



ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ

Сборник статей
научно-практической конференции
ТЕКСТОВОЕ ЭЛЕКТРОННОЕ ИЗДАНИЕ

26 марта 2024 г.



ВСЕРОССИЙСКОЕ
ЧЕМПИОНАТНОЕ
ДВИЖЕНИЕ
ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ
МАСТЕРСТВУ



Составители:
Асманова Байрта Николаевна
Ванькаева Евгения Валерьевна

Здоровая семья: сборник докладов научно-практической конференции

[ТЕКСТОВОЕ ЭЛЕКТРОННОЕ ИЗДАНИЕ] / сост. Б.Н. Асманова, Е.В. Ванькаева. – Элиста

Целью данного издания является формирование интеллектуального пространства для самореализации студентов, поддержки их творческого потенциала и привлечение внимания к проблеме сохранения здоровья современной семьи. Всего в конференции участвовало 6 профессиональных образовательных учреждения. Общее количество участников 14 человек.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ОСОБЕННОСТИ ТРАДИЦИОННОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ У КАЛМЫКОВ, <i>Дорджиева Эльвира, Санджиева А.Э.</i>	4
ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ, <i>Боктаева Гиляна, Манджиев М.Ю.</i>	7
ПРОБЛЕМЫ ИНСТИТУТА СЕМЬИ 21 ВЕКА <i>Михайлина Владислава, Цеденова С.Б.</i>	10
МОЯ СЕМЬЯ <i>Эрендженова Абыль, Эрендженова Л. С.</i>	13
ВЛИЯНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА В СЕМЬЕ НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ РЕБЁНКА <i>Бакинова Алтана, Г.Б. Батлаева</i>	15
СПОРТИВНАЯ ИСТОРИЯ СЕМЬИ ДОРЖЕЕВЫХ <i>Дорджеева Ангира, Доржеева К.Н.</i>	19
СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ НАРОДНОЙ КУЛЬТУРЫ И НАЦИОНАЛЬНОЙ ПИЩИ КАЛМЫЦКОГО ЭТНОСА В ДУХОВНО- ПРАВСТВЕННОМ ВОСПИТАНИИ МОЛОДЁЖИ <i>Харгатаева Баира, Шунгаева А.Б.</i>	21
ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ НАСЛЕДИЕ КАК ЭЛЕМЕНТ СЕМЕЙНЫХ ТРАДИЦИИ КАЛМЫЦКОГО ЭТНОСА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА <i>Оконова Алтана, Шунгаева А.Б.</i>	26
ТРАДИЦИИ И СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ В СОВРЕМЕННОЙ СЕМЬЕ <i>Мусалова Дарья, Сафонова Г.Б.</i>	29
СОХРАНЕНИЕ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ ЖЕНЩИН КАК ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ СЕМЬИ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ <i>Иванова Диана, Шаранова Е. А.</i>	35
ОБЫЧАИ И ТРАДИЦИИ ЗДОРОВОЙ СЕМЬИ ОЙРАТ – КАЛМЫКОВ <i>Басанова Алина, Суктуева С.А.</i>	40
СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ И ТРАДИЦИИ <i>Бошева Алина, Энчаева Т. Ш.</i>	42
РОЛЬ СЕМЬИ В ПОДДЕРЖАНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА <i>Сенникова Виолетта, Ванькаева Е.В.</i>	48
ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ <i>Рябчунов Антон, Ванькаева Е.В.</i>	50

ОСОБЕННОСТИ ТРАДИЦИОННОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ У КАЛМЫКОВ

Дорджиева Эльвира,
студентка Калмыцкий филиал ФГБОУ ИВО
«Российский государственный
университет социальных технологий»,
Научный руководитель: Санджиева А.Э.

«Күн болх баһасн» - «Человека формируют с детства», – говорили калмыки. В то же время отношение к детям красиво передается в калмыцкой пословице: «Бичкн күүкд – бурхн мет» – «Маленькие дети подобны Богу». Имелось в виду, что они безгрешны и им нельзя говорить неправду. В традиционном воспитании детей у калмыков нужно выделить важный аспект – раздельное воспитание, т.е. два основных направления: воспитание мальчиков и воспитание девочек. Именно раздельное воспитание мальчиков и девочек, по мнению наших предков, являлось верным ориентиром для детей в их будущей взрослой жизни.

Рождение мальчиков у калмыков считалось хорошей кармой – сэн йор. И каждая калмыцкая семья ставила перед собой цель – воспитать из него настоящего мужчину (йоста залу күн). Не зря ведь старики-калмыки, придерживаясь древних традиций, и сегодня спрашивают у ребёнка не его имя, а имя отца. Как только в кибитке раздавался крик новорождённого, извещали отца, который, узнав о рождении сына, радостно кидал шапку в воздух. Уже по одному этому знаку весь хотон знал – у человека родился сын. Следуя поверью, плотно закрывали полы кибитки, чтобы жизнь и дальнейшая судьба мальчика были связаны с родительским очагом, с родовыми традициями.

Мужчина в доме – дом полон, без хозяина – дом осиротел, – так говорили в старину. Мальчиков воспитывали быть немногословными, но в нужный момент быть красноречивым, с детства внушали, что он будущий глава семьи, рода. С раннего детства доверяли работу по хозяйству: пасти скот, арканить лошадей, охотиться, знать повадки животных, быть рассудительным. В возрасте 5-6 лет они были уже полноценными помощниками своих родителей или старших родственников, к 12-13 годам становились лихими наездниками.

Будущий мужчина был многому научиться: не бояться физической работы, думать о хозяйстве, брать ответственность за себя и за других. Употреблять алкоголь мужчина мог, достигнув 40-летнего возраста. Злоупотребление было очень редким случаем, и оно считалось весьма позорным явлением, несчастьем для всего рода. Сын – это наследник своего отца, его верный помощник, истинный продолжатель его дел. Он обеспечивал спокойную и достойную старость родителям,

заботился о них. От его силы, умения, знаний и, конечно, авторитета зависели благополучие и сила семьи и всего рода.

Значимой составной частью воспитания мальчиков была борьба - «ноолдан». Чтобы побеждать, нужно было иметь не только огромную физическую силу и выносливость, но и несгибаемую волю к победе. Для мальчишек борьба была одним из самых любимых занятий, впоследствии из их среды выходили профессиональные борцы, которых в каждом улусе было по несколько человек.

Калмыки всячески поощряли тягу подрастающего поколения к знаниям и справедливо считали, что юноша, познавший разные страны, мудрее старика всю жизнь прожившего на одном месте. «Күүкн урн – экин кеермж, көвүн урн – эцкин кеермж» – «Дочь – украшение матери, сын – гордость отца». Мальчики, получали, как и подобает будущим воинам, суровое воспитание, с малолетства они всю помогали отцу: следили за скотом, помогали в охоте, постигали боевое искусство, развивали закалку и выносливость.

Девочек, наоборот, холили и лелеяли, но и неженок из них не делали. Воспитанием девочек занимались в основном матери, старшие родственницы, бабушки. В калмыцких семьях многие родители хотели иметь как можно больше мальчиков, продолжателей рода, но родившаяся девочка не была поводом для сильного огорчения. При рождении девочек, в отличие от рождения мальчиков, полы кибитки поднимали. Это делалось для того, чтобы они в положенном возрасте вышли замуж, достойно выполняя своё истинно женское предназначение. Возможно, поэтому девочек холили и лелеяли, относились нежно, но при этом они вырастали скромными, трудолюбивыми, чтобы в будущем быть хорошими матерями и жёнами. Калмыки учили девочек с почтением относиться к отцу, после замужества – к родственникам мужа, наставляли к женской добродетели.

Девочек с детства приучали к правилам традиционного этикета: запрещалось беспричинно громко смеяться, при разговоре со старшими жестикулировать, шаркать ногами; она должна быть весьма сдержанной в проявлениях эмоций, особенно среди людей. Девушке не позволялось спать, если все остальные члены семьи проснулись, с детства приучали к аккуратности, терпимости, к постоянной женской работе по дому.

С раннего детства девочки помогали матери по хозяйству. К 13-14 годам они уже могли делать всё, что должна уметь взрослая женщина. Калмыки говорят: «Залуһин сәнь - кеер, гергнә сәнь - зуухин өөр» — «Достоинство мужчины в степи, достоинство женщины - у очага». Эта пословица определяла воспитание детей. Девочку воспитывала исключительно мать. Отец в воспитание никогда не вмешивался. Отец не имел права сказать ни одного сурового или грубого слова (шүрүн үг) дочери, не говоря уже о том, чтобы побить (цокх). Не имели права так

делать ни родственники, ни братья девочки, ни тем более, никто из других калмыков-мужчин, кто бы он ни был.

Никто из мужчин никогда не отзывался о девочке или девушке плохо (му келх), у наших предков это считалось верхом неприличия (му йор) и жестоко осуждалось. В присутствии девочки или девушки никто из мужчин также не имел права материться (бузр үг келх). К девочкам всегда относились вежливо.

Калмыки называли и продолжают называть девочек «күүкн», что переводится как «ребенок», а потому братья всегда старались защищать сестру, делать ей приятное, привозить подарки из разных мест. Калмыки сравнивали девочек и девушек с хрящом (мөөрсн), то есть с чем-то нежным, а потому всегда окружали сестер и внучек заботой. Считалось, что плохое отношение может сказаться на достатке (кишг буурх). Однако и сами девушки вели себя необыкновенно высоконравственно (шагшавдта). Исследователи отмечают, что девушки-калмычки были очень стеснительны (ичмхэ). Они никогда не заговорят с посторонним, не вмешиваются в чужие дела, не перебивают мужчин и старших по возрасту. Сызмальства и до самого замужества девочки помогали матери во всех делах. Приличия требовали, чтобы девушка все время была занята работой, ложилась спать позже всех, а вставала раньше всех. Каждая девушка еще до замужества умела готовить, шить, вышивать и выполнять любую домашнюю работу. Она неизменно была скромна, вежлива, почтительна.

Испокон веков у всех народов одним из главных принципов воспитания был собственный пример. Наши предки глубоко осознавали, насколько ответственна миссия родителей, потому что ребёнок на подсознательном уровне всегда старается подражать родителям. Издавна у калмыков не было брошенных детей, сирот родителей. Детей с младенчества оберегали различными амулетами, оберегами, во избежание каких-либо несчастных случаев. В случаях каких-либо семейных трагедий родственники никогда не оставляли детей без попечения взрослых. Также в принципе не было и не могло быть одиноких, забытых детьми стариков.

Эти незыблемые правила являлись главнейшими для каждого калмыка, в каждой калмыцкой семье. Они были сакральными.

Все перечисленные факторы семейного воспитания демонстрируют высокий духовный и нравственный уровень наших предков, учат нас, потомков, принимать верные решения в вопросах воспитания детей, соблюдать моральные принципы поведения нами самими, дают мудрый пример на будущее. У калмыков есть пословица «Воспитывая мальчика – воспитываешь настоящего мужчину, защитника, продолжателя рода, воспитывая девочку – воспитываешь нацию». Эта мудрость должна стать правилом жизни сегодня.

Список использованной литературы

1. Волков Г.Н. В67 Этнопедагогика: Учеб. для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. - 168 с.
2. «Джангар». Калмыцкий народный эпос. Элиста: АПП «Джангар» 1989, - 316с.
3. Житецкий И.А. Очерки быта астраханских калмыков. – М., 1893.
4. Мукаева О.Д. Этнопедагогика калмыков: история, современность. В 3-х частях. Часть первая. – Элиста: АПП «Джангар», 1999. -256 с.
5. Ользеева С.З. Калмыцкие народные традиции. Элиста: ЗАОр «НПП «Джангар», 2007. 480 с.

ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Боктаева Гиляна
*студентка БПОУ РК «Элистинский
педагогический колледж имени Х.Б. Канукова»*
Научный руководитель: Манджиев М.Ю.

Аннотация. В статье рассматривается проблема формирования здорового образа жизни студентов как средства сохранения и улучшения здоровья.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, студенческая молодежь.

Проблема сохранения здоровья граждан России стала в настоящее время одним из приоритетов государственной социальной политики, поскольку здоровье населения является безусловной общественной ценностью, основой национального богатства и национальной безопасности страны, отражает жизнестойкость и перспективы нации. Сохранение здоровья трудоспособного населения и формирование культуры здоровья студенческой молодежи носит стратегический характер, поскольку снижение физического потенциала нации грозит подрывом экономического развития страны.

Здоровье студенческой молодежи является одним из индикаторов качества их подготовки, уровня социальной и творческой активности, экономическим продуктом, повышающим конкурентоспособность выпускников на рынке труда.[4, с.8]

Растущий интерес к данной проблеме в нашей стране связан с тем, что произошло осознание здоровья индивидуума как одной из базовых ценностей общества, а необходимость усиления профилактического компонента здравоохранения неоднократно отмечалась в выступлениях Президента РФ и других первых лиц государства. Разумеется, профилактика многих заболеваний невозможна без изменения образа жизни. Поэтому центральным моментом в сохранении и укреплении как индивидуального, так и общественного здоровья является создание и поддержание мотивации к формированию стиля здоровой жизни и приверженность к ведению здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни – это образ жизни человека, направленный на предупреждение возникновения и развития неинфекционных заболеваний и характеризующийся исключением или сокращением действия поведенческих факторов риска, к числу которых относятся употребление табака, вредное потребление алкоголя, нерациональное питание, отсутствие физической активности, а также неадаптивное преодоление стрессов [1].

Здоровый образ жизни можно охарактеризовать как активную деятельность человека, направленную на сохранение и улучшение здоровья и основанную на выполнении норм, правил и требований личной и общей гигиены. Такой образ жизни является предпосылкой для успешной реализации разных сторон жизнедеятельности человека, достижения им активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций, его активного участия в трудовой, общественной, семейно-бытовой, досуговой формах жизнедеятельности. [2, с. 31]

Существует несколько базовых составляющих здорового образа жизни, которые являются физиологическими механизмами адаптации индивидуума к воздействиям окружающей среды и изменению душевного состояния организма.

