

поворотом корпуса тела на 90 градусов и обратно; поворот корпуса тела танцевальными шагами на 360 градусов; исполнение танца «Ёжики».

*3. Заключительная часть занятия.*

Рефлексия. Подведение итогов:

Предложенные вопросы и задания.

Кому из вас понравилось танцевать, помашите рукой? Что помогло вам научиться танцевать? Какой танец вам больше понравился? Поблагодарите друг друга аплодисментами.

Поклон, выход детей из зала.

Таким образом, в хореографическом коллективе «Сюрприз» разработаны и используются методические рекомендации по развитию творческих способностей младших школьников. В процессе разминки, разучивания танцев, подготовки к концертному выступлению формируется мотивации младших школьников к занятиям хореографией, реализуются образовательные, развивающие, воспитательные задачи коллективной деятельности. Развиваются умения эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в танцевальных движениях.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Давыдов, В. В. Лекции по педагогической психологии / В. В. Давыдов. – М.: Академия, 2006.– 224 с.

Еремеева К. Д., БГУКИ, студент 312 группы  
очной формы обучения

Научный руководитель – Кириченко А. Г.,  
старший преподаватель

**СЧАСТЬЕ КАК СОЦИОКУЛЬТУРНЫЙ ФЕНОМЕН**

Большая часть населения земли, отличающаяся друг от друга национальностью, культурой, религией, возрастом, социальным положением, имеют важную общую цель – быть счастливыми. Все действия, произведенные нами, в конечном итоге имеют общее намерение – обрести счастье. И мы считаем, что в этом нет ничего эгоистичного, а наоборот, по нашему мнению, самое лучшее, что мы можем сделать для себя и других – стать счастливым. Обретая счастье, человек не только получает удовлетворение от жизни, а также увеличивает внутреннюю энергию, продуктивность, креативность, выносливость, качество взаимоотношений и укрепляет иммунную систему.

Есть большое количество определений и трактовок счастья. Найти, определение этого понятия можно найти в толковых словарях Ушакова, Ожегова, Даля и других.

Польский исследователь В.Татаркевич выделил четыре основных значения понятия счастья: 1) благосклонность судьбы, удача, удавшаяся жизнь, везенье; 2) состояние интенсивной радости; 3) обладание наивысшими благами, общий несомненно положительный баланс жизни; 4) чувство удовлетворенности жизнью [7].

О счастье веками размышляли античные философы и религиозные деятели. О нем продолжают говорить современные ученые и психологи, но где и как его найти остается загадкой до сих пор.

Главная причина, почему так сложно быть счастливым, заключается в том, что мы ошибочно принимаем за источники счастья то, что на него не влияет или влияет в малой степени. Многие интуитивно полагают, что вместе с повышением зарплаты, хорошими отметками, идеальной фигурой, большим домом придет и счастье, но интуиция подводит нас в этом случае. Да, все это может повлиять на наше настроение, но на непродолжительный срок, и причина этому – гедонистическая адаптация.

Человек, как и многие другие виды живых существ, обладает жизненно важной способностью к адаптации. Но адаптироваться можно как к плохому,

так и к хорошему. Гедонистическая адаптация – тенденция людей держаться на относительно стабильном уровне счастья, а также быстро возвращаться к этому уровню после серьезных позитивных или негативных событий или изменений в жизни. Идеальную метафору этого процесса можно увидеть в работах британского психолога Майкла Айзенка: он сравнил стремление человека к счастью, с человеком на беговой дорожке, который должен продолжать идти, чтобы остаться на том же месте [2].

Мы понимаем, что осознать то, что такие вещи как богатство, красота, здоровье имеют ограниченное влияние на счастье – трудно, но мы привыкаем к таким вещам очень быстро и воспринимаем их как должное. Но при этом прилагаем много усилий, чтобы достичь тех или иных благ.

От чего же тогда зависит счастье?

Американская исследовательница в области позитивной психологии Соня Любомирски, выяснила: 50 % счастья зависит от, так называемого, стартового капитала, который включает в себя гены, воспитание, черты характера, культурную среду. Еще 10 % зависит от жизненных обстоятельств, сюда входит то, что мы ошибочно принимаем за основные пути обретения счастья (достаток, красота, здоровье, семейное положение и т.д.).

