

## МЯГКИЕ НАВЫКИ (SOFT SKILLS) У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА: РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРОСА И КЛАССИФИКАЦИЯ

Ахмадеева Л.Р.<sup>1</sup>, Ахмадуллина Г.Х.<sup>1</sup>, Липатова Е.Е.<sup>1</sup>, Синицина А.С.<sup>1</sup>, Хужина Ю.Э.<sup>1</sup>, Мурзаханова К.И.<sup>1</sup>, Ахмадеева Э.Н.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>ФГБОУ ВО «Башкирский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения России, Уфа, e-mail: leila\_ufa@mail.ru

В настоящее время при подготовке врачей преобладают классические профессиональные навыки (hard skills), и мягкие навыки (soft skills) оказываются на второстепенных позициях. В статье представлены результаты исследования по изучению мягких навыков обучающихся Башкирского государственного медицинского университета и предложена их классификация. Профессиональная деятельность современного специалиста медицинского профиля неразрывно связана с применением коммуникативных навыков, в том числе через средства телекоммуникации. Данное исследование было направлено на выявление роли мягких навыков в успешном обучении в медицинском вузе при использовании дистанционного формата. Ведущей позицией самоменеджмента является применение рациональных процедур, эффективных методов и методик в профессиональной деятельности для оптимизации временного ресурса и самоорганизации. Владение различными компонентами мягких навыков, такими как коммуникативные, социальные, навыки саморегулирования и управления, способствует формированию оптимальной индивидуальной образовательной траектории, успешной учебной и профессиональной деятельности. На наш взгляд, обязательным компонентом мягких навыков является умение поддерживать себя в рабочей форме, что напрямую связано с соблюдением здорового образа жизни. В работе рассмотрен паттерн здорового образа жизни обучающихся медицинского университета, вредные привычки, тайм-менеджмент. С опорой на мнения респондентов определен круг стрессогенных факторов.

Ключевые слова: дистанционный формат обучения, самоменеджмент, мягкие навыки, классификация, вредные привычки, тайм-менеджмент, здоровый образ жизни.

## SOFT SKILLS OF MEDICAL STUDENTS: RESULTS OF THE SURVEY AND CLASSIFICATION

Akhmadeeva L.R.<sup>1</sup>, Akhmadullina G.Kh.<sup>1</sup>, Lipatova E.E.<sup>1</sup>, Sinitsina A.S.<sup>1</sup>, Khuzhina Yu.E.<sup>1</sup>, Murzakhanova K.I.<sup>1</sup>, Akhmadeeva E.N.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>FGBOU VO "Bashkir State Medical University" Ministry of Health Care of Russia, Ufa, e-mail: leila\_ufa@mail.ru

Currently, classical professional skills (hard skills) prevail in the training of physicians, and soft skills are in a secondary position. The article presents the results of the study of soft skills in students of Bashkir State Medical University and their classification. The professional activity of a modern medical specialist is inseparably connected with the application of communicative skills, including education using telecommunication means. This study is aimed at identifying the role of soft skills in successful learning at a medical university using a remote format. The leading position of self-management is the application of rational procedures, effective methods, and techniques in professional activities to optimize the time resource and self-organization. Possession of various components of soft skills, such as communicative, social, self-regulation and management skills, contributes to the formation of an optimal individual educational trajectory, successful educational and professional activities. In our opinion, an obligatory component of soft skills is the ability to maintain oneself in working form, which is directly connected with the observance of a healthy lifestyle. The work considers the pattern of healthy lifestyle of medical university students, bad habits, time management. Based on the respondents' opinions, the range of stressogenic factors was determined.

Keywords: distant learning format, self-management, soft skills, classification, bad habits, time-management, healthy lifestyle.

