

Распределение ответов свидетельствует о преобладающей социальной мотивации студентов факультета в обучении.

По результатам анкетирования мы разработали рекомендации для повышения эффективности процесса адаптации студентов к обучению: создание ситуации успеха для каждого студента; вовлечение студентов в культурно-массовую и социально значимую деятельность; проведение регулярных тренингов на сплочение студенческих групп; проведение игровых программ, способствующих развитию навыков самоорганизации, самообразования; развитие способностей студентов; активизация интереса студентов к учебной деятельности; предложение интересных поручений; организация и проведение совместных часов отдыха для студентов группы; включение студентов в научную и исследовательскую деятельность университета; возможно более частая социально значимая мотивация студентов.

**Заключение.** Таким образом, больше половины студентов, принявших участие в исследовании, имеют средний и низкий уровень адаптации и обладают низким уровнем мотивации к учебной деятельности. Поэтому студентам необходима социально-педагогическая помощь для успешной адаптации к обучению.

Литература:

1. Якунин, В.А. Педагогическая психология: Учеб. Пособие / В.А. Якунин. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 2000. – 349 с.

## ОСОБЕННОСТИ И ДИАГНОСТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ПОДРОСТКОВ

*Домкина Н.В.,*

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

Научный руководитель – Лукьянова Е.П.

Жизненный путь подростка – один из самых сложных предметов исследования ученых-психологов. Подростковый возраст называется также переходным возрастом, так как он характеризуется переходом от детского состояния к взрослому, от незрелости к зрелости. Подросток уже не ребенок, но еще и не взрослый человек, физическая, духовная, эмоциональная зрелость наступает на несколько лет позже. В это время происходит не только физическое созревание человека, но и интенсивное формирование личности, морального и интеллектуального потенциала, развитие и воспитание эмоций [1].

Подростковый возраст характеризуется, как период повышенной эмоциональности, что проявляется в легкой возбудимости, изменчивости настроения, возникновении тревожности, агрессивности, депрессии, различных страхов, полярности эмоций, сосуществующих одновременно и аффективных реакций. Подростковый возраст считается особенно «эмоционально насыщенным», и поэтому изучение эмоциональных особенностей подростка занимает ведущее место в психологии [3].

Эмоциональные нарушения, возникающие в этот период, имеют далеко идущие последствия. Многие исследователи связывают некоторые типы нарушений поведения у подростков с различными формами эмоциональных нарушений. Неоднократно демонстрировалась связь эмоционального неблагополучия с неуспеваемостью, трудностями общения со сверстниками и взрослыми и т.д. [ 2 ].

Данная проблема отражена в работах отечественных и зарубежных авторов, таких как: Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, Д.Б. Эльконин, Д.И. Фельдштейн, Э. Эриксон, С.А. Корзун, Н.Л. Пузыревич, А.З. Джанашиа, П.К. Анохин, А.Г. Грецов, И.Б. Дерманова, Е.П. Ильин, В.Г. Казанская, П. Лафренье, Ф. Райс, А.А. Реан и многих других.

Цель исследования – изучить особенности эмоциональных состояний подростков.

**Материал и методы.** Исследование было проведено на базе ГУО «Средняя школа № 38 г. Витебска». В исследовании принимало участие 30 испытуемых (младшие и старшие подростки). С целью изучения особенностей эмоциональных состояний в подростковом возрасте, были применены следующие методики: тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут), опросник уровня агрессивности Басса-Дарки [4].

**Результаты и их обсуждение.** Результаты психодиагностики показали: в младшей группе испытуемых подростков эмоциональный фон не совсем благоприятный. Подростки находятся в напряжении, особенно это относится к взаимоотношениям с окружающими. Эмоции лабильны, эмоциональная зрелость еще не наступила. В ходе исследования мы установили, что подростки младшей группы склонны к частой смене настроения, тревожности, проявлениям агрессии, переменчивости интересов, быстрой утомляемости, раздражительности.

Старшим подросткам свойственны благоприятные эмоциональные переживания. Подростки старшей группы более выдержаны и оптимистично настроены. Наблюдается эмоциональная и регуляторная зрелость, 15-летние и 16-летние подростки испытывают чувство негативизма и раздражительности в меньшей степени. Они спокойны и рассудительны, их отношения с окружающими гармоничны, а общий эмоциональный фон более благоприятный, чем у испытуемых подростков в младшей группе, наблюдается постоянство интересов.

