

Заключение. Военнослужащие осознают важность укрепления и сохранения своего здоровья. Поэтому нами была разработана программа формирования ценностного отношения военнослужащих к здоровью и здоровому образу жизни.

1. Жирова, Т.М. Развитие ценностей здорового образа жизни / Т.М. Жирова. – М.: Панорама, 2015, –144 с.
2. Качан, Л.Г. Формирование современных знаний о здоровье и ЗОЖ: метод. пособие / Л.Г. Качан. – Новокузнецк: Прогресс, 2012. – 145 с.
3. Фурманов, И.А. Здоровый образ жизни: 15 уроков по профилактике вредных пристрастий: метод. пособие / И.А. Фурманов, Ю.Н. Князев. – Минск: Тесей, 2007. – 64 с.

ОТНОШЕНИЕ К КОМПЬЮТЕРНОЙ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ ШКОЛЬНИКОВ

Курбатова Д.М.,

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

Научный руководитель – Матюшкова С.Д., старший преподаватель

Компьютерная зависимость относительно молодое явление. И оно берет начало не с возникновения первого компьютера, а с момента, когда у компьютера появились развлекательные функции. Первые компьютеры были слишком громоздки и представляли собой вычислительные машины. Но с развитием компьютерных технологий компьютер становится мобильнее и функциональнее.

Также можно сказать, что систему «человек-человек» постепенно вытесняет система «человек-машина». То есть происходит смена среды общения современного человека, которая сопровождается изменением сознания, рационализацией психической деятельности, эмоциональным отчуждением, десоциализацией, деструктивными изменениями психики.

Цель исследования – изучить подверженность влиянию компьютера и компьютерных игр на молодое поколение.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие ученики 7 «Д» ГУО «СШ № 40 г. Витебска» в количестве 18 человек, из них 69% девочки и 39% мальчики. Для достижения поставленной цели были использованы следующие методы: анкетирование, математическая обработка, анализ и интерпретация данных.

Результаты и их обсуждение. Анализ исследования показал, что 78% респондентов проводят свое свободное время, общаясь с друзьями, 6% – отдыхают на свежем воздухе, 10% – играют в гаджеты, 6% – сидят за компьютером (рисунок 1).

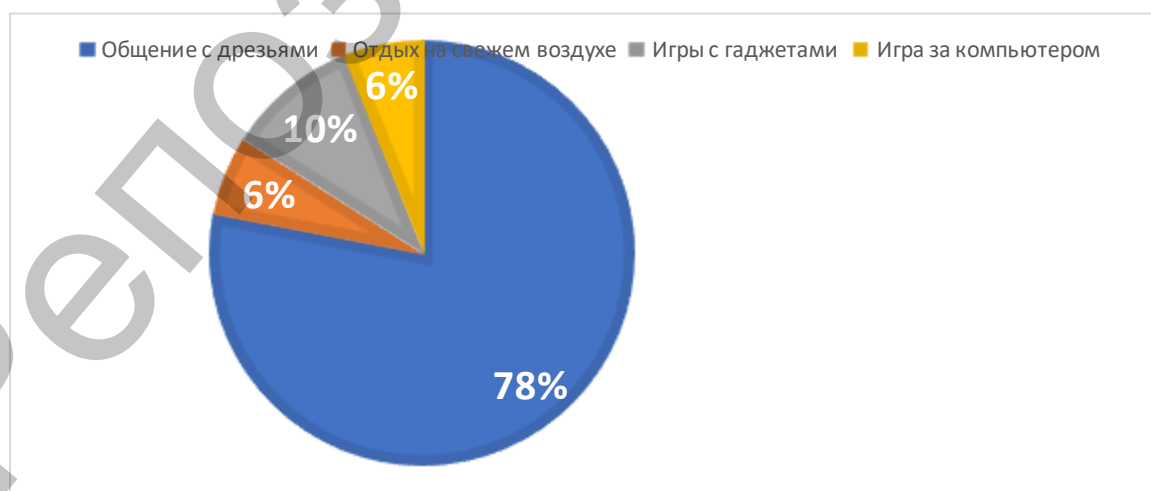


Рисунок 1. – Как учащиеся проводят свое свободное время

По мнению 78% респондентов, длительная игра и работа за компьютером может привести к потере здоровья и является опасной для сознания, только 22% не согласны с этим утверждением. Также 50% считает, что длительная игра и работа за компьютером может пагубно влиять на взаимоотношения с родителями и близкими людьми, 11% считает, что это никак не скажется на взаимоотношениях и 39% затрудняются ответить.