Основными компонентами здорового образа жизни являются:

- 1) физическая активность;
- 2) рациональное питание;
- 3) личная гигиена;
- 4) закаливание организма;
- 5) отказ от вредных привычек;
- 6) психоэмоциональная культура;
- 7) оптимальный режим труда и отдыха. [5, с. 16]

Поступление человека в высшее учебное заведение или колледж влечет за собой изменение его образа жизни. Студенты испытывают высокую психофизиологическую нагрузку на все функциональные системы организма. Их умственный труд заключается в переработке большого объема разнообразной информации вместе с мобилизацией памяти и концентрацией внимания. По статистике рабочий день большинства студентов составляет в среднем 10 ч., спят

они не более 7 ч. в сутки, учебные задания обычно выполняются ими по вечерам и выходным дням, а к экзаменам они готовятся в ситуации острого дефицита времени. Это приводит к обострению у них психовегетативных проявлений в условиях стрессовых ситуаций (экзамены, зачеты), к повышению их утомляемости и снижению трудоспособности. [3, с.7]

Несмотря на большие функциональные возможности возрастного периода студенческой молодежи (17-25 лет), наиболее продуктивными с точки зрения обучения являются студенты, соблюдающие режим сна, питания, двигательной активности и отдыха, а также другие компоненты здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни обладает широким позитивным спектром воздействия на различные стороны проявлений организма и личности человека. В поведении это проявляется в наличии у него большего количества жизненной энергии, а также собранности, хорошей коммуникабельности, в ощущении своей физической и психоэмоциональной привлекательности.

В психологическом аспекте достоинства здорового образа жизни обнаруживаются в улучшении психического здоровья, хорошем самочувствии, нервно-психической устойчивости, способности успешно переносить последствия психических стрессов, уверенности в своих силах, меньшей подверженности депрессии.

В функциональном проявлении можно отметить улучшение качества здоровья, адаптационных процессов, повышение работоспособности и тренированности, снижение заболеваемости и болезненных ощущений в теле, более быстрое и полноценное течение процессов восстановления после физической и умственной деятельности, усиление иммунных механизмов защиты организма, активность обменных процессов в организме.

Список литературы

1. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 15 января 2020 г. № 8 «Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года». – Текст: электронный // ЭПС «Система Гарант». – 2023. – URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/73421912/> (дата обращения: 08.12.2023).
2. Аляутдинова А.А. Здоровый образ жизни // Студенческий. – 2023. – № 17-4 (229). – С. 31-32.
3. Антонова А.А., Яманова Г.А. Здоровый образ жизни и здоровье современных студентов // Международный научно-исследовательский журнал. – 2022. – № 7-2 (121). – С. 7-9.

4. Пильщикова В.В., Бондина В.М., Губарева Д.А., Пузанова Е.А., Липатова А.С. Основы здорового образа жизни: учебное пособие. – Краснодар, ГБОУ ВПО КубГМУ Минздрава России, 2015. – 151 с.

5. Чедов К.В. Физическая культура. Здоровый образ жизни: учебное пособие / К. В. Чедов, Г. А. Гавроница, Т. И. Чедова. – Пермь: Пермский государственный национальный исследовательский университет, 2020. – 128 с.

ПРОБЛЕМЫ ИНСТИТУТА СЕМЬИ 21 ВЕКА

Михайлина Владислава,
студентка БПОУ РК «Колледж
искусств им. П.О.Чонкушова»
Научный руководитель: Цеденова С.Б

Семья заменяет все. Поэтому прежде чем ее завести, стоит подумать, что тебе важнее — все или семья.

(Фаина Раневская)

Аннотация: семья – одна из наиболее значимых сфер каждого человека, и важно ее рассматривать не только как социальный институт, но и как систему, ведь функционирование семьи не ограничивается только лишь функционированием ее членов. Мы дадим характеристику гражданского брака как социального феномена.

Ключевые слова: Семья, брак, гражданский брак, ячейка, социальный институт.

Сегодня мы часто слышим, что семья скоро отомрет. Многие социологи говорят, что институт брака в западных странах за последние 40 лет сильно ослабел. Многие россияне тоже выражают обеспокоенность по поводу того, в каких направлениях развивается семейная жизнь в последние десятилетия. Они считают, что институт семьи переживает кризис, и приводят многие признаки, толкуемые как симптомы упадка и дезинтеграции: количество разводов катастрофически возросло; уровень рождаемости снизился; увеличилось число матерей, не состоящих в браке; выросло количество неполных семей; матери, имеющие маленьких детей, существенно пополняют трудовую армию страны. Без сомнения, значение брака изменилось, а вместе с ним изменился и институт семьи, но правомерно предположить, что семья будет продолжать адаптироваться к существующим условиям совершенно непредсказуемым образом, а исследования семьи и ее трансформации в условиях современного общества будут продолжаться и углубляться.

Социальный институт – это исторически сложившиеся устойчивые формы организации совместной деятельности людей, позволяющие решать жизненно важные проблемы большому количеству людей.

Что такое семья? Во-первых, семья - это социально-правовой институт, находящийся под защитой государства. Штамп в паспорте, совместная личная собственность, право на наследование, раздел имущества при разводе, и все такое прочее. Ясно, что многие стороны этого института исчезнут вместе со всеми государственно-правовыми институтами, когда отомрет государство, и потеряют всякий смысл понятия "собственность", "наследование", "имущество", "раздел" и пр.

Во-вторых, семья – это социально-культурный институт. Семья создана для очень важной потребности человека в самоутверждении, т.е. в уважении со стороны окружающих.

В-третьих, семья – это особая малая социальная группа, основная социальная ячейка общества. Особая форма содружества мужчины и женщины для полноценного воспроизводства следующего поколения.

В чем же неистребимая сила семьи? Сила и притягательность семьи, ее сущность заключается в той целостности, которая присуща семье и социальной общности, и как малой социальной группе, и как социальному институту. Целостность семьи образуется за счет взаимопритяжения и взаимодополняемости полов, создающих единое «андроженное существо», некую целостность, не сводимую ни к сумме членов семьи, ни к отдельному члену семьи.

Острой общественной проблемой являются разводы и гражданский брак. Развод - это сильнейшее эмоциональное и психическое потрясение, которое не проходит для супругов бесследно. Между тем сегодня существует немало супружеских пар, прибегающих к разводу при первом же столкновении с обычными житейскими трудностями. Однако есть и такие пары, где одна из сторон делает все для того, чтобы спасти брак, а другая сторона при этом лишь укрепляется во мнение о собственной исключительности. Есть, наконец, пары, которым противопоказана совместная жизнь. Как массовое явление разводы играют преимущественно негативную роль и в изменении рождаемости, и в воспитании детей. Во-первых, вследствие разводов уменьшается продуктивный период в жизни женщины. Во-вторых, в случае неудачного первого брака может намного отодвинуться время первого деторождения (что нежелательно и с медицинской точки зрения). В-третьих, неблагоприятные отношения в семье, предшествующие разводу, могут оказать отрицательное влияние на репродуктивные установки женщины, хотя в остальных случаях это влияние может быть нейтрализовано желанием женщины создать и укрепить новую семью. Развод оценивается, как благо лишь в том случае,

если он изменяет к лучшему условия формирования личности ребенка, кладет конец отрицательному воздействию на психику ребенка супружеских конфликтов. Семья может жить, если она плохо выполняет или вообще не выполняет любую из своих функций, кроме родительской. Семья умирает, если она перестает делать то, во имя чего она создается - воспитание детей

В настоящее время в нашем современном обществе мы можем часто слышать фразу «гражданский брак». Гражданский брак – это союз двух людей, проживающих вместе, но нигде не зарегистрированных как супружеская пара. В XXI веке традиционная семья всё больше теряет своё значение для многих жителей нашей страны. Большинство молодых либо опасаются, либо вовсе не хотят вступать в официальные отношения, дабы избежать ответственности. В гражданском браке супруги не имеют права претендовать на имущество. Сожители не имеют никаких официальных обязательств друг перед другом. Но также окружающие воспринимают их как мужа и жену. Некоторые молодые пары при встрече сразу обсуждают то, какой брак их больше интересует. Есть те, кто не хочет серьезных, официальных отношений, штампа в паспорте и выбирают жить свободно в гражданском браке, а есть те, кто категорически против него. По мнению психологов, многие женщины считают себя замужними в гражданском браке, а практически все мужчины считают себя холостыми. Здесь и выплывает один из минусов гражданского брака – нестабильность отношений. Следует отметить, что в гражданском браке нет понятия «общие деньги», а это одна из причин отказа от официального брака. Обратим внимание на статистику гражданского брака в современном мире. Согласно источникам средств массовой информации в России на данный момент в гражданском браке проживают в основном молодые люди в возрасте от 18 до 24-х лет примерно половина всех пар.

Семья – это неотъемлемая часть общества. Без семьи человек меняется в себе, становится отчужденным, закрывается от общества, ведь любому человеку хочется, чтобы был уютный дом, были близкие люди, которые поддерживали бы его.

Список использованной литературы:

1. «Учебник для вузов», «Социология», М., 2005.
2. М.С. Бедный, «Семья - здоровье – общество», М.,1986.
3. Г.В. Осипов, Ю.П. Коваленко, «Социология», М., 1990

МОЯ СЕМЬЯ

Эрендженова Абыль,
студентка БПОУ РК «Колледж искусств
им. П.О.Чонкушова»,
Научный руководитель: Эрендженова Л. С

Что такое семья? Моя мама говорит: «Это ячейка общества, чем крепче семья, тем несокрушимей общество, страна! Я в дальнейшем своем эссе не буду говорить о том, что говорила моя мама – зачастую это ее мысли, ее высказывания, которые теперь использую и я. Мама знает свою родословную, которую знаю и я. Множество легенд, сказок, пословиц, семейных историй, то, как лечились в старину калмыки рассказывает мама перед сном, когда мы обедаем в воскресные дни. Это удивительно! Какими наши предки были наблюдательными, мудрыми, смешливыми и острыми на язык.

Нас трое в семье мама, я – Абыль, так называли меня в честь бабушки и Арюн – маме понравилось это имя в значении чистоты души. К нам в гости, после рождения Арюн, приходила замечательная поэтесса Вера Киргуевна Шуграева и сказала маме: «Какое хитрое имя вы ей дали?» Мама удивилась: «В чем хитрость?», на что Вера Киргуевна рассмеялась: «Во втором значении слова - экономная!» Моя младшая сестра учится в Колледже, в г. Электросталь, и как выясняется - она очень экономная.

Мы не ложились спать пока мама не расскажет нам новую сказку, легенду про Араху – это о происхождении солнечного и лунного затмения, и сказку о том, как нельзя украсть чужое счастье. Павел Бажов, Лев Толстой, Борис Шергин, Сергей Аксаков и не только их сказки, сказки, повести слушали мы. Ночью исполнялись калмыцкие песни Адяш, Песня о матери, Саглр, Деляш, Нюдля, Асхни дун, Тогряш, и множество других. Утром мама нас будила песнями из мультфильмов. Я была уверена, что это наша мама поет песню черепахи «Я на солнышке лежу», разбойницы «Говорят мы бяки-буки» и мои одноклассники в детском саду тоже поверили в это. А когда однажды, мама не пела нам «Ночные – колыбельные» наутро пришла соседка и говорит: «Почему вы вчера не пели? Я всегда слушаю песни, когда вы поете и если честно, я не знала, что так много красивых калмыцких песен».

У мамы были очень талантливые родители, я их не видела, но знаю о них по рассказам мамы. Мой дедушка знал множество сказок, рассказывал наизусть «Кемялһн», но жанр басни был его любимым. Он сажал своих шестерых детей на скамейку, надевал косынку, наверное входил в образ и читал наизусть всего Лафонтена, Крылова, Михалкова. Он так же, любил рассказывать калмыцкие

анекдоты, они конечно очень самобытные. Бабушка писала стихи на калмыцком, но почему-то мама их не публикует, говорит: «Слишком много «рифмоплетов» развелось, я и не хочу чтобы мамины стихи затерялись среди них.». Мама и я очень любим калмыцкие блюда, но «семжин» она предпочитает другим. Когда в семидесятых, восьмидесятых годах вся семья жила в Цаган-Нуре, на подворье держали хозяйство: овец, свиней, коров и кур. На праздник резали овец и дедушка сам готовил печень во внутреннем жиру. Когда мы в кафе или в ресторане заказывали семжин, мама непременно говорит: «У папы было вкуснее». Потом добавляет: «Может потому что это было в прекрасном детстве». Сейчас мои ровесники живут в хороших условиях, все нам предоставлено и по словам мамы, мы «ленивые неумехи». Но с этим не согласна, нам нет необходимости управляться по – хозяйству, греть воду для стирки, приносить воду из дальнего колодца и т.д. – у нас все готово, но возникни такая потребность, мы можем справиться и с не такими трудностями. Единственное с чем я согласна, мы мало читаем, но когда возникает надобность, я читаю и мне бывает очень интересно, надо просто привить в себе привычку к чтению.

Мы вместе с мамой любим смотреть советские фильмы. Она комментирует игру актеров, работу операторов, режиссуру, сюжет. Я убеждаюсь, что фильмы снятые в СССР отличались высоким качеством, человечностью, полны здорового юмора, прекрасной музыки. Для меня это как наглядная школа, которая непременно понадобится в моей будущей профессии. Меня приняли в труппу театра «Джангар» на роль Оленьки Кузякиной по пьесе Владимира Туркина «Любовь и голуби». Талантливый режиссер Алексей Владимирович Сарангов посвятил эту постановку своему педагогу Игорю Владимировичу Ляху. Для меня это большая честь, удача и счастье работать с таким режиссером в дружном коллективе и конечно неоценимый опыт. Мы с мамой не раз просматривали одноименный фильм «Любовь и голуби» Владимира Меньшова, что помогло в работе над спектаклем. Мамины советы были очень важны. После премьеры мама меня мало хвалила, я поначалу обиделась, но потом поняла, что она права, мне предстоит много работы для совершенствования этой роли.

Для профессионального роста, мне необходимо слушать много музыки. И опять же вместе с мамой мы слушаем классическую музыку, оперу, балетные постановки. Я открываю для себя имена великих композиторов, исполнителей, танцоров, мир прекрасного человеческого изобретения где царят Моцарт, Бах, Бетховен, Глинка, Чайковский, Глинка. В музыке семь нот и мириады удивительных сочетаний. Какая гармония и гамма красок, волшебство и грезы. Но чтобы воспроизводить сочинения гениальных композиторов, надо много трудиться. Мы в колледже постигаем азы профессии, в которой нет предела совершенству. Колледж – это тоже большая семья, разные люди, студенты, педагоги. Как в большой семье

складываются разные отношения, устанавливается микроклимат, в котором сочетаются все аспекты жизни в своем бесконечном многообразии.

У мамы два брата и три сестры, двенадцать двоюродных братьев и сестер, даже родился маленький племянник. Мы разные и внешне и внутренне, но мы дружные и крепки родственными связями. Я желаю своим родным мира и счастья. Мы - ячейка нашего общества, нашей страны. От нашей крепости и сплоченности зависит единство моей страны. В год семьи, я желаю всем Россиянам, чтобы царили в каждой российской семье Мир, Гармония и Счастье, и чтобы жили все долго и радостно!!! Мои прабабушки и прадедушки доживали до 97,93 лет, я всем желаю счастливого долголетия, как проживали мои предки!!!

ВЛИЯНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА В СЕМЬЕ НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ РЕБЁНКА

Бакинова Алтана,
*студентка БПОУ РК «Элистинский
педагогический колледж им. Х.Б. Канукова»*
Научный руководитель: Г.Б. Батлаева

Каждый человек в современном социуме неразрывно связан с другими людьми, с обществом. Эти связи, выступая в качестве условий и обстановки его жизнедеятельности, формируют его духовный и нравственный мир, его поведение. Важнейшее место в этом процессе принадлежит семье – первому коллективу, который дает человеку представления о жизненных целях и ценностях, о том, что нужно знать и как надо или не надо себя вести. В семье юный гражданин получает первые практические навыки применения этих представлений во взаимоотношениях с другими людьми, усваивает этические нормы, которые регулируют поведение в различных ситуациях повседневного общения. Объяснения и поучения родителей, их пример, весь уклад в доме, семейная атмосфера, традиции вырабатывают у детей привычки поведения и критерии оценки добра и зла, допустимого и порицаемого, справедливого и несправедливого.

В действительности мы видим кризис семьи, который проявляется в снижении ее педагогического потенциала, ухудшении качества и содержания семейного воспитания. Семья должна воздействовать на процесс социализации детей не только фактом своего существования, но и благоприятным морально-психологическим климатом семьи, что не всегда проявляется в современном мире.

Никакой другой социальный институт не может потенциально принести столько пользы, а также нанести столько вреда в воспитании детей, сколько может сделать семья.

В связи с особой воспитательной ролью семьи возникает вопрос о том, как сделать так, чтобы максимизировать положительное влияние семьи и минимизировать отрицательное на поведение развивающейся личности. Для этого необходимо четко определить внутрисемейные социально-психологические факторы, имеющие воспитательное значение.

Проблема влияния семьи на становление личности была и остается одной из важнейших проблем педагогики, социальной психологии и других наук. Для изучения как, каким образом и насколько семья влияет на развитие личности, мы предлагаем рассматривать следующие факторы, которые позволяют определить характер взаимоотношений в семье:

1. Типовые состояния семьи: эмоциональный комфорт; тревожность; эмоционально-психологический дискомфорт и нервно-психическое напряжение.

2. Стили семейного воспитания: либеральный, демократический, авторитарный, неустойчивый.

3. Особенности семейного воспитания:

- создание условий родителями для правильного развития ребенка: нормальные жилищно-бытовые условия, организация места занятий, создание домашней библиотеки, наличие игровых уголков, контроль над соблюдением санитарно-гигиенического режима;

- родители развивают познавательные интересы ребенка (вместе с детьми слушают радиопередачи, читают книги, беседуют о прочитанном, ходят с детьми в кино, поощряют любимые занятия ребенка);

- родители оказывают помощь в учении, организации домашнего учебного труда.

- дети имеют конкретные трудовые обязанности в семье.

- родители видят недостатки в воспитании своих детей.

4. Причины недостатков семейного воспитания.

Для изучения внутрисемейных отношений используются следующие методы:

1. Метод беседы, который заключается в установлении контакта с семьей, для получения основных данных о семье (состав: полная, формально полная, неполная; количество детей, их возраст).

2. Рисуночная методика. С целью выявления взаимоотношений в семье, вызывающих у ребенка тревогу, для получения данных о том, как он воспринимает других членов семьи и свое место среди них, нами был проведен тест «Кинетический рисунок семьи» (КРС) Р. Бенса и С. Кауфмана.

3. Методика диагностики родительского отношения А.Я. Варга и В.В. Столин. Данный тест представляет собой психодиагностический инструмент, ориентированный на выявление родительского отношения к ребенку, которое понимается как система разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ними, особенностей

восприятия и понимания характера и личности ребенка и его поступков. Здесь следует отметить: опросник выявляет отношение родителей не ко всем членам семьи, а применительно к ребенку, исследуемому нами.

4. Метод диагностики взаимоотношений родителей и детей. При помощи этого метода определяют характер взаимоотношений между детьми и родителями.

Как уже говорилось выше, специфика семейного воспитания состоит в том, что по природе своей оно основано на чувстве. Изначально семья, как правило, зиждется на чувстве любви, определяющем нравственную атмосферу этой социальной группы, стиль и тон взаимоотношений ее членов: проявления нежности, ласки, заботы, терпимости, великодушия, умения прощать, чувства долга.

Однако эта изначально позитивная для развития ребенка гамма чувств может стать как позитивным, так и негативным фактором воспитания. Здесь важна мера проявления чувства. Недополучивший родительской любви ребенок часто вырастает недоброжелательным, озлобленным, черствым к переживаниям других людей, дерзким, неуживчивым в коллективе сверстников, а иногда – замкнутым, неприкаянным, чрезмерно застенчивым. Выросший же в атмосфере чрезмерной любви, заласкивания, благоговения и почитания маленький человек рано развивает в себе черты эгоизма и эгоцентризма, изнеженности, избалованности, зазнайства и лицемерия.

На характер воспитания ребенка в семье оказывают влияние многочисленные факторы, каждый из которых несет в себе особые социально-педагогические возможности. К основным факторам, оказывающим существенное влияние на ребенка, относят:

- Субкультурные факторы: состав семьи; кровно-родственный фактор; жизненные условия, в том числе и материальные, для развития и воспитания детей; морально-психологический климат семьи.
- Факторы, обусловленные воспитательными возможностями родителей: собственный опыт семейного воспитания; педагогическая культура родителей; уровень образования и личная культура членов семьи.
- Факторы, обусловленные непосредственной воспитательной деятельностью родителей: уход за ребенком; преобладающий тип семейного воспитания; умение создавать условия для стимулирования направленного развития и воспитания ребенка; приобщение к труду, самообслуживанию; типичные ошибки семейного воспитания.
- «Детский» фактор: своеобразие ребенка; особенности детей в семье.

Характер и интенсивность влияния семьи на развитие и воспитание ребенка изменяются в различные периоды жизни: в дошкольном детстве семья играет важную роль в реализации почти всех потребностей ребенка – материальных,

духовных, познавательных. В младшем школьном возрасте семья доминирует в удовлетворении материальных, коммуникативных и эмоциональных потребностей, уступая школе приоритет в развитии интеллектуальной сферы. В период отрочества и юности влияние семьи, несколько ослабев в целом, сохраняет для взрослеющего человека большое значение в развитии его самопознания, личностного, социального и профессионального самоопределения.

Негативные последствия воспитания нередко обуславливают типичные ошибки семейного воспитания – действия (бездействия), которые осуществляют родители в интересах воспитания ребенка. При этом сами родители негативной роли «воспитательной деятельности» не осознают или делают вид, что не осознают. К таким ошибкам относятся:

- недооценка роли личного примера родителей;
- отсутствие единства требований в воспитательной деятельности родителей;
- отстранение детей от посильного домашнего труда;
- неумение пользоваться методами воспитания, особенно поощрением и наказанием;
- применение физического наказания;
- отсутствие такта в отношении с ребенком;
- ссоры родителей в присутствии детей;
- неправильное поведение отдельных родителей в быту (пьянство, скандалы);
- переоценка родителями своих воспитательных возможностей;
- неоправданная идеализация своих детей («мой ребенок самый умный, талантливый, необыкновенный») и т.п.

Наиболее важным обстоятельством для психического и нравственного развития ребенка является то, что общение в семье строится на основе брачных и родственных отношений, порождающих целый спектр интимно-эмоциональных связей. Они характеризуются такими духовными ценностями, как супружеская, родительская, сыновья (дочерняя) любовь и привязанность, возникшими в результате органичного слияния биологического и социально-психологического начал в жизни человека. Им в большей мере, чем другим, присущи глубоко личный контакт, искренность, доверие, взаимное понимание, забота друг о друге. Совокупность этих отношений между членами семьи, составляет нравственно-эмоциональную сторону семейных отношений, а глубина и насыщенность отношений этими ценностями - их нравственно-эмоциональную выразительность, которая не имеет себе аналога и играет незаменимую роль в формировании личности.

Психологи отмечают, что уникальной характеристикой внутрисемейных отношений - супружеских и между родителями и детьми - является близость, представляющая исключительную воспитательную ценность. Прежде всего потому,

что неповторимые интимные узы воспитателя и воспитанника, глубоко личный контакт между ними, что обуславливает эффективность общения, его воспитательную силу.

Семья – один из основных инструментов, обеспечивающих взаимодействие личности и общества, интеграцию и определение приоритетности их интересов и потребностей. Она дает человеку представление о жизненных целях и ценностях, о том, что нужно знать и как следует себя вести. Объяснения и наставления родителей, их пример, весь уклад в доме, семейная атмосфера вырабатывают у детей привычки поведения и критерии оценки добра и зла, достойного и недостойного, справедливого и несправедливого.

СПОРТИВНАЯ ИСТОРИЯ СЕМЬИ ДОРЖЕЕВЫХ

Дорджеева Ангира,
*студентка БПОУ РК «Элистинский
политехнический колледж им. Эльвартынова И.Н.».*
Руководитель Дорджеева К.Н.

Мы много говорим о семейных ценностях, которые строятся на уважении друг к другу, реликвиях, общих делах и интересах. Забота о членах семьи может заключаться не только в том, чтобы узнать, как прошел день, как решить проблемы, каких успехов достигли сегодня на работе или в образовательном учреждении, в помощи по дому, но в стремлении сохранить здоровье родным и близким. А это значит, что с рождения необходимо прививать детям любовь к физкультуре, спорту, активному образу жизни.

Сегодня я хочу предоставить вашему вниманию свой рассказ о спортивных традициях и ценностях моей семьи.

Начну я свое повествование с моего отца – Дорджеева Баты Боваевича. Он родился и вырос в нашей республике, поступил в Калмыцкий государственный университет на специальность «агрономия». Как и все парни того периода, папа много времени уделял спорту. Футбол, тренажерные залы, волейбол, тхэквондо – это мир его увлечений в свободное от занятий время. Уже тогда мой отец понимал, что любой вид спорта дает хорошую общефизическую подготовку, высокий уровень работоспособности, здоровье на всю жизнь.

Кроме того, отец был танцором народного фольклорного ансамбля «Зултурган», с артистами которого выступал на площадках Санкт-Петербурга на Всероссийских и Международных конкурсах «Евразия». В числе танцоров этого ансамбля была и моя мама Оксана Александровна.

Мои родители укрепили спортивные и национальные традиции своей семьи. Мой старший брат Данир с 7-летнего возраста занимался тхэквондо, что помогло ему укрепиться в мысли, что спорт – это здоровье.

Спорт тренирует наши мышцы, систему кровообращения, силу, выносливость организма. Он помогает сохранить и укрепить наше здоровье. Именно спорт помог Даниру выбрать профессию. Мой брат – студент 4 курса Калмыцкого медицинского колледжа имени Тамары Хахлыновой. Но и сегодня Данир не оставляет спорт и является судьей республиканских соревнований по тхэквондо.

Когда мне исполнилось 6 лет, родители продолжили семейные традиции и привели меня спортивную секцию при 23 школе. Здесь я впервые обрела навыки корейского боевого искусства – тхэквондо.

Мой наставник - тренер-президент Федерации тхэквондо Республики Калмыкии Андреева Анжела Владимировна. Благодаря ее тренерскому таланту, терпению и настойчивости я достигла немалых высот. С 2012 года я участвую в региональных, всероссийских и международных соревнованиях, Первенстве ЮФО и Первенстве России. У меня есть немало медалей, кубков и грамот за высокие достижения как в личном первенстве, так и в командном зачете.

В октябре 2021 года я выполнила нормативы на получение книжки Кандидата в мастера спорта. Имею значок ГТО.

Своими победами я вернула папу на корт (дадьянгу) – это место проведения спаррингов в тхэквондо. С 2014 года папа, получив соответствующее дополнительное образование в Волгограде, является спортивным судьей 1-й категории. В его квалификационной книжке - записи с всероссийских и международных соревнований.

Хочу несколько слов сказать о моем дяде - Манджиеве Василии Олеговиче. Он на протяжении многих лет занимается тяжелой атлетикой и пауэрлифтингом. Является кандидатом в мастера спорта. При наших встречах мы обсуждаем спортивную жизнь города и республики, радуемся достижениям ребят из Калмыкии по разным видам спорта.

Наша семья уверена, что спорт закаляет характер человека, развивает волю, стремление к победе, учит принимать поражения. Благодаря спорту мы принимаем правильную жизненную установку, находим новых друзей, являемся примером здорового образа жизни. Необходимо сказать, что кроме спорта, члены моей семьи имеют и другие творческие увлечения: я люблю рисовать и занимаюсь хэндмейдом. Мой папа, спасатель Центра гражданской обороны, любит музыку, играет на гитаре, ездит на рыбалку. А мама – мастер по декоративным свечам.

И в заключении хочу сказать, что девизом нашей семьи являются слова: **«Только вперед и только все вместе!»**

СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ НАРОДНОЙ КУЛЬТУРЫ И НАЦИОНАЛЬНОЙ ПИЩИ КАЛМЫЦКОГО ЭТНОСА В ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОМ ВОСПИТАНИИ МОЛОДЁЖИ

Харгатаева Баира,
студентка БПОУ РК «Торгово-
технологический колледж»

Научный руководитель: Шунгаева А.Б., к.г.н.

Третье тысячелетие в истории России ознаменовано новой эпохой – эпохой духовно-нравственных ориентиров и возрождения семейных традиций в политике государства, эпохой формирования нового человека, бережно хранящего свою историю, обычаи и память предков, что связано прежде всего с воспитанием и просвещением человека, формированием у него духовно-нравственного статуса нового уровня.

Именно в настоящее время возрождение и развитие семейных национально-культурных традиций приобретает особую актуальность, что, по сути, является неосознанным сопротивлением интенсивному проникновению элементов агрессивной культуры и поведенческих стандартов, стремлением сохранить систему национальных ценностей и нравственно-этнических понятий, национального сознания и поведения.

Калмыцкой национальной культуре присущи свои особенности. Прежде всего, высокая нравственная направленность, преданность своей вере в сочетании с веротерпимостью, взаимопомощь, общность и потребность в коллективной жизни; особая любовь к родной природе.

Формирование духовно-нравственного статуса на основе национальных семейных традиций содействует формированию у человека нравственных чувств (совести, долга, веры, ответственности, гражданственности, патриотизма); нравственного облика (терпения, милосердия, кротости, незлобивости, миролюбия); нравственной позиции (способности к различению добра и зла, проявлению самоотверженной любви, готовности к преодолению жизненных испытаний); нравственного поведения (готовности служения людям и Отечеству, проявления духовной рассудительности, послушания, доброй воли) [3].

