

По окончании реализации программы ожидается, во-первых, формирование у женщин мотивации к отказу от употребления психоактивных веществ и повышение уровня информированности женщин по вопросам сохранения и укрепления здоровья. Во-вторых, увеличение процента женщин, находящихся в стадии ремиссии после прохождения лечения в учреждении и снижение процента женщин, определенных на повторное прохождение лечения.

Заключение. Таким образом, полученные результаты свидетельствуют о том, что у большинства женщин мотивом курения является снятие тревожности, расслабление и злоупотребляют алкоголем, чтобы нейтрализовать негативные эмоциональные переживания, преодолеть чувства тревожности и страха, а также под влиянием социокультурной микросреды. Поэтому при организации работы с данными женщинами необходимо систематическое проведение мероприятий по обучению их саморегуляции эмоционального состояния.

ОСОБЕННОСТИ СТРУКТУРЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ

Фролова А.А.,

студентка 4 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Бусел-Кучинская Е.Н., канд. пед. наук, доцент

Вопрос профессионального становления личности – один из ведущих на этапе развития индивида. Психологи затрагивают вопросы необходимости систематического анализа и контроля вхождения индивида не только в школьную среду, но и в студенческое общество. Успешность интеграции индивида в профессию влияет на последующее развитие человека в качестве специалиста.

Частую не все первокурсники оказываются в учреждениях образования, которые соответствуют их желаниям, способностям и интересу. Большая часть абитуриентов выбирают учреждения, исходя из баллов по вступительным экзаменам. Но даже при наличии интереса и профессиональной направленности, соответствующей выбранной сфере деятельности, особенности профессии накладывают отпечаток на личность. Для того чтобы процесс вхождения в профессию у будущих специалистов прошел успешно, необходимо обратить внимание на особенности структуры профессиональной деятельности и выбранной профессии [1, с. 41].

Актуальность данной работы определяется важностью успешного вхождения студентов в профессиональную деятельность. Из-за наличия индивидуальных особенностей, и неповторимости каждой профессии, процесс становления личности будущего специалиста может иметь ряд факторов. Эти факторы необходимо учитывать и соотносить с возможностями каждого студента.

Цель работы – выявление особенностей структуры деятельности будущих специалистов на этапе вхождения в профессию.

Материал и методы. В исследовании приняли участие студенты 4 курса факультета социальной педагогики и психологии ВГУ имени П.М. Машерова в количестве 40 человек. Для эффективной реализации поставленной цели применялись следующие методы: теоретические (анализ научной литературы), эмпирические (методика «Цель – Средство – Результат» А.А. Карманова); методы качественного и количественного анализа полученных данных.

Методика «Цель – Средство – Результат» представляет собой тест-опросник, который состоит из 32 вопросов, на которые необходимо ответить «верно – неверно». Все вопросы соотносятся по трем основным структурам деятельности: цель, средство, результат. При обработке полученных данных используется авторский ключ. Подсчитывается количество совпадений по 3 шкалам, и итоговый результат выявляется путем разности совпадений и несовпадений по шкале.

Результаты и их обсуждение. По результатам опроса студентов мы выявили, что показатели большинства студентов (75%) имеют среднюю степень выраженности по трем шкалам.

Шкала «Цель». У 36 человек наблюдается средний уровень соответствия показателю. Что свидетельствует о том, что 90% испытуемых не всегда ставят перед собой определенные и устойчивые цели. С трудом приступают к началу любой деятельности. В своей работе могут руководствоваться подсказками ближайшего окружения. Это неблагоприятно влияет на профессиональную сферу, у испытуемых может быть затруднен процесс самоопределения в профессии, в направлении будущей работы, низкий уровень мотивации.

У 5% студентов показатель «Цель» соответствует низкой степени выраженности, что свидетельствует о неустойчивости профессиональных целей, трудности самоопределения и непредсказуемому поведению в отношении реализации своих целей. Оставшиеся 5% студентов по показателю выраженности соответствуют высокому результату. Они наиболее реально оценивают свои способности, ставят цели и успешно их достигают.

Шкала «Средство». 27 (67,5%) респондентов имеют средний уровень соответствия показателю. Испытуемые могут затрудняться в выборе средств и способов работы, у них присутствуют психологиче-

ские барьеры. Такой результат может быть причиной недостаточно сформированных профессиональных целей у респондентов. Результат является неблагоприятным, поскольку может оказать негативное влияние на будущую профессиональную деятельность, вызовет трудности в осуществлении самостоятельной работы.