И оставшиеся 40 % – это тот загадочный ключ к счастью – наше поведение, образ жизни и отношение к жизни. И этот ключ находится в руках каждого из нас, то, как мы думаем и действуем, определяет, то насколько мы счастливы [4].

Для каждого человека и для социально-культурной деятельности (*далее СКД*) – это революционное знание, так как любой из нас может развить в себе умение действовать, думать и вести себя как счастливый человек. А СКД может создать благоприятную среду для этого процесса.

Почему это так актуально для современного белорусского общества сделать нацию счастливой?

Во всемирном докладе о счастье, который ежегодно публикуется подразделом ООН, Белорусы занимают 81 место среди 156 стран в рейтинге 2019 года [1].

Создав видимые и доступные инструменты, которые будут способствовать росту счастья, мы сможем обрести огромный человеческий потенциал. Этот потенциал можно направить на преодоления глобальных и локальных проблем. На данный момент, немногие готовы бороться с ними из-за того, что внутренняя борьба человека за счастье отнимает все силы, а обретая гармонию и баланс, человек будет способен менять этот мир.

Так какие же действия, привычки и мысли у счастливых людей?

Соня Любомирски определила несколько основных общих тенденций, характеризующие поведение счастливых людей:

- Они проводят большую часть времени с семьей, друзьями возвращая и наслаждаясь этими взаимоотношениями.
- Они свободно выражают свою благодарность.
- Они первые готовы протянуть руку помощи людям, которые в ней нуждаются.
- У них наблюдается оптимистичный взгляд на будущее.
- Они наслаждаются всеми приятными моментами, которые с ними происходят.
- Они живут в моменте здесь и сейчас.
- Они делают физические упражнения каждый день.
- Они целеустремлены и амбициозны.
- Они справляются со стрессовыми ситуациями благодаря поддержке от других [4].

Изучая основные функции СКД, мы заметили, что каждая из них в той или иной степени направлена на культивирование действий счастливых людей.

1. Информационно-просветительная функция.

Эта функция постоянна и универсальна. Просвещение – продолжительный и непрерывный процесс, человек совершенствует свои знания на протяжении всей жизни [3].

Наша задача рассказать людям о том, что счастье действительно в их руках и обратить внимание на практики, которые увеличивают счастье: медитация; ведение дневника благодарности; здоровый сон; благотворительность; волонтерская деятельность; время, проведенное с семьей и друзьями – вещи, которые ничего не стоят, но в значительной степени влияют на наше настроение.

Просвещение – это важный инструмент, но если мы хотим изменить поведение, мы должны менять привычки. Просто знание не сделает людей счастливыми, необходимо помочь им применять эти знания самостоятельно в своей повседневной жизни. Это мы можем сделать благодаря функциям приведенным ниже.

## 2. Коммуникативная функция.

Она направлена на удовлетворение потребности в общении. Человек – социальное существо, которое нуждается в постоянном взаимодействии с другими [3].

Исследования показывают, что счастливые люди проводят больше времени с другими людьми и имеют более широкий набор социальных связей, чем несчастные люди. Даже простой разговор с незнакомцем на улице может поднять нам настроение больше, чем мы ожидаем.

Здесь задача специалиста социально-культурной сферы создать благоприятную среду, способствующую качественной межличностной коммуникации. Это может быть общение людей, которые первый раз видят друг друга или общение людей, которые делят совместный быт на протяжении многих лет. В любом случае, наша задача сделать процесс общения приятным, непринужденным и интересным.

## 3. Культуротворческая функция.

Эта функция нацелена на активную деятельность, развитие творческих способностей и обретение духовных сил [3].

Любой продукт СКД (от камерного мастер-класса до масштабного фестиваля) – это новый опыт для человека, который в нем участвует. Если мы качественно проделаем свою работу и убедим людей, что вложение их времени и средств в культуротворческий продукт, будет куда более действенным для увеличения счастья, чем вложение в материальные объекты, в выигрыше останутся все.

Хорошо организованное мероприятие, способствует погружению человека в состояние «потока». Открыл это состояние и определил его американский психолог Михай Чиксентмихайи: «Поток — состояние оптимального переживания человека, полное слияние со своим делом. Приносит чувство воодушевления и особую радость» [6].

Мероприятия, которые вовлекают человека настолько, что он перестанет ощущать время, самого себя и постоянно чувствует прилив энергии – смогут сделать его счастливым.