Двадцать первый век, помимо жестких (hard skills) профессиональных навыков, требует от специалистов медицинского профиля освоения «мягких», или универсальных навыков, включающих в себя умение устанавливать связи, позиционировать себя в сообществе, работать самостоятельно и в команде, а также способность учиться и переучиваться. На

данный момент, когда пандемия коронавирусной инфекции изменила модели взаимоотношений между людьми, дистанционная форма обучения необходима и востребована в связи с различными социально-экономическими и эпидемиологическими изменениями. Для продуктивного обучения в дистанционном формате необходимо использовать универсальные, или так называемые мягкие / гибкие навыки. Переход в другой формат обучения определяет потребность обучающихся в развитии надпрофессиональных навыков – ответственность, дисциплина, тайм-менеджмент; социальных навыков – скорость адаптации, коммуникация, в частности слушание, эмоциональный интеллект; а также в совершенствовании навыков применения современных информационных технологий. На мероприятиях, проводимых Министерством здравоохранения Российской Федерации, отмечалось, что в настоящее время классические профессиональные навыки преобладают при подготовке врачей, в то время как мягкие навыки оказываются на второстепенных позициях. Это, в свою очередь, приводит к тому, что зачастую молодые специалисты не могут нормально и эффективно взаимодействовать с пациентами [1].

А.И. Ивонина и О.Л. Чуланова в своей работе подчеркивают, что успех человека в профессиональной сфере на 85% зависит от мягких компетенций, а на 15% - от жестких. Наше исследование подтвердило, что мягкие навыки оказывают влияние на продуктивную учебную деятельность и, как следствие, медицинскую практику [2].

Во время дистанционного обучения проблема нехватки общения становится особенно острой. Наше исследование показало, что 34,1% респондентов отмечали недостаточный уровень коммуникации с преподавателем, 56,3% опрошенных испытывали недостаточность непосредственного контакта со сверстниками. Поэтому, на наш взгляд, обучающимся необходимо развивать коммуникативные навыки посредством общения через социальные сети и видеоконференции, устанавливать контакт и организовывать диалог с людьми, уметь презентовать себя и свои проекты. Все это формирует «мягкие», или универсальные навыки, которые позволяют успешнее вести учебную деятельность.

Так как на данный момент нет единой классификации мягких навыков, мы можем предложить следующий вариант дифференциации навыков soft skills с учетом обсуждаемых в литературе вариантов [3] (таблица).

Предлагаемая нами классификация мягких навыков (soft skills)

Коммуникативные навыки	Устанавливать контакт и организовывать диалог с разными людьми. Оказывать влияние и вести эффективные переговоры. Понятно, убедительно говорить, писать, владеть различными форматами делового общения. Презентовать (себя, компанию, продукт и т.д.). Уметь слушать и слышать.
Социальные	Гибко переключаться между ролями (уметь руководить и

навыки	<p>подчиняться в зависимости от ситуации, не «застревать» в профессиональных деформациях, статусах, моделях поведения и т.п.).</p> <p>Устанавливать связи, позиционировать себя в сообществе.</p> <p>Работать самостоятельно и в команде.</p> <p>Управлять конфликтами.</p> <p>Обладать эмоциональным интеллектом.</p> <p>Соблюдать трудовую этику.</p>
Самоуправление/ саморегулирование	<p>Умение управлять своим временем, ресурсами.</p> <p>Глубокое знание себя, своих особенностей. Умение эффективно социализироваться в различной среде.</p> <p>Адаптивность к изменяющимся условиям.</p> <p>Способность учиться, «разучиваться» и переучиваться.</p> <p>Поддержание себя в «рабочей форме», самомотивация, профилактика выгорания и т.п.</p> <p>Навыки целеполагания и управления развитием (проекта, собственной карьеры и т.д.).</p> <p>Траектория индивидуального развития и/или индивидуальная траектория образования.</p>
Управленческие и исследовательские навыки	<p>Анализировать и прогнозировать.</p> <p>Создавать и модернизировать системы.</p> <p>Принимать решения.</p> <p>Способность мыслить нестандартно.</p> <p>Искать и создавать ресурсы, информацию, пути решения/выхода.</p> <p>Уметь распределять задачи и синхронизироваться с другими членами команды даже при больших различиях в стилях и содержании работы.</p>

Также мягкие навыки включают в себя компьютерную грамотность и знание телекоммуникационных возможностей.