В ходе исследования были изучены особенности эмоциональных состояний младших и старших подростков. Нами было установлено:

1. Эмоциональная лабильность младших подростков, которая проявляется в тревожности, агрессии, перемене настроения, изменчивости интересов.

2. Эмоциональная зрелость и устойчивость старших подростков, которая проявляется в самоконтроле, саморегуляции эмоционального фона и поведения, постоянстве интересов.

**Заключение.** В результате проведенного исследования нами разработана программа «Профилактика агрессии у подростков», которая имеет следующие направления: формирование определенного круга интересов, привлечение к положительным занятиям (музыке, чтению, спорту), привлечению к социально признаваемой деятельности (спортивная, трудовая, художественная, организационная).

Литература:

1. Грецов, А.Г. Практическая психология для подростков и родителей / А.Г. Грецов. – СПб.: Питер, 2006. – 268 с.
2. Казанская, В.Г. Подросток и трудности взросления: кн. для педагогов, психологов, родителей / В.Г. Казанская. – СПб: Питер, 2006. – 180 с.
3. Кирпичев, В.И. Физиология и гигиена подростка : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В.И. Кирпичев. – М : Издательский центр «Академия», 2008. – 208 с.
4. Кузьминов, В.В. Диагностика агрессивного поведения подростков в общеобразовательных учреждениях / В.В. Кузьминов, А.С. Никитченко. – СПб.: Питер, 2014. – 280 с.

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ КАК ДОМИНАНТА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

*Дударева Е.И.,*

*магистрант ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь*

Научный руководитель – Богомаз С.Л., канд. психол. наук, доцент

Психологи истолковывают сопровождение как особую сферу деятельности педагога, направленную на приобщение подростка к социально-культурным и нравственным ценностям, необходимым для самореализации и саморазвития [1; с. 125].

По определению М.Р. Битяновой сопровождение – это определенная идеология работы, которая делает возможным соединение целей психологической и педагогической практики и фокусирует на главном – личности ребенка [2; с. 73].

Психолого-педагогическое сопровождение – это система профессиональной деятельности психолога (специалиста службы сопровождения), направленная на создание социально-психологических условий для решения проблем возникающих у учащихся в процессе взаимодействия в образовательной среде. Психолого-педагогическое сопровождение традиционно охватывает всех субъектов образовательного процесса: учащихся, родителей и педагогов.

Цель исследования – определить особенности формирования здорового образа жизни учащихся старших классов общеобразовательных средних школ Витебского региона в системе психолого-педагогического сопровождения.

**Материал и методы.** Нами было проведено исследование на тему «Ваше понимание здорового образа жизни», позволяющее своевременно определить проблемные зоны в организации деятельности по формированию навыков здорового образа жизни в ГУО «Средняя школа № 31 г. Витебска», ГУО «Средняя школа № 10 имени В.М. Азина г. Полоцка», ГУО «Средняя школа № 1 г. Полоцка», ГУО «Браславская средняя школа № 2», ГУО «Браславская средняя школа № 1 имени А.М. Жданова». Исследование проводилось в форме анкетного опроса, в котором приняло участие сто пятьдесят учащихся в возрасте от 14 до 17 лет (из них: воспитывающихся в условиях неполной семьи – 59, в условиях полной семьи – 91).

Исследовательская работа включала следующие этапы: подготовка диагностических средств, отбор и мотивация испытуемых, обработка результатов, внедрения программы профилактики зависимостей, повторное анкетирование, оформление результатов исследования. В нашей анкете испытуемым были предложены вопросы закрытого и открытого типа; в каждом вопросе учащимся была предоставлена возможность указать свой вариант ответа. Методы исследования: анкетирование, описательно-аналитический, сравнительно-сопоставительный, педагогический эксперимент и др.

**Результаты и их обсуждение.** Проведенное исследование показало, что большинство респондентов не ориентированы на здоровый образ жизни и меньшая часть опрошенных занимается спортом. Кроме того большинство опрошенных учащихся отметили, что во всех школах созданы условия для занятий спортом (74%) и проводятся мероприятия, формирующие направленность учащихся на здоровый образ жизни. Процент курящих учащихся достаточно высокий 22%, несмотря на социально-педагогическую работу, проводимую в школе. В плане употребления спиртных напитков, только 32% учащихся в данных школах вообще не пробовали алкоголь. Чем старше становятся учащиеся, тем больше предпосылок для возникновения вредных