В нашей многонациональной стране скрепляющим элементом является духовная связь между прошлым, настоящим и будущим. Её носители – образование, воспитание, традиция. Поэтому воспитание и заключается в передаче этой духовной связи молодому поколению, чтобы то, что складывалось десятками веков, не умерло, не было затоптано в суете буден.

В современных реалиях существенно возросла роль этнического фактора, в

общественном развитии. Национальные семейные ценности и самосознание приобретают высокую значимость в формировании личности современной молодежи. В этом ракурсе одна из ведущих задач воспитания – создание необходимых условий в семье, способствующих приобщению молодёжи к этнокультурным традициям, духовным ценностям своего народа, интеграции в мировое сообщество.

Каждый из нас является представителем того или иного этноса по рождению. Этническая характеристика человека начинается с сохранения доброго и честного имени своей фамилии, рода, племени и народа. Издавна воспитание чувства национального достоинства составляло фундамент нравственного совершенствования человека в семье, в обществе. «Будь таким, чтобы по тебе судили о твоём народе, будь достойным сыном/дочерью/ своего народа» – из подобных благопожеланий – напутствий складывалась традиционная народная система воспитания [1].

Традиционная культура воспитания калмыков сохранила множество вечных, непреходящих ценностей, соблюдение которых в течение ряда столетий обеспечивало успех в семейной жизни, в быту, в хозяйствовании, в выживании, в становлении и развитии духовных сил.

В традиционных семейных устоях калмыцкого народа принято говорить о системе сложившихся постулатов, обеспечивающих функционирование и реализации этнического семейного воспитания: Культ матери; Культ ребенка; Культ предков; Культ родственных связей [2].

Культ матери. Калмыки возвели женщину-мать на высокий пьедестал. Преклонение перед ней привело к ее возвеличению, породило ее культ (в положительном смысле слова), ставший безоговорочным. В семье вырабатывались устои общества, хранительницей и приверженкой, которых явилась женщина – мать. У калмыков бытует множество легенд и притч о неоплатном долге перед родителями. В одной из них рассказывается о том, что как любящий сын, желая выразить свою любовь к матери, преодолевает огромный путь в страданиях и муках со взваленным на спину треножником.... Вернувшись к родному очагу после долгих мытарств, он спрашивает, удалось ли ему вернуть долг за родительские переживания. В ответ слышит: путь со всеми перенесенными трудностями может возместить лишь прерванный сон матери за одну ночь [2]. Все народы заслуженно возвеличивают женщину-мать, создают её культ. В традиционной культуре воспитания самое главное – пример и любовь матери.

Культ ребенка. У калмыков, как и у других народов, центральное место занимает система воспитания, важным аспектом которой является отношение к детям, как величайшей ценности. У калмыков не было брошенных детей, сирот при живых родителях. Родственники никогда не оставляли детей без попечения

взрослых. По отношению к детям соблюдались следующие правила: на ребенка нельзя кричать, бить его, ребенок должен содержаться в чистоте, его окружали многочисленные оберегами, амулетами. Итак, культ ребенка – воспитание в ребенке сознания своей значимости как надежды и будущего семьи, всемерная поддержка и развитие в ребенке стремления к прославлению имени и чести семьи, своего рода и племени, родного народа.

Культ предков. «Нужно свято относиться к памяти ушедших и страданиям земных. Старший по возрасту всегда прав, потому что он старше мудростью. Младший, уважающий седину волос на голове старшего, уже накапливает в себе мудрость. Человек, который любит детей, и заботиться о стариках – человек настоящий. Старик, который живет думой о детях и внуках – само воплощение Мудрости. Дети и внуки, которые забывают родителей и стариков, людьми считаться не могут. Человек становится на ноги энергией мудрости семьи и рода. Из родовой мудрости собирается мудрость этноса, из этнической мудрости – мудрость общества» [5].

Эти этнические заповеди калмыков, становятся межэтническими, приближаясь, шаг за шагом, к общечеловеческим. Если с калмыцкого перевести их на татарский, чувашский, чеченский, осетинский и т.д., они будут восприниматься как духовно-нравственные ценности всех этих народов. [1]

Культ родственных связей. К семье калмыки относятся с трепетом. Дурным тоном считается незнание своих корней, ведь каждый человек должен уважать предков. Род калмыков определяется по мужской линии, так что самыми близкими родственниками были те, что приходятся родней отцу. Вплоть до седьмого колена их называли "торлмуд". Для того, чтобы уж совсем не путаться в хитросплетениях семейных связей, самыми близкими, или оорхн, в торлмуде считались родственники до четвертого колена, а тех, что от пятого до седьмого, уже считали дальними, хол. Но, вне зависимости от близости родства, юношам и девушкам, приходящимся друг другу элгн-садн (родственниками) по стороне отца, было запрещено вступать в брак, поскольку кровосмешение считалось большим грехом. Дети в таких браках рождались хрупкими и болезненными, что приводило к постепенному вымиранию рода. Как ни странно, брак между родственниками по материнской линии не запрещался, напротив, даже одобрялся: считалось, что такие семьи будут счастливыми, крепкими и верными [6].

Родственники отца во всём считались главнее и важнее материнских: им доставались лучшие места за семейным столом, им первым позволяли произносить йоряль, они возглавляли отправляющихся за невестой сватов. Их считали людьми "одной крови". В случае, если кто-то из детей в семье оказывался сиротой, именно родственники по мужской линии принимали решение, что делать с ребенком и как

ему помочь в такой ситуации. Если сиротой оставалась девочка, в будущем ее выдавали замуж за родственника дяди или брата [2, 6].

Члены семьи по женской линии считались людьми "другой крови", поэтому при принятии важных решений их мнения в расчет не принимались. Тем не менее, в делегации сватов важное место занимал брат матери семейства.

Раньше калмыки жили в хотонах, одним большим кланом. Название хотону давали по имени главы семьи: Санджихн, Дорджихн и т.д.

Родственные связи были так важны, что при знакомстве в первую очередь калмыки задавали друг другу вопрос: "Чей ты? Откуда родом?". Благодаря такой традиции среди калмыков сохранились фамилии, а через них и имена предков [2, 6].

В Калмыкии на современном этапе узаконены календарные национальные Праздники: Зул (Новый Год), Цаган Сар (Белый Месяц – Пробуждение природы), Ур Сар (Праздник Лета); славянские – Рождество Христово, Масленица, Пасха, Троица. Их подготовка и проведение создают в каждой семье атмосферу, благоприятствующую восстановлению древних традиций, обычаев, ритуалов, и обрядов, укреплению связи и преемственности поколений.

Проведение калмыцких народных праздников помогают молодому поколению обрести себя как представителей своего народа, чувствовать себя частичкой собственной истории, самобытной культуры и системы духовных ценностей, что и обеспечивает основу формирования национального самосознания и чувства национального достоинства.

Творческому развитию молодёжи способствует освоение умений воспроизводства элементов культуры – народных танцев, песен, традиционной народной кухни [4].

Пища как одна из важнейших сторон материальной культуры народа представляет большой интерес в плане изучения многообразных форм проявления адаптации человека к условиям существования. Она самым непосредственным образом связана с социально-экономическими условиями жизни общества, определяется ими и в тоже время обладает значительной устойчивостью национальных форм, длительной сохранностью исторически складывающихся традиций. Характер питания народов, состав потребляемых продуктов, блюд, способы и порядок приготовления и приема пищи, предпочтения и запреты в ней, особенности пищевого рациона (годового и дневного), воспитываемые и передаваемые из поколения в поколение в каждой семье – все это дает прекрасный материал для изучения взаимодействия человека и природы, на основе которого происходит формирование духовно-нравственных ценностей.

Культура питания как явление традиционно-бытовой культуры этноса находится во взаимосвязи с другими аспектами жизни и отражает взаимоотношения людей в обществе, нормы и формы их поведения, этническое самосознание. Для

повседневных поведенческих аспектов питания важно не только то, что именно люди едят, но и как они это делают, как они при этом располагаются, какой утварью и посудой пользуются, как именно используют эту утварь и посуду. Любая совместная трапеза, будь то семейный обед или трапеза объединившихся для выполнения трудовой задачи людей, или трапеза попутчиков, не говоря уж о трапезах, которыми отличаются какие-либо выходящие за рамки повседневной жизни события, есть не просто коллективно организованное насыщение. В любом случае это в то же время действие с определенным знаковым содержанием [6].

Любой совместный прием пищи – семейный, гостевой, праздничный, ритуальный и т.д. включает в себя определенные, установленные «традицией данного этноса, минимальные этические и эстетические нормы поведения» [7].

И если несколько лет назад мы делали только робкие шаги в приобщении молодого поколения к семейным ценностям народной культуры, то сегодня мы уверены, что это – основа воспитания духовности. А в наше время духовность – есть высший смысл и главная задача образовательной политики России. Духовный человек, то есть разумный, эстетический и морально развитый, нравственно воспитанный, – это залог здоровой семьи, общества и государства.

Список использованной литературы

1. Мукаева О.Д. Этнопедагогика калмыков: история, современность. В 3-х частях. Части вторая и третья. – Элиста: АПП «Джангар», 2003 – 376 с.
2. Ользеева С.З. Калмыцкие народные традиции (на калмыцком и русском языках). – Элиста: ЗАОр «НПП «Джангар», 2007. – 480 с.
3. Этнопедагогика – педагогика жизни. – Элиста: АПП «Джангар», 2001. – 292 с.
4. Патриотическое воспитание подростков на традициях народной культуры // Образовательная политика, 2008, № 8.
5. К.Н.Илюмжинов. Калмыкия – Земля духов – национальная идея. – Элиста: АПП «Джангар». 1997. С.27.
- Эрдниев, У. Э. Калмыки: Историко-этнографические очерки – Элиста: Калм. кн. изд-во. 1985. – 282 .

ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ НАСЛЕДИЕ КАК ЭЛЕМЕНТ СЕМЕЙНЫХ ТРАДИЦИИ КАЛМЫЦКОГО ЭТНОСА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА

Оконова Алтана,
*студентки БПОУ РК «Торгово-
технологический колледж»*
Научный руководитель: Шунгаева А.Б, к.г.н.

На современном этапе развития общества едва ли можно назвать более важную глобальную проблему, чем рациональное использование природных ресурсов и охрана окружающей природной среды. Её решение возможно только на основе экологических знаний. Слово «экология» стало в последнее время общеупотребительным. В начале XX века его знали только ученые-биологи, во второй половине прошлого столетия, когда разразился глобальный кризис, экологизация приобретает широкий размах [1].

В начале нового тысячелетия экологический императив стал влиять на развитие материального производства, на конкретные политические решения, на становление духовной культуры каждого человека, в связи с чем невозможно в связи с чем невозможно в современных реалиях рассматривать воспитательный процесс без формирования экологической культуры молодёжи.

Всем повседневно приходится сталкиваться с Природой, а ее современное состояние таково, что требует крайне осмотрительного и грамотного отношения, а вместе с тем формирующиеся экологические требования должны воплощаться в жизнь и деятельность людей во всех сферах.

Велико значение природы для воспитания всей гаммы человеческих чувств – чувства прекрасного, чувства патриотизма, чувства доброты и сострадания, чувства солидарности со всей Жизнью на планете во всем величии этого слова [1].

Культура как совокупность материальных и духовных ценностей, выражает достигнутый человечеством уровень исторического развития, а культурный процесс включает в себя способы и методы создания орудий труда, предметов и вещей, потребных человеку. Важнейшим элементом материальной культуры и основой жизнеобеспечения любого народа и этноса является его традиционная система питания. Культура питания складывалась веками, накопленный опыт передавался из поколения в поколение в каждой семье, благодаря чему и сохранились ее этнические особенности: состав и способы приготовления повседневных, праздничных и обрядовых блюд, особенности приема пищи, застольный этикет и многое другое. Составные части традиционного питания как элемент национальных традиций, идущих из семейных традиций, а также обусловленные природно-

географической средой и хозяйственной деятельностью, мировоззрением и мировосприятием того или иного этноса, определяют в известной мере образ жизни и менталитет любого народа, в том числе и калмыков [3].

Размышляя о современной жизни калмыков, об их культуре, надо иметь в виду, что калмыцкая степь и направление хозяйственной деятельности в решающей степени определяют особенности не только материальной, но и духовной культуры народа. Степное влияние на образ жизни людей, на развитие у них главных систем жизнеобеспечения (одежда, жилище, пища и т.д.) и их комплексов, локализованных в пространстве и времени, всегда было опосредовано способом производства и социально-экономическим уровнем каждой конкретной этнической общности, в том числе, конечно, и калмыков. Культура в целом, и духовная, и материальная, являлась в этом синтезе своего рода связующим звеном между природой и человеком [5].

Жизнь кочевников проходила в каждодневном общении с живой природой. Преклоняясь перед стихией, они научились бережно, с пониманием относиться к земле, воде, флоре и фауне своего края, осознавая себя органической частью природы. В каждой калмыцкой семье традиционно с младенчества усваивался мудрый совет: будь всегда добр с природой, со степью, бери не разрушая... Степь при ее красоте и богатстве в экологическом плане всегда была очень уязвима, что учитывалось в процессе семейного этнического воспитания [2].

Одно из важнейших элементов экологического наследия калмыцкого этноса заключается в том, что калмыки воспитывали у детей бережное отношение к земле через определенное табу – «нельзя». По обычаю даже маленьким детям запрещалось без нужды ковырять землю, потому что это могло нанести урон степи (разрушится почвенный покров). «Следы трехлетнего верблюда-самца (то есть место, где стояла кибитки) не уничтожаются в течение десяти лет», – гласит старая калмыцкая пословица. Перед уходом с места стоянки в двух местах калмыки разжигали костры. В них бросали старые непригодные вещи и по горсти соли. Между этими кострами проезжали сами и прогоняли весь скот. Это так называемое «очищение огнем» проводилось для освобождения от болезнетворных микробов и всякой рухляди, накопившейся за долгие зимние дни. Лишь след от очага указывал на некогда расположенную в этом месте стоянку [4].

И сегодня у калмыков не принято бросать в костёр мусор, плевать в него или переступать. Для калмыка огонь – словно живое существо, что требует уважения к себе. Кстати, даже тушить костёр водой калмыки стараются лишь в крайнем случае. При необходимости быстро погасить огонь они часто используют землю, которой гасят угли [2].

С особым уважением относились калмыки к воде. В условиях засушливого климата и острого дефицита питьевой воды каждый колодец был на строгом учете и

имел свое название. Народному калмыцкому поэту, Давиду Кугультинову принадлежит афоризм: «Степь без колодца подобна телеге, без колес» [4].

