDERSTANDING OF THE SITUATIONS AND SOCIAL INTELLIGENCE**

*Kseniya Vladimirovna Linkevich, the postgraduate student,  
Saint Petersburg State University*

### **Annotation**

The article is devoted to the connection between the social intelligence and people's comprehension of situations. The results of the empirical study of correlation between the subjects' implementation of the test "Diagnosis of the level of development of the capacity for adequate interpretation of nonverbal behavior" (V.A. Labunskaya) and tasks for the understanding of the drawn situations are presented.

**Keywords:** comprehension, drawn situations, social intelligence.

Проблема понимания людьми ситуаций приобретает все большую популярность в современной науке. Однако, несмотря на то, что проблеме связи личности и особенностей понимания был посвящен целый ряд работ [6], остается неясным вопрос о том, как способность к пониманию связана особенностями развития социального интеллекта понимающего субъекта. Особенно актуальна такая постановка вопроса в контексте изучения понимания людьми межличностных ситуаций, поскольку именно концепт социального интеллекта был предложен Э. Торндайком в 1920 году для обозначения «способности действовать разумным образом в человеческих отношениях» [10, с. 19].

Понятия социального интеллекта и понимания также близки в контексте вопроса об измерении этих явлений. Очевидно, что для оценки как способности к интерпретации, так и результатов понимания ситуаций опросный метод не подходит, самооценка человека в этой области дает очень мало сведений об особенностях этих явлений. Наиболее адекватным методом оценки обоих параметров мы считаем сознание разного типа задач, выполняя которые субъект проявляет интересующие нас стороны своего понимания людей.

Задачей проведенного нами исследования является оценка связей, существующих между результатами осмысления ситуации и развитием способности субъекта интерпре-