У 20% показатель «Средство» поднялся до оптимального 3 уровня, что позволяет делать вывод о хорошей мобильности респондентов, готовности работать в любой ситуации, используя широкий круг средств и методов работы. 12,5% испытуемых имеют низкий уровень выраженности показателя, свидетельствующий о неготовности к осуществлению самостоятельной деятельности, приспособленчеству и копированию деятельности окружающих.

Шкала «Результат». 27 испытуемых (67,5%) имеют средний, оптимальный, уровень соответствия показателю. Респонденты объективно оценивают ситуацию, могут проанализировать деятельность, не поддаются мнению со стороны. Профессиональный рост респондентов будет стабилен и динамичен.

У 25% студентов показатель соответствует низкому уровню. Такие студенты склонны чаще других переоценивать результаты своей деятельности, неспособны объективно оценить недостатки и низкие результаты собственной работы. У 7,5% испытуемых степень выраженности шкалы «Результат» равна высокому уровню. Респонденты недооценивают себя и свою работу, ставят перед собой завышенные требования, неспособны объективно оценить и проанализировать работу окружающих.

Заключение. Таким образом, мы можем сделать вывод, что при общем анализе всех 3 шкал респонденты способны адекватно воспринимать себя и собственную работу, что оказывает значительное влияние на их профессиональные компетенции. При недостатке знаний о целях своей работы и способах ее осуществления, индивиды смогут объективно оценить успех будущей деятельности и при возникновении трудностей обратиться к более компетентным коллегам. Адекватная оценка своих умений и навыков, влияя на показатели «Цель» и «Средство», способна корректировать их с течением времени и повышением профессиональной компетентности испытуемых. У каждого из испытуемых хотя бы 1 шкала находится на оптимальном уровне; благодаря опоре на сильную сторону респонденты могут осуществлять свою профессиональную деятельность более успешно, при этом корректируя уровни других шкал.

1. Зеер, Э.Ф. Психология профессий: учеб. пособие / Э.Ф. Зеер. – Екатеринбург: Деловая книга, 2012. – 336 с.
2. Прыжников, Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения: учеб.-метод. пособие / Н.С. Прыжников. – М.: МОДЭК, 2012. – 400 с.

ГИПОДИНАМИЯ КАК ПРОБЛЕМА СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

Химич Ю.В.,

студент 3 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Михайлова Е.Л., канд. пед. наук, доцент

В XXI веке достаточно актуальной является проблема малоподвижного образа жизни среди молодежи, которая приобрела в последнее десятилетие характер гиподинамии. Во многих учреждениях образования, включая школы, колледжи, лицеи и университеты, учащиеся и студенты проводят массу времени в сидячем положении. Такой ход событий негативно влияет на состоянии здоровья молодежи, снижая результативность образовательного процесса, ухудшая показатели здоровья, способствуя развитию заболеваний, связанных с гиподинамией. Это впоследствии может стать причиной развития несвойственных молодому возрасту заболеваний сердечно-сосудистой, нервной системы, костно-мышечного аппарата и других органов и систем организма, а также спровоцировать низкий уровень трудоспособности среди нынешней учащейся молодежи.

Изучением проблемы гиподинамии занимаются многие ученые в области валеологии и физиологии. В частности, Р.И. Айзман, А.А. Евдокимова, С.Г. Кривошекова, М.А. Погадаев, В.А. Ступина, Ю.Н. Сычѳв.

Цель исследования: определить уровень активности студенческой молодежи как фактора профилактики гиподинамии.

Материал и методы. Для исследования были взяты показатели количества шагов с индивидуальных шагомерных устройств студентов. Исследовательская выборка составляет 10 студентов ВГУ имени П.М. Машерова, обучающиеся на разных факультетах, в возрасте от 17 до 21 года. Исследование заключалось в сборе информации с шагомеров, установленных у студентов на мобильных устройствах или личных фитнес-браслетах, в течение недели, которая затем фиксировалась в таблице. Испытуемые ежедневно давали информацию о своих результатах по количеству шагов (дважды в день: до 14.00 часов и до 22.00 часов). Затем общие результаты подверглись обработке с помощью математических методов исследования. За основу были взяты нормы двигательной активности, используемые Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) [1].