Так как продуктивность напрямую зависит от умения самостоятельно планировать свое время, обучающемуся необходимо развивать навыки управления собственной жизнью, включающие в себя осознанное и планомерное построение внешнего, личного и внутреннего пространств, самообразование и формирование своего окружения. Не менее актуальным, на наш взгляд, является навык сохранения психологической и физической рабочей формы, а именно поддержание здоровья путем соблюдения здорового образа жизни.

Цель исследования: изучение и анализ имеющихся мягких навыков (soft skills) среди обучающихся Башкирского государственного медицинского университета (БГМУ) путем анкетирования в период обучения с использованием дистанционных технологий для учета полученных данных в процессе преподавания.

Материалы и методы исследования: анализ специальной литературы, интервьюирование, анкетирование (авторские опросники), анализ и синтез полученных данных.

В анкетировании приняли участие 243 обучающихся лечебного, педиатрического, стоматологического, фармацевтического, медико-профилактического факультетов и

факультета для подготовки социальных работников Башкирского государственного медицинского университета.

Анкетирование проводилось в два этапа.

1-й этап. Был проведен опрос среди учащихся медицинского университета с целью определения связи между уровнем развития мягких навыков и оценкой удовлетворенности дистанционным форматом обучения. В анкетировании использовался авторский опросник, созданный в Google-форме. В исследовании приняли участие 126 обучающихся БГМУ, из них 82,5% составляли респонденты женского пола; средний возраст респондентов составил 17,8 года.

2-й этап. Изучение уровня развития отдельных компонентов мягких навыков, заключающихся в саморегулировании, в ходе исследования паттерна здорового образа жизни. В анкетировании использовался авторский опросник, созданный в Google-форме. В исследовании приняли участие 120 обучающихся БГМУ, из них 67,5% составляли респонденты женского пола; средний возраст респондентов составил 18,5 лет.

Чуланова О.Л. описывает гибкость, адаптивность как «способность осознавать свои и чужие эмоции, способность управлять ими и на этой основе строить взаимодействие с окружающими. Гибкость, адаптивность – это способность адекватно реагировать на изменения и поддерживать преобразования в трудовом процессе» [4]. Адаптивность к изменяющимся условиям, способность учиться относятся к самоуправлению, что является одним из компонентов мягких навыков. В нашем исследовании часть опрошенных обучающихся испытывала тот или иной дискомфорт на дистанционном формате, например у 18,3% опрошенных ухудшилось самочувствие, что, по их мнению, связано с длительным пребыванием в сидячем положении перед монитором компьютера или экраном телефона.

Продуктивность в учебной деятельности напрямую зависит от состояния физического и психологического здоровья, в том числе в изменяющихся условиях среды. Увеличение продолжительности сна во время дистанционного формата обучения отметили 60,3% обучающихся, при этом 46,8% ответили, что в дистанционном формате физическое и психологическое состояние улучшилось; не почувствовали изменений 34,9% соответственно.

Также мы исследовали компоненты здорового образа жизни. Укорочение времени пребывания на свежем воздухе зафиксировали 43,7% опрошенных. Тревожным является тот факт, что во время дистанционного формата обучения у 50% снизилась физическая активность, 20,6% обучающихся отметили увеличение массы тела.

Рассматривая эмоциональную составляющую, хотелось бы отметить, что 42,1% обучающихся обнаружили улучшение настроения при дистанционном формате обучения, тогда как 27,8% в качестве характеристики настроения согласились с терминами

«некомфортно, угнетающе»; 30,2% респондентов изменений не зафиксировали.

Умение эффективно социализироваться в различной среде мы считаем одним из ведущих компонентов мягких навыков. Опрос показал, что с трудностями обратной связи, в частности связанными с невозможностью уточнить непонятый материал, столкнулись 34,1% обучающихся, для них уровень коммуникации с преподавателем при дистанционном формате был недостаточным. При этом большая часть обучающихся не отмечала дискомфорта, и уровень коммуникации с преподавателем их устраивал. В то же время 56,3% опрошенных не хватало реального общения с одногруппниками, работы в парных формах, обсуждения изучаемого материала в малых коллективах, т.е. непосредственного контакта. По мнению респондентов, с этим была связана проблема успешного усвоения учебного материала - у 32,5% студентов снизилось качество запоминания из-за отсутствия очного обсуждения.

