

Анализируя полученные данные можно предположить, что знание о вреде курения, употребления спиртных напитков, ПАВ не всегда останавливает школьников. Добиться большей эффективности профилактической работы возможно за счет увеличения количества мероприятий, где применяются активные формы работы со школьниками (круглые столы, диспуты, тренинги и др.).

Большинство старшеклассников считают, что в школе необходимо проводить мероприятия, информирующие школьников о влиянии алкоголя и курения на организм человека, об опасности употребления ПАВ. Старшеклассники также считают, что в школе необходимо проводить мероприятия о здоровом образе жизни, правильном питании, профилактике различных заболеваний, о психологии.

**Заключение.** Таким образом, проведенное нами исследование говорит о том, что в школе обязательно должны проводиться мероприятия, которые учат детей тому, как избежать насилия, не стать жертвой преступления, правонарушения, сохранить жизнь в трудных жизненных ситуациях. Мероприятия по профилактике вредных привычек нравятся школьникам и кажутся им полезными, можно считать, что цели проведения данных мероприятий достигнуты, так как большинство учащихся старших классов осведомлены о вреде для здоровья употребления спиртных напитков, курения, употребления ПАВ. Можно предположить, что знание о вреде курения, употребления спиртных напитков, ПАВ не всегда останавливает школьников.

**Список использованных источников:**

1. Еникеева, Д.Д. Как предупредить алкоголизм и наркоманию у подростков: Учебное пособие для студентов средних и высших педагогических учебных заведений / Д.Д. Еникеева. – М.: Академия, 2016. – 144 с.
2. Хажиллина, И.И. Профилактика наркомании: модели, тренинги, сценарии / И.И. Хажиллина. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2019. – 228 с.

**УДК 159.922**

**СТИЛИ ПОВЕДЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ В КОНФЛИКТЕ**

**А.В. Лысакова, Н.Ю. Андрущенко**  
*Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*  
(e-mail: andru-natalya@yandex.ru)

Одной из наиболее интенсивно развивающихся областей современного теоретического знания и практической деятельности является конфликтология, которая представляет собой междисциплинарный подход к пониманию, описанию и управлению конфликтными явлениями различного рода. Н.И. Ксеневич отмечает, изначально имея социологическое происхождение, конфликтология часто обращается к психолого-педагогической трактовке конфликтов и методам их разрешения [1, с. 95].

По мнению С.В. Купи, «конфликт – это один из видов социального взаимодействия, участниками которого могут выступать отдельные индивиды, социальные группы и организации. Весь процесс функционирования общества состоит из конфликтов. И чем сложнее социальная структура, чем больше дифференцировано общество, тем больше несопадающих и взаимоисключающих интересов, целей и, следовательно, больше источников для потенциального конфликта» [2, с. 70].

Г.В. Лагонда подчеркивает, что конфликты не сами разрушительно действуют на людей, затрудняя их совместную жизнь, а такие последствия поведения

как: страх, враждебность, угрозы. Если эти переживания интенсивны и длительны, у человека может появиться и закрепиться оборонительная реакция. Негативные последствия страха и враждебности в дальнейшем могут распространяться на другие конфликтные ситуации, участником которых становится человек. Порождается что-то вроде цепной реакции, которая охватывает широкие области межличностных отношений [3, с. 85].

Актуальной является проблема межличностных конфликтов в трудовых коллективах. Отличительные признаки данного конфликта заключаются в том, что он возникает и протекает в сфере непосредственного общения людей, как соответствующий результат обострившихся противоречий между ними.

Конфликты проявляются в деятельности всех социальных институтов и социальных групп. Б. Вул говорит о том, что «жизнь представляет собой процесс решения бесконечного количества конфликтов. Человек не может избежать их. Он может только решить, участвовать в выработке решений или оставить это другим» [3, с. 87].

Цель исследования – изучить особенности стилей поведения педагогических работников в конфликте.

**Материал и методы.** В исследовании приняли участие 50 респондентов (педагогические работники) в возрасте 24-58 лет (27 мужчин, 23 женщины).

Были использованы: методика «Оценка уровня конфликтности и стратегий поведения в конфликте» (автор Дж. Г. Скотт), методика «Уровень конфликтности личности» (автор В.В. Бойко), методы анализа, обобщения, сравнения, систематизации, а также методы математической обработки данных.