Во время поражения в компьютерной игре расстраиваются и начинают нервничать 33%, когда 67% относятся к проигрышам спокойно (рисунок 2).

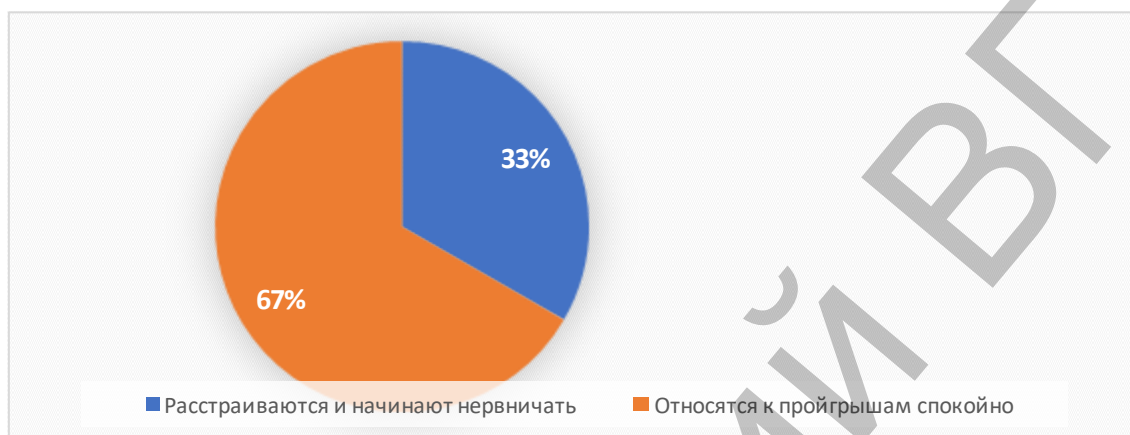


Рисунок 2. – Эмоциональное состояние детей во время игры

При получении тяжело доставшейся победы в игре 50% испытывают равнодушие, 50% улыбаются и радуются внутри себя. В период игрового процесса 17% ассоциируют себя с игровым персонажем, 33% ассоциируют себя с игровым персонажем в случае сильного увлечения игрой, 50% остаются самими собой.

При работе или игре за компьютером 61% уделяет этому меньше часа, более 1-2 часа проводит время за компьютером 33%, 2-5 часов – 6% (рисунок 3).