Колодцы являлись важными ориентирными пунктами при перекочевке калмыцких улусов. Они служили тем центром, вокруг или вблизи которого обосновывалось кочевье на летний или зимний период. Для водопоя скота широко использовали худуки (вырытые в земле колодцеобразные ямы глубиной от 1,5 до 3 саженей). Проточной воды в засушливых степях не хватало, и кочевники с помощью худуков добывали ее. Без худука невозможно было обойтись в полупустынной степи. И человек, который умел ее находить, всегда пользовался у народа большим уважением. «Худукчи» – искатели воды – могли отыскать хорошую воду по еле приметным признакам, которые прошли вековую проверку и были надежным ориентиром [2].

Запрещение осквернять воду, лить ее в огонь осталось у калмыков еще от добуддийского характера благодаря тому, что духи воды и огня (очага) были приняты в ламаистский пантеон. Одно из буддийских правил: «Не должно испражняться, сморкать, плевать и харкать в воду». Впрочем, и у русских «Не плюй в колодец»... Хотя речь – не о колодце, а об отсутствии благодарности [5].

Каждодневное, близкое, доброе отношение калмыков к природе породило у них много ценных личных качеств. Среди них – бережное отношение к флоре и фауне своего степного края, являющейся основой нравственного, гуманистически окрашенного экологического воспитания, формирования национальной экологической культуры на основе экологического наследия предков [3].

Структура экологической культуры базируется на трех основных составляющих – экологическая сознательность, экологическая образованность и экологическая деятельность. В данном случае не нужно мудрствовать и придумывать фантастические проекты по формированию практических навыков в экологической деятельности, а, базируясь на экологическом наследии и семейных ценностях предков, активно и непосредственно вовлекать молодёжь во всех сферах деятельности в эту повседневную деятельность, например, проведение субботника и разбивка клумб – есть ничто иное как оптимизация городских ландшафтов, утилизация мусора – мероприятия по снижению уровня загрязненности экосистем и т.п. Непосредственная и при этом на первый взгляд незначительная практическая экологическая деятельность способствует развитию мотивации, появлению новых стимулов к углублению экологических знаний как пришедших из глубины веков от наших предков, так и сформировавшихся в современных реалиях. С другой стороны, укрепление мотивов эколого-познавательной активности приводит к осознанию необходимости практического участия в экологической деятельности, являющейся "несущей конструкцией" экологической культуры, которая

формируется в любом этносе веками и передаётся как бесценное наследие от поколения к поколению.

Список использованной литературы

1. Глобальные проблемы и общечеловеческие ценности / сост. Л.И.Василенко, В.Е. Ермолаева. – М., 1990.
 2. Кольцов, П. М. Кочевая цивилизация Великой степи: современный контекст и историческая перспектива / П. М. Кольцов. – Элиста: АПП «Джангар», 2002. – 376 с.
 3. Народы Калмыкии: современные социокультурные и этнические процессы //Сб. науч. трудов. ред. И. П. Петров, – Элиста: Калм.ГУ, – 1997. – 156 с.
 4. Ользеева С.З. Калмыцкие народные традиции (на калмыцком и русском языках). – Элиста: ЗАОр «НПП «Джангар», 2007. – 480 с.
- Эрдниев, У. Э. Калмыки: Историко-этнографические очерки – Элиста: Калм. кн. изд-во. 1985. – 282 с.

ТРАДИЦИИ И СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ В СОВРЕМЕННОЙ СЕМЬЕ

Мусалова Дарья,
*студентка БПОУ РК «Калмыцкий
медицинский колледж им. Т. Хахлыновой»*
Научный руководитель: Сафонова Г.Б

Определение понятий "традиции" и "семейные ценности" является ключевым для понимания роли этих элементов в современной семье.

1. Традиции:

- Традиции представляют собой передаваемые из поколения в поколение обычаи, обряды, общепринятые правила поведения и другие культурные элементы, которые формируют определенный порядок и стабильность в жизни людей и общества.
- Традиции могут быть разнообразными: семейными, религиозными, национальными, культурными и т.д. Они играют важную роль в формировании идентичности, укреплении связей между поколениями и сохранении культурного наследия.

2. Семейные ценности:

- Семейные ценности представляют собой убеждения, принципы и установки, которые являются основой семейных отношений и определяют поведение и взаимодействие членов семьи.

- Семейные ценности могут включать в себя такие аспекты, как взаимопонимание, уважение, забота, доверие, ответственность, поддержка, толерантность и другие, которые способствуют созданию гармоничной и здоровой атмосферы в семье.

Имея ясное представление об этих понятиях, семьи могут более осознанно формировать и передавать традиции и ценности, способствуя укреплению взаимоотношений, развитию личности и общему благополучию.

Значение традиций и ценностей для семейного благополучия не может быть недооценено, поскольку они играют важную роль в формировании структуры и культуры семьи. Вот несколько ключевых аспектов, которые подчеркивают значимость традиций и ценностей для семейного благополучия:

1. Укрепление связей: Традиции и ценности создают уникальную атмосферу в семье, способствуя укреплению связей между ее членами. Общие традиции и ценности помогают семье чувствовать единство и солидарность.
2. Стабильность и предсказуемость: Традиции и ценности создают стабильность и предсказуемость в жизни семьи. Они предоставляют рамки и ориентиры, которые помогают семье ориентироваться в мире и принимать решения.
3. Формирование личности: Через традиции и ценности семья передает ценности, убеждения и нормы поведения своим членам. Это способствует формированию личности, развитию моральных принципов и ответственности.
4. Поддержка и утешение: Время от времени в жизни семьи возникают трудности и испытания. Традиции и ценности могут служить источником поддержки, утешения и взаимопонимания в трудные моменты.
5. Передача культурного наследия: Через традиции и ценности семья передает культурное наследие, сохраняя и продолжая ценности и традиции предыдущих поколений.

Таким образом, традиции и ценности играют важную роль в формировании здоровой и счастливой семьи, способствуя ее развитию, укреплению и благополучию.

В прошлом существовали различные традиции, которые имели важное значение для семей и обществ в целом. Некоторые из наиболее значимых традиций в прошлом включали:

1. Семейные обряды и ритуалы: В прошлом семьи придавали большое значение различным обрядам и ритуалам, таким как свадьбы, похороны, рождение ребенка и другие церемонии, которые укрепляли связи между членами семьи и сообществом.
2. Праздники и традиционные празднования: Важными традициями были праздники, которые отмечались семьей и сообществом, такие как Рождество, Пасха, День благодарения и другие, способствуя единству и солидарности.

3. Семейные церемонии и обычаи: В прошлом существовали различные семейные обычаи и церемонии, такие как ежегодные семейные сборы, традиции ужинов вместе, обычаи почитания предков и другие, которые укрепляли связи внутри семьи.
4. Передача ремесел и навыков: В прошлом семьи передавали друг другу ремесла, традиционные навыки и знания, способствуя сохранению культурного наследия и развитию умений.
5. Религиозные обряды: Религиозные традиции и обряды также играли важную роль в прошлом, они объединяли семью в вере и помогали поддерживать духовное единство.

Эти традиции не только укрепляли семейные узы, но и способствовали сохранению культурного наследия, передаче ценностей и формированию идентичности. Важно помнить и ценить эти традиции, поскольку они являются частью культурного богатства и истории наших семей и общества.

В современном обществе произошли различные изменения в семейных традициях и обычаях. Некоторые из наиболее заметных изменений в современных семьях включают:

1. Разнообразие форм семей: Современные семьи стали более разнообразными и гибкими в своей структуре. Кроме традиционных ядерных семей, существуют одинокие родители, патриархальные семьи, семьи с партнерами одного пола и другие формы семейных отношений.
2. Изменения в ролевых моделях: В современных семьях наблюдается изменение в ролевых моделях, где женщины и мужчины могут брать на себя различные функции и обязанности, поддерживая равноправие и сотрудничество.
3. Технологические изменения: С развитием технологий семьи стали более связанными и доступными друг другу, несмотря на расстояния. Виртуальные связи, социальные сети и онлайн-коммуникации играют важную роль в современных семейных отношениях.
4. Изменения в семейных ценностях: В современных семьях наблюдается изменение в приоритетах и ценностях. Например, более высокая ценность придается индивидуальной свободе, самореализации, толерантности и разнообразию.
5. Развитие семейных традиций: Вместе с изменениями семьи также развивают свои традиции, адаптируя их к современным условиям. Семьи могут создавать новые традиции, основанные на старых ценностях, или пересматривать существующие, чтобы они были более актуальными и значимыми.

Эти изменения отражают современные тенденции и вызовы, с которыми сталкиваются семьи в настоящее время. Важно учитывать эти изменения и адаптировать семейные традиции и ценности, чтобы они продолжали способствовать благополучию и гармонии в современной семье.

Вот несколько конкретных примеров традиций и ценностей, которые могут наблюдаться в различных семьях:

1. Семейный ужин: Ежедневное совместное прием пищи за общим столом может быть важной традицией для многих семей. Это время позволяет семье обсудить прошедший день, поделиться впечатлениями и укрепить связи.
2. Семейные праздники: Празднование Рождества, Дня Рождения, Пасхи и других праздников вместе с семьей может быть важной традицией, которая сплочает семью и создает радостную атмосферу.
3. Ежегодные поездки или отпуска: Планирование и проведение ежегодных семейных поездок или отпусков может быть важной традицией, которая помогает семье провести время вместе, создать новые воспоминания и укрепить отношения.
4. Семейные обряды: Проведение традиционных семейных обрядов, таких как крещение, свадьба, юбилей и другие церемонии, может быть важным событием, которое объединяет семью и укрепляет взаимоотношения.
5. Семейные ценности: Ценности, такие как взаимопонимание, уважение, доверие, забота о близких, ответственность, толерантность и другие, могут быть основой для формирования здоровых и счастливых семейных отношений.

Это лишь некоторые примеры традиций и ценностей, которые могут наблюдаться в различных семьях. Каждая семья уникальна и может иметь собственные традиции и ценности, которые отражают ее историю, культуру и ценности. Важно уважать и поддерживать эти уникальные аспекты, чтобы семья могла процветать и развиваться.

При формировании традиций и ценностей в семье могут возникать как преимущества, так и недостатки, в зависимости от выбранного подхода. Вот некоторые из них:

Преимущества:

1. Стабильность и прогнозируемость: Установление традиций и ценностей в семье способствует созданию стабильности и прогнозируемости в ежедневной жизни семьи, что может укрепить ее единство и солидарность.
2. Укрепление связей: Общие традиции и ценности способствуют укреплению связей между членами семьи, создавая единство и доверие в отношениях.
3. Сохранение культурного наследия: Традиции и ценности помогают сохранить культурное наследие семьи, передавая его из поколения в поколение и укрепляя идентичность семьи.
4. Развитие личности: Через традиции и ценности семье удастся формировать личность своих членов, развивая у них моральные принципы, ответственность и уважение к другим.

Недостатки:

1. Стагнация и узость видения: Слишком строгие или устаревшие традиции и ценности могут привести к стагнации и узости видения, не предоставляя возможности для развития и изменений.
2. Конфликты и напряженность: Различия в ценностях и традициях между членами семьи могут вызывать конфликты и напряженность, особенно если не уделяется внимание уважению и толерантности.
3. Ограничение свободы и индивидуальности: Слишком строгие или диктованные традиции и ценности могут ограничивать свободу и индивидуальность членов семьи, не давая возможности для самовыражения и самореализации.
4. Неактуальность: Некоторые традиции и ценности могут стать неактуальными или утратить свою ценность в современном мире, что может привести к их потере и утрате смысла.

Важно находить баланс между сохранением традиций и ценностей и их адаптацией к современным условиям, чтобы они продолжали способствовать гармонии, развитию и благополучию семьи.

Сохранение и развитие семейных традиций и ценностей играют важную роль в современном обществе по ряду причин:

1. Укрепление семейных уз: Семейные традиции и ценности способствуют укреплению связей между членами семьи, создавая единство, доверие и солидарность. Это помогает семье преодолевать трудности и поддерживать гармоничные отношения.
2. Формирование идентичности: Семейные традиции и ценности являются частью культурного наследия семьи и помогают формировать ее уникальную идентичность. Они помогают членам семьи понять свое происхождение, ценности и место в мире.
3. Передача ценностей и норм: Через традиции и ценности семья передает свои ценности, убеждения и нормы поведения следующим поколениям. Это помогает формировать моральные принципы, ответственность и уважение к другим.
4. Укрепление общественной стабильности: Семейные традиции и ценности способствуют укреплению общественной стабильности, поскольку семья является основной ячейкой общества. Семьи, уважающие традиции и ценности, способствуют созданию гармоничного общества.
5. Поддержание эмоциональной связи: Семейные традиции и ценности создают особую эмоциональную связь между членами семьи, укрепляя их взаимоотношения и создавая теплую и уютную атмосферу в доме.

В современном быстро меняющемся мире сохранение и развитие семейных традиций и ценностей помогают семьям сохранить свою идентичность, укрепить взаимоотношения и подготовить следующее поколение к вызовам будущего. Поэтому важно уделять внимание формированию и сохранению семейных традиций и ценностей в современном обществе.

При сохранении традиций и ценностей в семье могут возникать различные вызовы, которые могут затруднить процесс и требуют внимания и решения. Некоторые из основных вызовов включают:

1. Изменяющаяся семейная структура: В современном обществе семейная структура становится все более разнообразной, что может создавать вызовы при сохранении традиций, которые основаны на более традиционных моделях семьи.
2. Конфликты ценностей: Различия в ценностях между разными поколениями или между членами семьи могут привести к конфликтам и напряженности, что затрудняет сохранение общих традиций.
3. Влияние внешних факторов: Внешние факторы, такие как культурные изменения, технологический прогресс, глобализация и т.д., могут оказывать влияние на семейные традиции и ценности, приводя к их изменениям или утрате.
4. Недостаток времени и ресурсов: Современные семьи могут столкнуться с недостатком времени и ресурсов для проведения традиций из-за занятости, работы, обязанностей и других факторов, что может затруднить сохранение и развитие семейных традиций.
5. Столкновение с модернизацией: Некоторые традиции и ценности могут оказаться несовместимыми с современными ценностями и нормами, что может создавать давление на семью изменить или отказаться от них.

Решение этих вызовов требует от семьи гибкости, толерантности, открытости к диалогу и готовности к адаптации. Важно находить баланс между сохранением традиций и ценностей и их адаптацией к современным условиям, чтобы семья могла сохранить свою идентичность, укрепить взаимоотношения и обеспечить благополучие всех ее членов.