**Результаты и их обсуждение.** На основании результатов исследования по методике Дж. Г. Скотта «Оценка уровня конфликтности и стратегий поведения в конфликте» мы выявили, что стили разрешения конфликта у мужчин и женщин отличаются. Так, большинство мужчин склонны к использованию стратегии разрешения конфликта «приспособление» (30%), тогда как 29 % – к стратегии решения конфликта «уход», 19% – выбрали стратегию разрешения конфликта «настойчивость», 15% – выбрали стратегию разрешения конфликта «компромисс» и «сотрудничество».

Таким образом, большая часть опрошенных мужчин привержены к разрешению конфликта стратегией «приспособление».

Респонденты женщины склонны к использованию стратегии разрешения конфликта «приспособление» (24%), 31% – выбрали стратегию решения конфликта «настойчивость», 15% – стратегию разрешения конфликта «уход», 10% – стратегию разрешения конфликта «компромисс» и «сотрудничество» (см. рис 1).

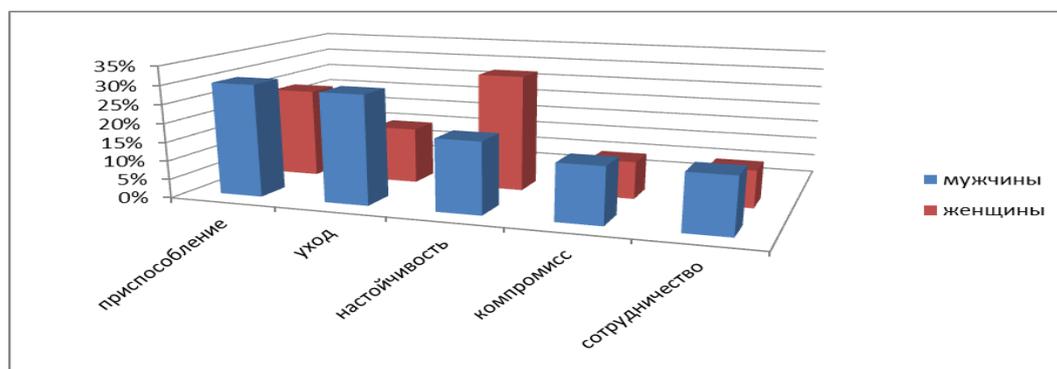


Рисунок 1 – Уровень конфликтности и стратегии поведения в конфликте

Далее мы определили типичные способы реагирования на конфликтные ситуации и методы их решения. В результате диагностики выяснилось, что у мужчин и женщин существуют различные методы решения конфликтных ситуаций.

Большинство членов коллектива предпочитают решать конфликтные ситуации методом сотрудничества (31%), компромисса (22%) или приспособления (25%). 9% респондентов избегают решения конфликтов, а 13% – применяют стратегию соперничества (см. рис. 2).

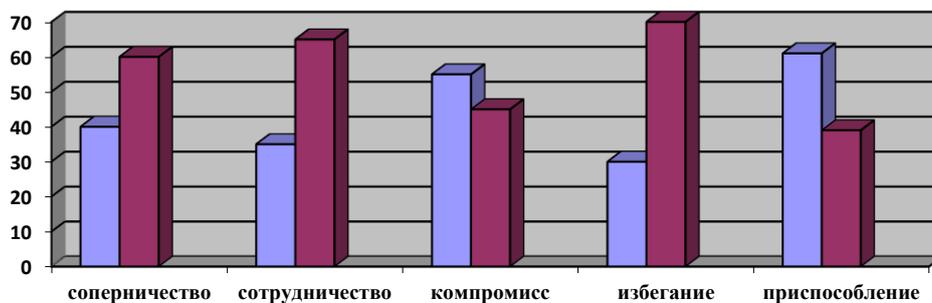


Рисунок 2 – Стили поведения в конфликте

Результаты исследования уровня конфликтности показали, что высокий уровень конфликтности выражен у 20% опрошенных. Для респондентов с высоким уровнем конфликтности свойственны стремление найти повод для спора. Они любят критиковать, но только когда это выгодно им, стремятся навязать свое мнение, даже если они не правы.

68% респондентов имеют средний уровень конфликтности. Для данной категории лиц присуще настойчивая защита своей точки зрения, невзирая на то, как это повлияет на их отношения с окружающими. Однако за данное качество их уважают окружающие.

12% опрошенных не склонны к конфликтам. Они умеют их сгладить, легко избежать критических ситуаций. Когда им приходится вступать в спор, они склонны учитывать, как это может отразиться на их отношениях с окружающими. (см. рис 3).