Проведенное нами исследование показало, что у 31,7% респондентов возникли проблемы с самоорганизацией учебного процесса – респонденты отметили сложность распределения времени на учебу и отдых самостоятельно, однако, несмотря на это, 87,3% всё же удавалось выполнять все работы в срок, указанный преподавателем.

Ведущей позицией самоменеджмента является применение рациональных процедур, эффективных методов и методик в профессиональной деятельности для оптимизации временного ресурса и самоорганизации. Согласно Жуковой В.Ю., «залогом успешного прохождения программ дистанционного формата обучения является наличие сильной мотивации обучающегося» [5].

Основным недостатком дистанционного формата обучения респонденты назвали снижение концентрации на учебном процессе в домашней обстановке (43,7%) и указали на увеличение времени, затраченного на выполнение домашнего задания (46,8%), что, на наш взгляд, говорит о несформированных навыках самоменеджмента.

Несмотря на то что успеваемость большинства опрошенных осталась на прежнем уровне (69,8%), часть респондентов призналась в ухудшении качества полученных знаний (34,9%). Из-за неумения грамотно распределять свое время, отсутствия самомотивации и низкой скорости адаптации к новой форме обучения снижается объем усвоения материала студентами, что можно рассматривать как недостаточную адаптивность к изменяющимся условиям.

Следующим этапом нашего исследования было изучение паттерна здорового поведения обучающихся. На наш взгляд, обязательным компонентом мягких навыков является умение поддерживать себя в рабочей форме, что напрямую связано с соблюдением здорового образа жизни.

По результатам опроса, 95,7% респондентов считают необходимым придерживаться

принципов здорового образа жизни, однако соблюдают его полностью лишь 43,6% опрошенных, 53,8% придерживаются некоторых аспектов здорового образа жизни.

Качество состояния здоровья как «отличное» смогли оценить всего 31,6% респондентов, большинство оценило как «удовлетворительное» - 65,0%, что может мотивировать дополнительно к соблюдению принципов здорового образа жизни.

Соблюдение принципов тайм-менеджмента подразумевает снижение уровня дискомфорта, связанного с ограниченным временным ресурсом. Наше исследование показало, что наиболее часто встречающейся проблемой является нехватка времени. Большинству респондентов (67,5%) не удастся правильно распределить свои задачи и вовремя выполнить запланированные дела, и, напротив, 25,6% грамотно распределяют свое время и своевременно выполняют поставленные задачи. Стрессогенными факторами обучающиеся считают: учебную деятельность (81,2%), межличностные отношения (41,9%), внутриличностные конфликты (29,1%).

Хотелось бы отметить, что к стрессогенным факторам респонденты относят и неумение планировать свой бюджет. Данную проблему отметили 41,0% обучающихся. Подвержены импульсивным тратам 8,5% опрошенных.

Исследование паттерна здорового образа жизни обучающихся показало, что 5,1% обучающихся курят, при этом осознают причиняемый табакокурением вред здоровью 96,6% из них. Также по результатам исследования алкоголь употребляет каждый третий студент (35%), чаще всего респонденты употребляют алкоголь по торжественным дням 1-2 раза в год (22,2%), 20,5% употребляют алкоголь раз в месяц. По данным исследования Пахомовой Ж.В., отмечается эпизодическое употребление алкоголя до 1-2 раз в месяц 27,5% обучающихся медицинского университета, что «диктует необходимость повышения роли антитабачной и антиалкогольной пропаганды в воспитании студентов» [6]. В авторском опроснике был вопрос, касающийся свободного времяпрепровождения. Получены следующие ответы: 68,4% студентов предпочитают гулять на свежем воздухе, 65,8% отдыхают за просмотром фильмов или сериалов, 30,8% в свободное время занимаются спортом, 15,4% играют в компьютерные игры.