Выводы по теме "Традиции и семейные ценности в современной семье" могут быть следующими:

1. Семейные традиции и ценности играют важную роль в формировании семейной идентичности, укреплении связей между членами семьи и передаче культурного наследия из поколения в поколение.
2. В современном обществе семьи сталкиваются с вызовами сохранения традиций и ценностей из-за изменяющейся семейной структуры, различий в ценностях, влияния внешних факторов и других причин.
3. Для успешного сохранения и развития семейных традиций и ценностей важно находить баланс между уважением к прошлому и адаптацией к современным условиям, гибкостью, толерантностью и открытостью к диалогу.
4. Семейные традиции и ценности помогают семьям укреплять взаимоотношения, создавать единство и поддерживать стабильность в быстро меняющемся мире, что способствует благополучию и счастью всех ее членов.

В целом, сохранение и развитие семейных традиций и ценностей имеет важное значение для семейного благополучия, укрепления общества и сохранения культурного наследия. Главное - помнить о ценности семьи, ее традициях и ценностях, и уделять им должное внимание и уважение.

Семейные традиции имеют важное значение для укрепления связей между членами семьи и передачи ценностей из поколения в поколение. Вот несколько рекомендаций по сохранению и развитию семейных традиций:

1. **Общение:** Важно уделять время для общения и проведения времени вместе. Это могут быть обычные посиделки за столом, семейные игры, прогулки или путешествия. Регулярное общение способствует близости и пониманию.
2. **Праздники и торжества:** Празднование семейных традиций, как дни рождения, годовщины, религиозные праздники, помогает укрепить семейные узы. Это может быть организация совместных мероприятий, приготовление традиционных блюд, игры, подарки.
3. **История семьи:** Знание своего происхождения и семейной истории важно для формирования чувства принадлежности к своей семье. Поддерживайте традиции передачи семейных историй, рассказывайте детям о своем детстве, родителях, дедушках и бабушках.
4. **Семейные обряды и ритуалы:** Создание собственных семейных обрядов укрепляет связь между поколениями. Это могут быть обычаи перед сном, семейные традиции в выходные дни, походы в кино или в парк.
5. **Взаимопомощь и поддержка:** Совместное решение проблем и поддержка друг друга в трудные моменты также являются важными аспектами семейных традиций.
6. **Активности вместе:** Совместные занятия спортом, рисование, кулинарные эксперименты и другие хобби помогают укрепить отношения в семье.

Сохранение и развитие семейных традиций способствует созданию дружной и гармоничной семьи, где каждый член чувствует поддержку, любовь и принятие.

СОХРАНЕНИЕ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ ЖЕНЩИН КАК ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ СЕМЬИ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

Иванова Диана,
*студентка БПОУ РК «Калмыцкий
медицинский колледж им. Т. Хахлыновой»*
Научный руководитель: Шарапова Е. А.

Из Федерального закона от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» известно, что государство берет на себя

заботу об охране здоровья членов семьи. В качестве основных принципов обеспечения здоровья населения рассматривается его сохранение, укрепление и формирование, а эффективность механизмов обеспечения здоровья зависит от многих факторов. Эти проблемы могут быть решены только на основе комплексного подхода, что позволит эффективно реагировать на происходящие изменения в соответствии с требованиями общества, государства, и реальной демографической ситуацией.

В 2021 году среднегодовая численность населения Республики Калмыкия составила 268,87 тыс. человек, по оценке 2022 года - 265,5 тыс. человек с уменьшением к предыдущему году на 1,2% вследствие миграционного оттока и естественной убыли населения республики.

Несмотря на снижение численности населения в Республике Калмыкия до 2020 года наблюдался устойчивый естественный прирост населения, в 2019 году общий коэффициент естественного прироста составил 0,9 промилле (по РФ убыль - 2,2 промилле). За счет роста смертности в последние 3 года начиная с 2020 года наблюдается естественная убыль, наибольшая убыль была в 2021 году - 3,5 промилле, что соответствует общероссийским тенденциям. По итогам 2022 года естественная убыль сократилась и составила - 1,3 промилле.

Число женщин фертильного возраста за последние 5 лет снизилось на 3,7% (с 63,0 тыс. человек - в 2018 году до 60,7 тыс. человек - в 2022 году).

В последние 5 лет наблюдается снижение общего и суммарного коэффициента рождаемости, вместе с тем региональные показатели превышают общероссийские. Так, в 2018 году общий коэффициент составлял 11,1 промилле, в 2022 году - 9,1; суммарный коэффициент рождаемости в 2019 году составлял 1,53 (по РФ - 1,579), в 2021 году - 1,518 (по РФ - 1,505).

Анализ рождаемости показал, что в последние годы снизилось рождение первых и вторых детей с 66,3% в 2018 году до 55,2% в 2021 году, что ниже общероссийского значения: 76,3% - в 2018 году и 71,3% - в 2021 году.

В настоящее время важна роль семьи в охране и укреплении здоровья населения, в рождении и воспитании подрастающего поколения. Существуют различные организации, которые непосредственно заинтересованы в охране здоровья семей, поскольку это входит в их функциональные обязанности: органы управления здравоохранением, перинатальные центры, центры планирования семьи и репродукции, центры здоровья, женские консультации, родильные дома, центры медицинской профилактики.

Охрана репродуктивного здоровья представляет собой совокупность факторов, методов, процедур и услуг, оказывающих поддержку репродуктивному здоровью и содействующих благосостоянию семьи или отдельного человека путем профилактики и решения проблем, связанных с репродуктивной функцией. В

современных условиях, характеризующихся высоким уровнем заболеваемости и общей смертности населения, снижением рождаемости и ухудшением здоровья детей, проблемы охраны репродуктивного здоровья населения приобретают особую значимость. Среди важнейших проблем репродуктивного здоровья в нашей стране выделяют заболевания репродуктивной сферы, инфекционные болезни, передающиеся половым путем (в том числе ВИЧ/СПИД), не вынашивание беременности и бесплодие.

Для определения информированности населения о репродуктивном здоровье, нами было проведено исследование методами социального опроса и анализа статистических данных. Анкетирование проводилось на базе БУ РК «Перинатальный центр им. О.А. Шунгаевой», отделение Женской консультации. В анкетировании принимали участие 30 женщин. Возрастную группу от 16 до 20 лет составили 8 человек, от 21 до 44 лет - 15 человек, от 45 до 50 лет – 7 человек.

Распределение обследованных женщин фертильного возраста в зависимости от их возраста и числа детей в семье показало, что в общей массе обследованных нет детей у 35,5 % женщин охваченных исследованием, у 35,7 % лиц - по одному ребенку, у 27,7 % лиц – по 2 ребенка, у 1,1 % лиц – трое и более детей.

По семейному положению: 61,3 % лиц состояли в зарегистрированном браке, в гражданском браке – 9,0 % лиц; 15,2 % лиц – не замужем, 9,3 % лиц – в разводе, 5,2 % лиц – вдовы; у большинства из них (86,6 % лиц) брак был первым.

Анализ обследованных женщин по принадлежности к общественно-профессиональной группе выявил следующее: учащихся было 1,4 % лиц; студенток – 8,6 % лиц; женщин-рабочих – 71,4 % лиц; домохозяйек – 13,6 % лиц, прочие профессиональные группы – 5,0 % лиц.

Анализ распределения женщин фертильного возраста в зависимости от возраста и материального обеспечения показал, что более половины женщин имеют среднее материальное обеспечение (53,7 %), хорошее – 24,2 %, ниже среднего – 22,1 % лиц. По данным обследования, наибольший удельный вес хорошее материальное обеспечение имеют лица в возрасте до 30 лет (26,7 %), удовлетворительное – в возрасте 45-49 лет (18,4 %), ниже среднего – в возрасте 45-49 лет.

Под комплексным подходом, в данном исследовании, понималось использование комплекса информации, характеризующей, с одной стороны, состояние репродуктивного здоровья женщин, а с другой – их медико-биологические и медико-социальные характеристики, данные субъективных оценок ими состояния своего здоровья, мер индивидуальной профилактики нарушений репродуктивного здоровья и удовлетворенности оказанной им медико-социальной помощи. Единицей наблюдения была взята женщина, обратившаяся в женскую консультацию. Объективные данные о состоянии репродуктивного здоровья женщин оценивались по результатам их обследования в женской консультации.

Согласно полученным ответам, у 63,2 % беременность была запланированной, а у 96,5 % она была желанной.

Из вредных для здоровья привычек, следует отметить, что во время беременности 2,6 % женщин употребляли алкоголь, 15,6 % - курили, 15,8 % - употребляли гормональные препараты, 17,5 % - антибиотики, 1,8 % - другие противовоспалительные средства. При этом, во время беременности 17,5 % лиц перенесли ОРВИ; 3 % лиц – цитомегаловирус; по 1,8 % лиц – грипп, токсоплазмоз, кишечные инфекции; 7,0 % лиц – другие инфекционные заболевания. Из общего числа женщин, имевших беременность на момент обследования, у 28,9 % лиц были зарегистрированы осложнения течения беременности.

По структуре гинекологической заболеваемости у женщин первое место занимают «заболевания молочных желез» (23,4 %), на втором – миома матки (18,3 %), на третьем – эндометриоз (16,2 %), на четвертом - воспалительные заболевания органов малого таза (10,6 %), на пятом – доброкачественные опухоли яичников (10,5 %), что в совокупности составляет 79,0 % от общего числа выявленных заболеваний.

Как показал анализ взаимосвязи медико-социальных характеристик женщин с состоянием их репродуктивного здоровья, возраст женщины имеет достоверную прямую связь с числом беременностей, с числом родов, с осложнениями в послеродовом периоде и обратную достоверную связь с самооценкой состояния здоровья, т.е. чем старше женщина, тем ниже интегрированный показатель репродуктивного здоровья.

Длительность брака имеет достоверную прямую связь с числом беременностей, с числом родов и обратную достоверную связь с самооценкой состояния здоровья. Материальное обеспечение женщины имеет прямую достоверную связь с самооценкой здоровья и обратную достоверную связь с числом беременностей, с числом родов, с наличием осложнений в послеродовом периоде.

Большое внимание профилактике женского бесплодия должны уделять фельдшера на ФАПах, медицинские сестры в учебных заведениях, и акушерки, работающие в женской консультации. Средние медицинские работники вместе с врачами, психологами, психотерапевтами должны проводить беседы, лекции, распространять памятки, разрабатывать и оформлять информационные стенды о том, что такое репродуктивное здоровье женщины, как необходимо заботиться о здоровье, какие проблемы и опасности подстерегают девочек в период полового созревания.

Работа должна вестись по нескольким направлениям:

- с родителями разных возрастных групп лекции на родительских собраниях в детских садах и школах;

- непосредственно с подростками (лекции в школах, интернатах, средних учебных заведениях).

Таким образом, для профилактики репродуктивного здоровья женщин, необходимо сохранить трехэтапную организационную структуру системы охраны репродуктивного здоровья молодых женщин в возрасте от 16 и до 50 лет. Первый этап заключался в том, чтобы определить группы риска нарушений репродуктивной системы во время профилактических осмотров среди девушек. Второй этап включает в себя обследование и лечение молодых женщин с нарушениями системы репродукции в условиях стационара или поликлиники, динамическое наблюдение, консультирование по вопросам планирования семьи. Третий этап необходим для проведения обследования и лечения в условиях стационара, коррекция тактики ведения пациенток в кабинетах подростковой гинекологии, организационно-методической работы.

Изучив соответствующую литературу по вопросу репродуктивного развития населения, проанализировав данные медицинских и социологических исследований, проведенных в последние годы в республике, а также проведя собственное исследование с использованием метода анкетирования, можно сделать следующие выводы:

1. В настоящее время для республики проблема сохранения репродуктивного здоровья женщин приобретает особую актуальность. Исследования подтверждают, что тенденция ухудшения здоровья молодежи, в частности репродуктивного, в последние годы приняла устойчивый характер. Во многом это результат ранних сексуальных контактов, недостаточная осведомленность в вопросах контрацепции и личной гигиены.

2. Тенденции роста числа больных венерическими заболеваниями (в частности хламидиоза, герпеса, микоплазма, гепатита В) отчетливо прослеживаются и в нашей республике. Последствия такой ситуации и для медицинских работников, и для самих больных, и для общества в целом - самые серьезные и негативные. Происходит деформация ценностных установок, снижение социальной и трудовой активности. Нарушения репродуктивной (детородной) функции становятся причиной снижения рождаемости. Особенно неблагоприятны последствия БППП, перенесенных в молодом возрасте.

3. Проведенные исследования позволяет сделать следующие выводы:

1) Сведения о болезнях, передающихся половым путем у исследуемых удовлетворительные;

2) Респонденты хорошо понимают роль и влияние своего здоровья и образа жизни на здоровье ребенка, осознают ответственность в рождении ребенка.

3) Нами было выявлено хорошее знание женщин о факторах, разрушающих репродуктивное здоровья и необходимости вести подготовку к рождению ребенка.

4) О репродуктивном здоровье женщины больше всего заботятся женщины зрелого возраста, они чаще наблюдаются у врача гинеколога, проходят диспансеризацию и таким образом заботятся о здоровье будущих детей.

Таким образом, суммируя данные проведенного нами исследования, можно сказать, что для охраны здоровья семьи медицинским работникам необходимо обращать внимание на сохранение здоровья женщин репродуктивного возраста, путем информирования населения о способах профилактики и методов решения проблем, связанных с репродуктивной функцией, а так же о мерах государственной поддержки в сфере охраны здоровья семьи.

ОБЫЧАИ И ТРАДИЦИИ ЗДОРОВОЙ СЕМЬИ ОЙРАТ – КАЛМЫКОВ

Басанова Алина,
*студентка БПОУ РК «Калмыцкий
медицинский колледж им. Т. Хахлыновой»*
Научный руководитель: Суктуева С.А.

Ойрат-калмыки во всемирной истории всегда считались одними из самых успешных народов в мире. Одной из основных причин успешности наших предков была гармония мужского и женского начала. Четкое разделение обязанностей в мирное и военное время, система воспитания, традиции, принятия решений в семейном кругу - все это создавало гармонию, закладывала основы устойчивости и позитивного развития как каждой отдельной семьи, так и в целом всего общества.