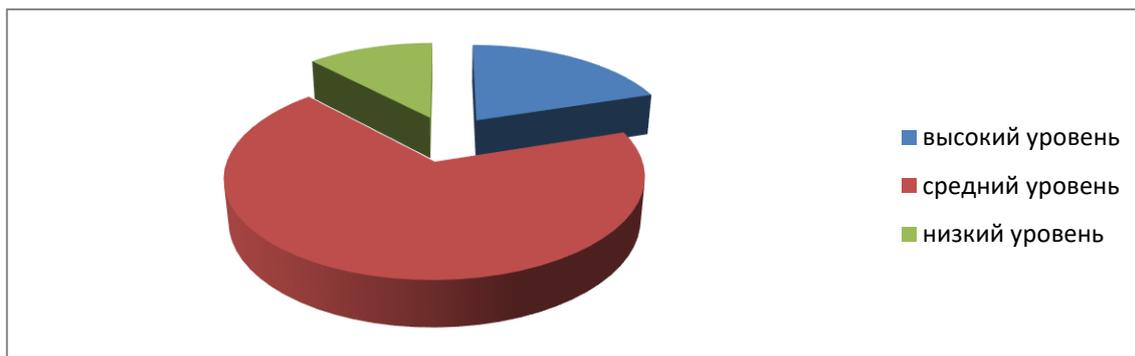


Рисунок 3 – Уровень конфликтности личности

**Заключение.** Проанализировав результаты исследования, мы пришли к выводу о том, что не все члены педагогического коллектива настроены агрессивно и стремятся к конфликтам. Большинство дружелюбны и настроены на сотрудничество. Мы полагаем, что для лиц склонных к конфликтности, целесообразно организовать мероприятия по обучению эффективным методам управления конфликтами. Это поможет рационально вести себя в конфликте и снизить конфликтность в коллективе.

**Список использованных источников:**

1. Ксеневиц, Н.И. Игровые техники в преподавание курса по выбору «Конфликтология»: диапазон использования и эффект воздействия / Н.И. Ксеневиц // Народная асвета. – 2009. – № 2. – С. 94–95.
2. Купи, С.В. Кризисы личностного роста: возрастные, профессиональные, семейные, духовные / С.В. Купи. – Мозырь: Белый Ветер, 2009. – 189 с.
3. Лагонда, Г.В. Клановые причины семейных конфликтов: экскурс в историю, советы психолога / Г.В. Лагонда // Народная асвета. – 2015. – №10. – С. 85–89.

**УДК 316.74**

**ЙОГА-ТЕРАПИЯ КАК ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ**

**Я.А. Лысенко, Л.В. Королькова**  
*Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*  
(e-mail: aroslavalyzenko173@gmail.com)

В современном обществе большое внимание уделяется здоровьесберегающим технологиям, одной из таких технологий и является йога-терапия.

Йога-терапия – это метод естественного оздоровления организма, сочетающий знания современной медицины и физиологии с древними йогическими знаниями о человеке. В отличие от общей практики йоги, йога-терапия изначально направлена на помощь людям, имеющим проблемы со здоровьем. То есть занятия йогой-терапией подразумевают подбор специальных практик для восстановления нормальной работы тех систем и органов, которые нездоровы. Упражнения подбираются таким образом, чтобы воздействовать на:

- причину заболевания;
- симптомы заболевания;

– оказывать общеукрепляющее действие на тело и психику. Йогой могут заниматься люди любого возраста, начиная от самых маленьких и заканчивая пожилыми людьми. Все потому, что йога – это такой вид физической деятельности, которым заниматься можно независимо от степени физической подготовленности и возраста [3].

Слово йога символизирует «союз». На санскрите йога означает «присоединиться». Истинный смысл йоги заключается именно в соединении души с деятельностью, а не просто в занятии физической деятельностью [4].

Цель исследования: выявить информированность людей о йога-терапии как одной из форм здоровьесберегающих технологий.

**Материал и методы.** В опросе приняли участие 70 человек. Для реализации цели исследования был применен метод онлайн-анкетирования с использованием Google – Forms.

**Результаты и их обсуждение.** Йога-терапия доступна людям начиная с возраста 15-16 лет и заканчивая возрастом вплоть до 80 - 85 лет. Людям более молодого возраста йога-терапия поможет достичь состояния спокойствия после тяжёлого рабочего дня, снять стресс, людям более старшего возраста йога-терапия может помочь также снять стресс после или восстановить здоровье после какой-либо перенесённой тяжёлой болезни, а вот людям пожилого возраста йога-терапия поможет сохранять минимальную физическую активность даже в старости, потому что йога-терапия включает в себя множество упражнений многие из которых доступны не только людям пожилого возраста, но и людям с ограниченными возможностями здоровья, что дает возможность поддерживать стабильный режим работы своей