Непосредственно на качество жизни и состояние здоровья влияет полноценное питание, с чем также возникли определенные проблемы. Так, 66,7% обучающихся имеют ненормированный режим питания, 36,8% злоупотребляют продуктами быстрого питания, 24,8% выделили однообразный рацион в качестве негативного фактора. Также характерно наличие следующих недостатков рациона: переизбыток (18,8%) и, напротив, соблюдение низкокалорийных диет (7,7%).

Наблюдается позитивная тенденция физической активности среди молодежи: 59%

респондентов занимаются спортом 1-2 раза в неделю, 10,3% занимаются спортом 3-4 раза в неделю, 4,3% от 5 раз в неделю. Следует отметить, что вообще указали на приверженность к спортивно-оздоровительным мероприятиям 26,5% обучающихся. В работе Ермаковой Н.А. установлено, что только 5-10% обучающихся медицинского университета на регулярной основе практикуют физические тренировки [7].

#### Выводы

1. Исследование показало, что обучающиеся медицинского университета готовы получать знания в смешанном формате обучения. Для большинства студентов важна ведущая роль преподавателя в организации учебного процесса. Таким образом, для построения индивидуальной образовательной траектории респондентам необходимо дополнительное освоение ряда мягких навыков (soft skills) - самоорганизации и самомотивации, обязательных для дальнейшего профессионального развития. Обучающиеся отметили необходимость очной коммуникации между собой и сверстниками, собой и преподавательским составом. С учетом того что важным инструментом профессиональной подготовки является дистанционный формат обучения, обучающимся необходимы навыки уверенного владения средствами телекоммуникации.

2. Исследование, проведенное среди обучающихся Башкирского государственного медицинского университета, показало, что большая часть респондентов ведет здоровый образ жизни: 81,2% опрошенных соблюдают режим питания, 73,5% - адекватной физической активности. Однако следует отметить, что 35,0% опрошенных употребляют алкоголь, 5,1% курят, причем 3,4% не осознают причиняемого вреда здоровью. Не занимаются спортом 26,5% обучающихся, принимавших участие в опросе.

#### Список литературы

1. Мильченко А. Десятки тысяч осложнений в год: Минздрав о врачебных ошибках. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.gazeta.ru/social/2020/02/08/12951145.shtml> (дата обращения: 12.03.2022).
2. Иволина А.И., Чуланова О.Л., Давлетшина Ю.М. Современные направления теоретических и методических разработок в области управления: роль soft-skills и hard skills в профессиональном и карьерном развитии сотрудников // Интернет-журнал «Науковедение». 2017. № 9. № 1. [Электронный ресурс]. URL: <http://naukovedenie.ru/PDF/90EVN117.pdf> (дата обращения: 14.03.2022).
3. Что такое Soft Skills навыки и как их развивать? // [Электронный ресурс]. URL: <https://www.kadrof.ru/articles/58267> (дата обращения: 13.03.2022)

4. Чуланова О. Л. Развитие мягких навыков (soft skills) руководителей в соответствии с целевой моделью компетенций // Материалы Афанасьевских чтений. 2017. № 4. С. 45-55.
5. Жукова В.Ю., Михеева Н.М., Лобанов Ю.Ф. Преимущества и недостатки дистанционной формы обучения на примере алтайского государственного медицинского университета // Успехи современного естествознания. 2013. №7. С. 127-129.
6. Пахомова Ж.В., Пахомова А.И., Пахомова Н.И. Распространенность вредных привычек среди студенческой молодежи как показатель отношения к своему здоровью // Здоровье и образование в XXI веке. 2012. №14(1). С. 161-162.
7. Ермакова Н.А., Мельниченко П.И., Прохоров Н.И., Тимошенко К.Т., Матвеев А.А., Кочина Е.В., Миннибаев Т.Ш. Образ жизни и здоровье студентов // Гигиена и санитария. 2016. №95 (6). С. 558-563.