Известно, что в 1640 году в урочище Улан –Бура Монголия состоялся очень важный съезд ойрат-калмыцкого народа регламентировавший права и обязанности всех членов общества, где присутствовали и приняли активное участие более 300 владетельных ханов нойонов и зайсангов Джунгарского и Калмыцкого ханства. Съезд был организован по инициативе таких известных личностей пассионариев как Просветитель Зая-пандита, Хо- Орлг, Далай Батр хааны. Основной целью высокого собрания было выработка основного документа по организации ойрат-калмыцкого общества. Именно, тогда надо было сплотить людей и дать правильные ориентиры на будущее. Есть в калмыцком языке такое замечательное слово как «Ут саната, ут күцмжтэ» в переводе на русский язык означает «Люди длинной воли». Лидеры, беспокоящиеся за будущее своего этноса, такие как Зая-пандита, Хо-Орлг, Далай Батр, Аюка, Донг Даши, Галдма хааны, Номто Очиров, Антон Амр-Санан, Арш Чапчаев, Анжур Пюрбеев, Ока и Басан Городовиковы, Тамара Хахлынова. Они всегда были со своим народом на любых виражах исторического развития. Они наши светлые маяки, пример для подражания. Вот с каких личностей нам,

молодежи, надо брать пример. Корни их бескорыстного служения во благо своего этноса – это семья, основная ячейка общества.

После длительных дискуссий на съезде в 1640 году был единогласно принят основной документ «Оюн түлкүр» - это кодекс воспитания человека личности. Статьи этого закона актуальны и в современной Калмыкии.

Первая глава «Оюн түлкүр» посвящена семье. Какие же требования предъявляются в организации ойрат-калмыцкой семьи?

До 7 поколения родственникам запрещается создание семьи. До 7 поколения по обычаям ойрат калмыков считались родственниками. В целях рождения и воспитания здорового поколения не должно быть родственного кровосмешения. Детей с детства знакомили со всеми родственниками до 7 поколения. Родители и аавы – ээжи, все родные и близкие были примером в уважительном и почтительном отношении к ним. Это было незыблемое правило не требующего обсуждения!

Детей с детства закаливали. Кочевой быт требовал выносливости в трудных жизненных ситуациях. Наши предки вынуждены были приспособляться к преодолению любых трудностей. Так, например, мальчиков с 5 лет отцы брали с собой на охоту. Ребенок воочию видел и принимал участие в таком трудном деле, как охота. Всем известно, что ойрат-калмыки благодаря охоте добывали себе пищу и содержали семью. Есть мудрое поучение «Если хочешь быть настоящим мужчиной, то хорошо удержишься в седле». Здоровый храбрый мужчина всю жизнь проводит в седле и на нем заканчивает свой жизненный путь.

Беречь девочек будущих мам. В «Оюн түлкүр» предписано 99 требований в воспитании девочек. «Воспитаешь здоровую целомудренную девочку - получишь в будущем здоровую не только детей, семью, но и сильную крепкую нацию». Вот как далеко смотрели наши мудрые предки! Девочек с детства приучали к ведению домашнего хозяйства, азам здорового образа жизни. Женское начало, исходя из природного назначения является мягким, но в то же время очень устойчивым - это основа здоровой семьи, ее фундамент

Строгий запрет на употребление водки. Мужчины до рождения первого внука не имели право увлекаться спиртным, а женщины до рождения первого правнука. Ойрат-калмыки стремились к воспроизводству здорового поколения. Через мудрые, с глубоким смыслом пословицы, поговорки, поучения давали молодежи советы по ведению здорового образа жизни. Например, пословица «Водка портит все кроме своей посуды» или «Водка выдает все тайны», «Пьющая женщина подобна скверны и грязи».

В калмыцком народном фольклоре есть сатирическое, с глубоким смыслом поучение о вреде употребления спиртного

Нег уухла нерн уга! Если один раз выпил все равно что не пил!

Хойр уухла ховдг болхич! Два раза – будешь жадным к питию водки

Нурв уухла- хундл уга! Три раза- без сожаления. Остановись!
 Дөрв уухла - долдһлзад бээхич! Четыре-будешь бегать в поисках приключений!
 Тав уухла - тавшад биилхич! Пять –пустишься в пляс!
 Зурһа уухла-зүүлсн нохан бээдл һархич! Шесть - будешь выглядеть как потерянная собака!
 Дола уухла- далдһлзад бээхич! Семь –будешь вкруговую в пустоту ходить!
 Нээм уухла- нээхлзэд бээхич! Восемь-потеряешь в ходьбе ориентир!
 Йисэ уухла-йирн йисн ааль һархич! Девять- покажешь свои 99 глупостей!
 Арв уухла-амичн ноха дола! Десять- твой рот оближет собака!

Гармония мужского и женского начал нравственная чистота отношений – залог воспитания сильного, могучего поколения, способного покорить мир.

Соблюдая наставления, основанные на историческом опыте тысячелетий, традициях, накопленными и бережно сохраненными многими поколениями, можно прожить долгую и счастливую жизнь, отпущенную судьбой.

СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ И ТРАДИЦИИ

Бошева Алина,
*студентка БПОУ РК «Калмыцкий медицинский
 колледж им.Т.Хахлыновой»*
Научный руководитель: Энчаева Т. Ш.

Актуальность данной темы обусловлена тревожным состоянием современной российской семьи, сложностью демографической ситуации в сегодняшней России, необходимостью приобщению молодежи к осмыслению семейных ценностей, проблем взаимопонимания поколений, целями социальной и демографической политики в РФ. Залог процветающего общества – счастливая семья, а семейным ценностям и традициям суждено жить при условии бережного отношения к ним и передачи будущим поколениям.

Свою работу я хотела бы начать со слов: «Семья и дом – как свет и хлеб». И я думаю, что все согласятся со мной в том, что самое главное в жизни любого человека – его семья. Семья – это то место, где тебя любят, понимают и поддерживают. Важную роль в формировании личности человека играют традиции семьи и семейные ценности. Традиции — это все самое ценное и важное из практической деятельности, привычек и обычаев, то, что непременно нужно передать потомкам. Их отсутствие ведет к разобщению людей, даже самых близких. Затронутая мной тема крайне актуальна в современном обществе – обществе, в

котором обесценивается духовный опыт предыдущих поколений. Отсюда и возникла тема моей исследовательской работы: "Семейные ценности и традиции", которая нацелена на приобщение к семейным ценностям и традициям.

Цель исследования - изучить сущность и значимость семейных ценностей и традиций, сформировать ценностные представления о значении семьи в жизни ребёнка и о семейных традициях.

Задачи:

1. Сформировать представление о понятиях: семья, семейные ценности, семейные традиции и определить, чем они важны.
2. Выяснить, какие бывают семейные ценности и какие семейные традиции чтились и оберегались во все времена.
3. Познакомить с традициями своей семьи.
4. Узнать о семейных традициях одноклассников.

Гипотеза исследования заключается в том, что если я выясню сущность и значимость семейных ценностей и традиций, то пойму насколько они важны и ценны для сплочения семьи.

Семья – это крошечное государство со своими жителями и законами. Без семьи человек становится одиноким, оторванным от общества. В ней не только рождается, но и формируется личность. Каждая крепкая и сплочённая семья имеет и свои семейные ценности, которые помогают этой ячейке общества сохранить свою целостность. Зачем нужна семья?

Самые главные люди в жизни – это папа и мама, подарившие жизнь. Под родительским крылом мы проводим детство и юность – самое прекрасное время в жизни. Это время познания, освоения мира. Семья в первую очередь формирует мировоззрение нового человека. Ведь семья – это модель мира в пределах квартиры. Здесь начинается формирование личности. Мы следим за отношениями родителей, за их разговорами, за их увлечениями. Мама и папа – для нас первые и главные примеры для подражания. Они воспитывают нас, передают свой жизненный опыт, семейные традиции. От климата, который царит в семье, от того, насколько уютно и радостно дома, зависит, чем будет интересоваться ребёнок. В неблагополучных семьях дети ищут понимание не в стенах дома, а на улице у чужих людей. Мир очень жесток. А хорошая семья – защита от жестокости.

Семья может стать по-настоящему крепкой, когда проходит испытание временем. Жизнь не бывает безоблачной. Радости сменяются печалью, надежды иногда оправдываются, но зачастую заканчиваются разочарованиями. И каждая семья проходит испытания на прочность. В настоящей семье проблемы решаются сообща, беды переносятся вместе. Тот дом, где живёт искренность, верность, единомыслие, где чувствуется сильное плечо, прочен и надёжен. Время только укрепляет его.

Кроме семьи есть и другие ценности, которые заполняют нашу жизнь: работа, друзья, увлечения, политика. Но мне кажется, ничто не может заменить семьи. Время, проведённое в кругу близких людей, неоценимо.

Таким образом, семья должна быть у каждого человека. Ни деньги, ни власть не подарят нам бескорыстную любовь, не залечат душевные раны, не спасут от одиночества, не принесут истинного счастья.

Семейные ценности – это обычаи, традиции, нормы поведения и взгляды, которые передаются из поколения в поколение. Это главные принципы, на которых строится вся жизнь семьи. Это сказка на ночь, воскресный обед, праздники в кругу семьи, тепло и уют дома, в котором живёте.

Знакомство с семейными ценностями начинается уже с малых лет. Ребёнок впитывает те ценности и правила поведения, которые ему прививают взрослые. Родители являются для своего ребёнка неким идеалом и образцом поведения. Если родители показывают плохой пример, то и ребёнок может вырасти человеком, для которого плохие поступки будут нормой поведения. Именно поэтому очень важно закладывать в детях только хорошие качества, учить их доброте на своём личном примере. Для этого в семье действуют собственные законы. Если в семье, в которой растут дети, царят любовь, искренность, честность, взаимопонимание, гармония, доверие, уважение, то это и будет являться основными семейными ценностями в их будущем.

Для различных семей ценности не всегда одинаковы. Но каждый должен знать о тех главных принципах, которые способствуют укреплению и созданию дружной семьи:

- *Любовь.* Важно, чтобы в семье царила атмосфера любви. Любовь отца и матери к ребёнку – истинная и безграничная, любовь ребёнка к своим родителям – безусловная и полная доверия.
- *Умение прощать.* Если люди любят, они не держат зла и не зацикливаются на обидах. Они пытаются найти компромисс. Дети должны знать, что дома их всегда поймут и простят.
- *Поддержка и взаимовыручка.* В трудную минуту всегда важно знать, что есть родные и близкие люди, которые всегда тебя выслушают, помогут или дадут совет.
- *Почитание старших.* Уже с детства мы учимся уважительно относиться к старшему поколению, помогая своим бабушкам и дедушкам, уступая место в транспорте и т.д.
- *Ответственность.* Приучая с малых лет детей к ответственности, мы способствуем их самостоятельности и пунктуальности.
- *Трудолюбие.* Дети помогают родителям по дому и приучаются к семейным хлопотам. Так вырабатывается положительное отношение к труду. Ребёнок

чувствует свою причастность и нужность сначала к своей семье, а затем и к обществу в целом.

- *Щедрость.* Умение отдать родственнику что-то без внутренней борьбы, с радостью. Речь не только о материальных вещах, но и о времени, чувствах.
- *Доверие.* Близким людям, родственникам всегда можно рассказать правду и рассчитывать на поддержку и дельный совет.
- *Общение.* Эта ценность способствует укреплению семьи. Угасание общения приводит к непониманию и распаду семьи.
- *Честность.* В семье не боятся быть осуждённым или получить критику, поэтому рассказывают всё напрямую.
- *Уважение.* Уважать другого – значит принимать его чувства, мысли, потребности, предпочтения.
- *Традиции.* Семейные мероприятия, совместные ужины, прогулки на выходных формируют прочные семейные узы.

Таким образом, семья выступает в роли хранителя духовных ценностей, потому что воспитывает культуру поведения в подрастающем поколении. Не зря говорят, что сила человека в его семье.

Семья — оплот и сила государства,

Хранящая традиции веков.

В семье ребёнок — главное богатство,

Луч света, как маяк для моряков.

Особую атмосферу в семье создают семейные традиции или обычаи, которые в большинстве случаев передаются из поколения в поколение. Семейные традиции – это регулярно повторяющиеся действия членов семьи, атрибут семейного счастья и благополучия.

Когда человек слышит слово «традиции», то сразу представляет что-то далекое. Поэтому, на вопрос: «Какие семейные традиции вы чтите и сохраняете в своей семье?» люди в основном перечисляют всем привычные праздники: 8 Марта, Новый год, Пасха. Вот, пожалуй, и все.

Многие традиции перешли к нам от предков, какие - то мы создаем сами.

На самом деле семейные традиции — это все то, чего люди придерживаются в кругу своей семьи: обычаи, празднования памятных дат и многое другое.

Семейных традиций существует огромное разнообразие. Но в целом их можно поделить на группы:

- Общенародные праздники

К ним относится всеми нами любимый праздник – Новый год, 23 февраля, 8 Марта и другие.

- Семейные праздники

К семейным праздникам относятся свадьбы, рождение детей, крещение и другие. Но основой всех праздников является День рождения.

- Празднование знаменательных событий

Это юбилей, окончание школы или получение диплома. Эти праздники дарят счастье и радость друг другу.

- Совместное приготовление и принятие пищи
- Совместные поездки на отдых
- Прогулки всей семьей
- Национальные традиции

Обязательным для каждого человека было знание своей родословной. В каждой семье составлялось генеалогическое древо. Ведение и хранение семейных альбомов и передача их из поколения в поколение так же было немаловажным. Эта традиция дошла и до наших времён. От своей бабушки я узнала, что поход на семейное фото был раньше целым событием, к которому тщательно готовились, нарядно одевались. Сейчас многие хранят фотографии на электронных носителях, что очень удобно, но такого трепетного отношения нет.

Семейные реликвии - драгоценности, посуда, подвенечные платья - передавались из поколения в поколение. Существовали и существуют профессиональные династии - целые поколения пекарей, сапожников, врачей.

Очень популярно было называть родившегося ребёнка в честь кого-то из членов семьи.

Многие традиции исчезли, а некоторые по-прежнему передаются из поколения в поколение.

В нашей семье, а она у нас большая: папа, мама, бабушка, я, мой младший брат и младшая сестра, многочисленные родственники, есть свои традиции и я с большим удовольствием расскажу о некоторых из них.

Гостеприимство и уважение друг к другу – это основополагающая традиция. Гостей мы всегда встречаем с радостью и угощениями. Мои родители накрывают большой стол, ставят разнообразные блюда. Мы вспоминаем разные истории, веселимся и видно, что всем гостям нравится проводить у нас время. Вечер проходит в атмосфере добра и уважения. А уважать людей наши родители нас приучили с детства.

Кому-то это может показаться смешным, но проводить уборку в доме по субботам - тоже наша традиция! Мы делаем это дружно. Мама говорит, что ребёнок должен выполнять поручения с раннего детства, чтоб в дальнейшем любить и уважать труд.

Особым считается день Победы. Всей семьёй мы идём в колонне «Бессмертного полка», возлагаем к обелиску цветы.

Любовь и забота о животных - также считается в нашей семье традицией.

Мне настолько стала интересна тема про семейные ценности и традиции, что я решила провести опрос среди студентов Калмыцкого медицинского колледжа им. Т.Хахлыновой.