Увеличить уровень счастья от мероприятий можно, благодаря технике «Сэйворинга» (смакования). Ученые определили сейворинг как когнитивный процесс уделения внимания, позитивной оценки и усиления позитивного опыта жизни (позитивных эмоций и ситуаций). Выделяют три аспекта сэйворинга: предвосхищение (anticipating), наслаждение моментом (savoring the moment) и воспоминания о прошедших позитивных эмоциях или ситуациях (reminiscing). Эта техника, предлагает сделать шаг за пределы получаемого опыта, чтобы в большей степени насладиться им [5].

В СКД «сэйворинг» можно использовать во время любого действия, от которого получить позитивные эмоции. Эта техника работает, когда человек думает о том, как ему повезло получить этот опыт; когда делиться эмоциями с тем, кто находится рядом, даже просто делая фото, чтобы просматривая их через некоторое время вспомнить, как было хорошо в этот момент.

#### 4. Рекреативно-оздоровительная функция.

Эта функция помогает человеку восстановить физические и духовные силы [3].

Многочисленные исследования доказывают, что физическая активность улучшает настроение, в дополнение к здоровому телу. Нет необходимости организовывать изнуряющие тренировки для всех, наша задача – заинтересовать людей уделять больше внимания своему телу при помощи подходящих для них активных действий. Физическая активность может проявляться через различные формы СКД: дискотеки, конкурсно-развлекательные программы, игры на свежем воздухе, спортивные соревнования, тимбилдинги и т.д. Для каждого человека, мы можем предоставить свой способ двигаться с удовольствием.

Несмотря на то, что люди ощущают счастье по-своему, мы определили ранее, что есть общие действенные техники. Специалисты СКД, в первую очередь, должны научиться применять вышеизложенные техники на себе, так как люди склонны к тому, чтобы копировать эмоции и поведение. Общение с оптимистически настроенными людьми – распространяется подобно вирусу в группе людей. Но все же необходимо помнить о том, что СКД – велосипед, который может помочь добраться человеку до счастья. Специалисты нашей сферы могут дать средство передвижения, но управлять им должен сам человек.

#### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. ООН: Беларусь на 81-м месте среди 156 стран в рейтинге счастья [Электронный ресурс] // Белорусские новости naviny.by. – Режим доступа: <https://naviny.by/new/20190321/1553173013-oon-belarus-na-81-m-meste-sredi-156-stran-v-reytinge-schastyu> – Дата доступа: 02.03.2020.
2. Гедонистическая адаптация [Электронный ресурс] // Википедия. – Режим доступа: <https://ru.wikipedia.org/wiki/>. – Дата доступа: 01.03.2020.
3. Киселева, Т. Г. Социально-культурная деятельность: учебник / Т. Г. Киселева, Ю. Д. Красильников. – М. : МГУКИ, 2004.

4. Любомирски, С. Психология счастья. Новый подход / С. Любомирски. – СПб, 2014.

5. Титова, В. А. Сейворинг как новое направление исследований в позитивной психологии / В. А. Титова, Т. О. Гордеева // Науч. конф. МГУ имени М. В. Ломоносова : сб. трудов. – М., 2018.

6. Чиксентмихайи, М. Поток: Психология оптимального переживания. – М., 2015.

7. Счастье [Электронный ресурс] // Электронная библиотека ИФ РАН. – Режим доступа: <https://iphras.ru/elib.htm>. – Дата доступа: 05.03.2020.

Ермакова В. О., Талако Д. С., БГУКИ,  
студенты 302а группы очной формы обучения  
Научный руководитель – Пищик Т. В.,  
кандидат экономических наук, доцент

### **АНАЛИЗ ТЕНДЕНЦИЙ ФИНАНСИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ**

К сфере культуры и искусства принято относить совокупность организаций, учреждений, предприятий, а также государственных и общественных органов, творческих союзов, непосредственно связанных с производством, сохранением, распространением и организацией потреблений товаров и услуг культурного, социально-информационного и декоративного назначения.

Реализация государственной программы в области культуры направлена на повышение доступности, качества и разнообразия культурных продуктов и услуг, обеспечение сохранности историко-культурных ценностей, поддержку развития всех видов искусства и творчества, народных художественных ремесел. Средства, потраченные государством на развитие культуры, возвращались в государство в виде налогов и косвенных расходов. Невозможность полностью обеспечивать свою деятельность за