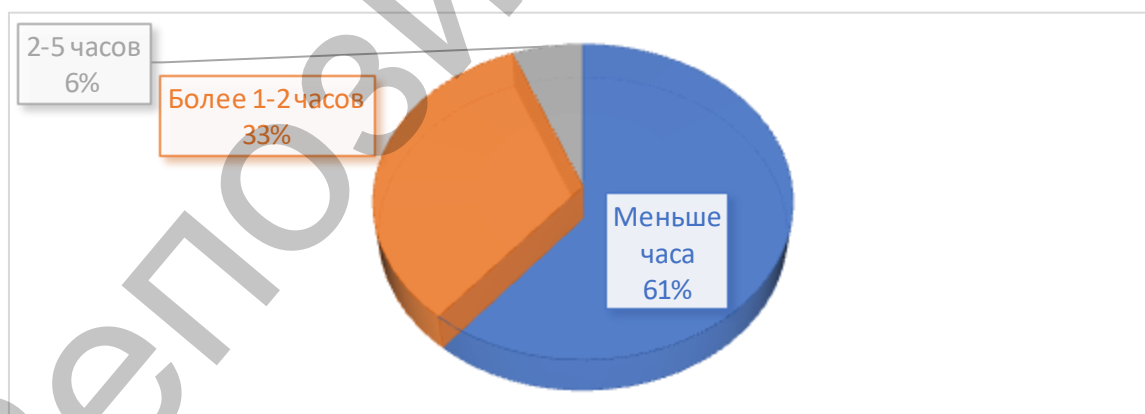


Рисунок 3 – Сколько времени тратят школьники на работу(игру) за компьютером

Нужно отметить, что большая часть учеников являются ответственными и не допускают, чтобы время, отведенное на учебу, уходило на игры. Только 17% респондентов иногда поддаются и тратят учебное время на игры за компьютером. Также следует отметить, что 50% доводилось тратить на игру и работу за компьютером больше времени, чем планировалось.

При проведении времени за компьютером только 12% респондентов чувствуют возбуждение и оживление, из них 6% – девочки, 6% – мальчики.

Заключение. Таким образом, можно сказать, что у учеников не имеется проблем с компьютерной игровой зависимостью. Дети предпочитают проводить свое свободное время не за компьютером, а занимаясь полезным для себя делом. При проведении свободного времени за компьютерными играми большая часть опрошенных остается в здравом сознании, не ставит себя на место персонажей и не расстраивается во время поражений. Дети ответственно относятся к своей учебе и не ставят компьютер и игры на первое место. Также дети вполне осведомлены о влиянии и вреде чрезмерного пользования и работы за компьютером. Тем не менее, есть дети, которые во время поражения в компьютерной игре расстраиваются и начинают нервничать, тратят на игру и работу за компьютером больше времени, чем планировалось, при проведении времени за компьютером чувствуют возбуждение и оживление, поддаются и тратят учебное время на игры за компьютером.

РОЛЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ В ПРОФОРИЕНТАЦИОННОЙ РАБОТЕ

Мартирисян С.А.,

*студентка 4-го курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь
Научный руководитель – Семкина И.А., старший преподаватель*

Профессиональный выбор с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, задача не только родителей, направляющих своего ребенка в профессию, но и педагогов, ежедневно работающих с данной категорией и обладающих информационным ресурсом. Однако все чаще встает проблема профессионального выгорания тех, кто реализует профориентационное направление деятельности в учреждениях образования. Синдром профессионального выгорания педагога проявляется в симптомах эмоционального, умственного истощения, физического утомления, отстраненности от работы и снижения удовлетворенности, что влияет на процесс учебной деятельности и реализацию профориентационной работы с обучающимися.

Цель исследования – изучить уровень профессионального выгорания педагогов для дальнейшей разработки гипотезы исследования дипломного проекта.

Материал и методы. Базой исследования было выбрано ГУО «Средняя школа № 43 г. Витебска имени М.Ф. Шмырева». Общее количество респондентов составило 17 респондентов (все педагоги имеют образование в соответствии с квалификационными требованиями и попадают в возрастную выборку от 24 до 65 лет). Для реализации цели исследования использовались следующие методы: изучение и обобщение психолого-педагогического опыта, методика «Диагностика профессионального выгорания» (К. Маслач, С. Джексон), методы математической статистики, анализ полученных данных.

Результаты и их обсуждение. Различные аспекты профессионального выгорания педагогов изучали многие отечественные ученые. Есть различные взгляды на природу данного явления, но большая часть исследователей видят профессиональное выгорание как негативное психологическое явление, которое включает в себя психоэмоциональное истощение, с чувством глубокой усталости и опустошенности, безразличное отношение к субъектам педагогического процесса, остальная часть исследователей считает, что это защитный механизм, который выражается в определенном эмоциональном отношении к своей деятельности.

Л.И. Ларенцова и В.Е. Орел понимают под профессиональным выгоранием состояние физического, эмоционального, умственного истощения проявляющееся в профессиях эмоциональной сферы [4].

Г. Селье понимает под данным понятием дистресс или отмечает, что это третья стадия общего адаптационного синдрома: стадия истощения [5].