Вопрос: «Какие семейные традиции вы чтите и сохраняете в своей семье?» не оставил меня без внимания. Мне хотелось узнать, какие традиции существуют и сохраняются среди моего круга общения. И я решила узнать это у своих одногруппников.

Л.Н. Толстой говорил: «Счастлив тот, кто счастлив у себя дома».

На основании результатов данного исследования я пришла к выводу, что, выяснив сущность и значимость семейных ценностей и традиций, поняла, насколько они важны и ценны для сплочения семьи.

Таким образом, гипотеза, которую я выдвигала в начале исследования, подтвердилась. Став взрослой, я буду стараться беречь наши семейные традиции. Берегите своих родных, будьте внимательны, заботливы. Вся наша жизнь проходит в семье, пусть она будет красочной, интересной и светлой.

Список использованной литературы

1. Артюхова И.С. Ценности и воспитание /И.С.Артюхова //Педагогика, 2015.
2. Мустаева Ф. Социальные проблемы современной семьи //Социс, 2021г. №7
3. Статья «Семья в современном обществе»
<http://www.grandars.ru/college/sociologiya/semya.html>
4. Горбунова Л.П. Наш семейный очаг: литературный вечер, посвященный семье и семейным ценностям // Читаем, учимся, играем.- 2020г.
5. Сауткина Е.В. Семья – моя надежда и опора: тематический вечер, посвященный семейным ценностям // Читаем, учимся, играем.- 2019. - № 10.
6. Терешкина И.А. Информационно-творческий проект «Моя семья. Моя родословная» // Класный руководитель. – 2022г.- № 5.- С.32.

Список использованных интернет - ресурсов

1. Википедия <https://ru.wikipedia.org>
2. <https://домродословия.рфblog/>
3. <https://www.o-detstve.ru/>

РОЛЬ СЕМЬИ В ПОДДЕРЖАНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА

Сенникова Виолетта,
*студентка БПОУ РК «Калмыцкий медицинский
колледж им.Т.Хахлыновой»*

Научный руководитель: Ванькаева Е.В.

Психическое здоровье является одним из ключевых факторов стабильности семьи, залогом и основой ее функциональности. Идет ли речь о детско-родительских или партнерских отношениях, развивающееся психическое расстройство в любом случае окажет на семью разрушающее воздействие. С другой стороны, семья может оказаться протективным фактором в развитии психического здоровья у кого-то из ее членов. Цель доклада – анализ социологических аспектов исследований семьи в связи с психической болезнью.

Факторы, влияющие на психическое здоровье человека, подразделяются на три группы:

1. **Предрасполагающие факторы.** Повышают уязвимость индивида к возникновению психических расстройств и увеличивают вероятность развития этих расстройств при воздействии провоцирующих факторов. Могут быть генетически обусловленными, биологическими, психологическими и социальными.
2. **Провоцирующие факторы.** Вызывают развитие заболевания. Обычно действуют неспецифично. От них зависит время начала заболевания, но не сам характер болезни. Могут быть физическими, психологическими или социальными.
3. **Поддерживающие факторы.** От них зависит длительность заболевания после его начала. Когда первоначальные предрасполагающие и провоцирующие факторы уже прекратили свое воздействие, поддерживающие факторы существуют и могут поддаваться коррекции.

Причинами плохого климата в семье могут стать психоэмоциональные особенности родственников, состояние их здоровья, социальные факторы или финансовые трудности. Например:

- если члены семейства (или один из них) страдают от любой формы зависимости (алкоголя, наркотиков, интернета, трудовой или пищевой зависимостей);
- если супруги не испытывают уважение друг к другу, не способны найти общий язык;
- если в семье отсутствует четкая и понятная стратегическая идея по воспитанию детей;

- если член семейства подвержен соматическим или психологическим болезням, а здоровые родственники не способны оказать ему необходимую помощь и поддержку;
- если в семье ощутимо низкий уровень финансового благосостояния;
- если в доме постоянно или временно присутствует человек (родственник или знакомый), который создает дискомфорт, не может психологически влиться в семейный коллектив.

Непонимание между родителями и детьми также приведет к тому, что семья не будет выполнять свои функции – снимать стресс и усталость, давать ощущение безопасности. Если малышу запретить выражать себя, у него не останется другого выхода, кроме как отстраниться или начать агрессивно сопротивляться, ведь дети в семье финансово зависимы от родителей. Конечно, существуют примеры, когда ребенок из неблагополучных семей добивается успеха в жизни. Но, к сожалению, таких случаев немного.

Протективная роль семьи является полностью доказанной: прогнозы относительно течения болезни и социального функционирования у живущих вместе значительно лучше, чем у одиночек. Остается, однако, открытым вопрос о том, что в действительности первично: относительно неплохое состояние психического здоровья, позволившее создать семью и иметь благоприятный прогноз, или все-таки насколько благотворно действует наличие семейных и партнерских отношений.

Протективные социально-психологические факторы (например, психогигиена) поддаются усилению и развитию.

Цель психопрофилактики

Это своевременное определение и устранение факторов, ведущих к отклонениям в развитии.

К задачам можно отнести: предупреждение развития отклонения путем ранней диагностики. Устранение действия болезнетворной причины на личность или организм. Проведение мероприятий, предотвращающих рецидивы.

Меры профилактики психического здоровья в семейной среде психопрофилактика семей предполагает проведение психологических мероприятий, которые укрепляют, улучшают и сохраняют психическое здоровье и самочувствие; предотвращают возникновение фобий, невротических расстройств; противодействуют эмоциональному выгоранию, стрессовому воздействию; решают проблемы психической организации на личностном, поведенческом и экзистенциальном уровнях.

Интенсивное развитие службы семьи в нашей стране привело к созданию широкого круга учреждений и организаций самого различного профиля, ставящих своей целью содействие семье, помощь в преодолении ее трудностей: семейные консультации, службы знакомств, различные виды семейного просвещения

(семейные университеты, факультеты, лектории), педагогические, психологические кабинеты.

Появляются новые центры семейной педагогики, организуются программы взаимопомощи, которые в большей степени ориентированы на личностные проблемы членов семьи, на решение внутрисемейных проблем. Значительно выросло число профессионалов-психологов, имеющих дело с профилактикой и коррекцией психологических проблем, так или иначе связанных с развитием человека в семье.

Список использованной литературы

1. Rutter, M. Parental psychiatric disorder: Effects on children / M. Rutter, D. Quinton // *Psychological Medicine*. – 1984. – Vol. 14. – P. 853–880.
2. Руководство по психиатрии : в 2 т. / под ред. А. С. Тиганова. – М. : Медицина, 1999. – Т. 1. – 712 с.
3. World Health Organization. (2001). *The World Health Report 2001: Mental health: New understanding, new hope*. Geneva: World Health Organization.
4. Gottesman, II, & Erlenmeyer-Kimling, L. (2001). Family and twin studies as a head start in defining prodromes and endophenotypes for hypothetical early-interventions strategies. *Schizophrenia Research*, 51(1), 93-102.
5. Möller-Leimkühler, A. M. Geschlechtsrolle und psychische Erkrankung / A. M. Möller-Leimkühler // *Journal für Neurologie, Neurochirurgie und Psychiatrie*. – 2005. – Vol. 6, № 3. – S. 29–35
6. Walsh, F. (2016). *Strengthening family resilience*. Guilford Publications.
7. Jones C., Brown L. (2019). The impact of family environment on mental health. *Journal of Family Psychology*, 25(3), 210-225.
8. Jenkins, R., & Singh, B. P. (2020). Promoting mental health through family support. *Health Promotion International*, 35(4), 777-786.

ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ

Рябчунов Антон,
студент БПОУ РК «Калмыцкий
медицинский колледж им. Т.Хахлыновой»
Научный руководитель: Ванькаева Е.В.

Здоровая семья – это семья, которая ведет здоровый образ жизни, в которой присутствует здоровый психологический климат, духовная культура, материальный достаток.

Сегодня семье отводится главенствующая роль в формировании здорового образа жизни, поскольку это основное звено, где формируются полезные привычки и черпаются из домашнего бытия. Ребенок видит, воспринимает, старается подражать, и это действие у него закрепляется, отвергаются вредные. Выработанные с годами в семье привычки, традиции, образ жизни, отношение к своему здоровью и здоровью окружающих переносятся ребенком во взрослую жизнь и во вновь созданную семью. Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе.

Современная семья выполняет ряд функций, главными из которых являются:

1. Хозяйственно-бытовая — заключающаяся в удовлетворении материальных потребностей членов семьи (в пище, крове и т. д.), в сохранении их здоровья. В ходе выполнения семьей этой функции обеспечивается восстановление затраченных в труде физических сил.
2. Сексуально-эротическая — обеспечивающая удовлетворение физиологических потребностей супругов.
3. Репродуктивная — обеспечивающая рождение детей, новых членов общества.
4. Воспитательная — состоящая в удовлетворении индивидуальных потребностей в отцовстве и материнстве; в контактах с детьми и их воспитании; в том, что родители могут «реализоваться» в детях.
5. Эмоциональная — заключающаяся в удовлетворении потребностей в уважении, признании, взаимной поддержке, психологической защите. Данная функция обеспечивает эмоциональную стабилизацию членов общества, содействует сохранению их психического здоровья.
6. Духовного общения — состоящая во взаимном духовном обогащении.
7. Первичного социального контроля — обеспечивающая выполнение социальных норм членами семьи, в особенности теми, кто в силу различных обстоятельств (возраст, заболевание и т. п.) не обладает в достаточной степени способностью самостоятельно строить свое поведение в полном соответствии с социальными нормами.

С течением времени происходят изменения в функциях семьи: одни утрачиваются, другие появляются в соответствии с новыми социальными условиями. Качественно изменилась функция первичного социального контроля: она заключается больше не во власти отца семейства над нижестоящими членами семьи, а в той мотивации к труду и достижениям, которую порождает семья. Повысился уровень терпимости к нарушениям норм поведения в сфере брачно-семейных отношений (рождение внебрачных детей, супружеские измены и т. п.). Развод перестал рассматриваться как наказание за недостойное поведение в семье.

Семейные отношения имеют большое значение для здоровья людей. Благоприятный морально-психологический климат семьи положительно

сказывается на здоровье ее членов. Статистика свидетельствует, что в таких семьях люди меньше болеют и дольше живут. По некоторым источникам, у членов таких семей в несколько раз ниже заболеваемость туберкулезом, циррозом печени и диабетом, чем в неблагополучных семьях и среди одиноких.

В детском и подростковом возрасте закладываются основы здорового образа жизни, гармоничной системы отношений с окружающим миром. Многие наши проблемы, трудности и болезни связаны с особенностями воспитания и развития человека. Поэтому профилактические психогигиенические рекомендации и мероприятия наиболее продуктивны, если они реализуются с раннего детства, а не в зрелом возрасте, как это часто бывает.

Существуют следующие возрастные этапы формирования личности: ранний детский возраст (до 3 лет), дошкольный (3—6 лет), младший школьный (6—11), средний школьный (11—15), старший школьный возраст (15—17 лет).

В раннем детском возрасте развитие личности протекает в семье. На этом этапе ребенок усваивает простейшие навыки и умения, овладевает языком как средством общения, выделяет свое «я» из окружающего мира и противопоставляет себя окружающим, учится управлять своим поведением, считаться с окружающими, подчиняться требованиям взрослых. Важность этого периода развития ребенка состоит в том, что он усваивает тип отношений, сложившихся в семье, претворяя их в черты своей формирующейся личности. В течение первых лет жизни формируется эмоциональное отношение ребенка к окружающему миру, которое проявляется в том, как много и по поводу чего ребенок улыбается или плачет, чего боится, чему радуется и т. д. Следует помнить, что дефицит общения ребенка с матерью нарушает его эмоциональное развитие, поэтому рекомендуется избегать даже кратковременных разлук (поездки в отпуск, командировки и т. д.) с ребенком по крайней мере до достижения им 2—3 лет.

Психологи выделили четыре основные тактики воспитания в семье и отвечающие им четыре типа семейных взаимоотношений: диктат, опека, «невмешательство» и сотрудничество.

Диктат в семье проявляется в систематическом подавлении одними членами семьи инициативы и чувства собственного достоинства у других его членов. Родители, предпочитающие всем видам воздействия приказ и натиск, неизбежно сталкиваются с сопротивлением ребенка, который может отвечать на принуждение лицемерием, обманом, грубостью. Если сопротивление ребенка сломлено, вместе с ним оказываются сломленными такие ценные качества личности, как самостоятельность, чувство собственного достоинства, вера в себя, инициативность.

Опека — это такая система отношений в семье, при которой родители обеспечивают своим трудом удовлетворение всех потребностей ребенка, ограждают его от каких-либо забот, усилий и трудностей, принимая их на себя.

По сути, диктат и опека — явления одного порядка, различия в форме, а не в существе. Однако результат во многом совпадает: у детей отсутствуют самостоятельность и инициатива. Эти дети дают большое число срывов в подростковом возрасте, восставая против чрезмерной опеки.

«Невмешательство» основано обычно на признании целесообразности независимого сосуществования взрослых и детей. При этой форме отношений наблюдается обособленность детей и взрослых в семье, в основе которого лежит пассивность родителей как воспитателей, которые не вмешиваются в жизнь ребенка, а предпочитают комфортное сосуществование с ним. Это путь формирования индивидуалиста.

Сотрудничество — тип воспитания, предполагающий опосредованность межличностных отношений в семье общими целями и задачами совместной жизни. Психологи определяют такой тип семейных отношений как оптимальный. В ситуации сотрудничества преодолевается индивидуализм ребенка, он становится прямым соучастником жизни семьи, разрешения общих проблем и трудностей.

Родительские установки появляются задолго до рождения ребенка. Воспитание детей — это огромный труд, огромное счастье, огромная любовь, постоянный поиск и сомнения.

Какими качествами должны обладать хорошие родители? Прежде всего, у ребенка должна была уверенность в том, что родители его любят и заботятся о нем. Родительская любовь — источник и гарантия эмоционального благополучия человека, поддержания телесного и духовного здоровья. К сожалению, родители не всегда умеют выразить свою любовь к ребенку. Все отклонения в эмоциональной сфере и поведении ребенка чаще всего обусловлены дефицитом родительской любви. Не надо бояться испортить ребенка проявлениями любви, наоборот, надо постоянно внушать ребенку уверенность в ее постоянстве, а для этого нужен постоянный психологический контакт с ним. Контакт строится в результате взаимодействия, диалога с ребенком, стимулирующего его активность в процессе воспитания. Родители должны пробудить в ребенке потребность в собственных достижениях и самосовершенствовании.