

**ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ МОТИВА
АФФИЛИАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ
СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**

Салимова Л.В.

*Елабужский институт, филиал
ФГАОУ ВПО «Казанский (Приволжский) федеральный
университет», Елабуга, e-mail: alsu.sadykova.95@mail.ru*

Термин «аффилиация» произошел от английского слова affiliation, которое переводится как «связь, присоединение» и означает эмоциональную связь человека с другими людьми. Это стремление человека быть в обществе, желание создавать доброжелательные отношения с другими людьми. Аффилиация способствует снижению психологического и физиологического стресса. Для изучения аффилиации мы использовали методику А. Мехрабана. Данный опросник оценивает два вида мотивации, которые тесно взаимосвязаны между собой и отражают потребность в аффилиации у испытуемого. Первая мотивация—«это стремление к людям», вторая—«боязнь быть отвергнутым». Таким образом, мы провели опрос среди студентов 1, 2 и 3 курсов ТиСФ. Всего в опросе участвовало 73 студента. В результате на 1 курсе у 100% студентов мотив аффилиации выражен на среднем уровне. Мы сравнили результаты двух мотивов. На первом курсе у 76% студентов уровень мотив «боязни быть отвергнутым» намного выше мотива «стремления к людям», и всего лишь у 24% учащихся стремления к общению преобладает страх отвержения. На втором курсе также у всех 32 испытуемых средний уровень развития мотивов аффилиации. Но мы пришли к выводу что у 47% учащихся данного курса мотив «стремления к людям» превышает «боязнь быть отвергнутым». И у 53% молодых людей страх отвержения преобладает над стремлением к общению. На третьем курсе мы получили такие результаты: у 65% студентов мотив «стремления к людям» преобладает мотив «боязни быть отвергнутым». Соответственно у 35% преобладает мотив страха отвержения.

Так, мы узнали, что на первом курсе у большинства студентов преобладает мотив «боязнь быть отвергнутым». Но уже на втором курсе данный мотив уменьшается, а на третьем курсе начинает преобладать мотив «стремления к общению». Также в результате нашего исследования мы увидели, что и на первом, и на втором, и на третьем курсе у всех нами опрошенных студентов мотив аффилиации развит на среднем уровне.

Список литературы

2. Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. Возрастная и педагогическая психология / под ред. М.В. Гамезо. – Педагогическое общество России, 2009. – 512 с.

**СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ
И УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ТРУДОМ
СПЕЦИАЛИСТОВ ПРОФЕССИЙ «ЧЕЛОВЕК-
ЧЕЛОВЕК» И «ЧЕЛОВЕК-ТЕХНИКА»**

Терешечкина Э.А.

*Елабужский институт, филиал
ФГАОУ ВПО «Казанский (Приволжский) федеральный
университет», Елабуга, e-mail: elvira7546@mail.ru*

Синдром эмоционального выгорания на протяжении многих десятилетий затрагивает умы ученых всего мира, как отечественных, так и зарубежных. По их мнению, выгорание -это механизм психологической защиты от негативных явлений окружающей действительности, в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия. Оно определяет весь тон, характер, направление жизни человека, его отношение

к окружающему миру и к самому себе, замыкая человека в узкий круг негативных переживаний.

Чтобы выяснить существуют ли различия в выраженности синдрома эмоционального выгорания и удовлетворенности трудом у представителей профессий типа «человек-человек» и «человек-техника» было проведено эмпирическое исследование на базе общеобразовательной школы №3 и открытого акционерного общества «СВЕТ» в городе Можге. В первую выборку входили учителя, во вторую сотрудники завода в количестве 60 человек. Испытуемым предлагалось пройти две методики В.В. Бойко «Эмоциональное выгорание» и А.В. Батаршева «Интегральная удовлетворенность трудом».

При обработке результатов исследования, с помощью методов математической статистики (Т-критерия Стьюдента), различия были выявлены только по выраженности эмоционального выгорания. Учителя имеют большую вероятность развития данного синдрома, поскольку взаимодействуют в своей профессиональной деятельности с живыми людьми, у которых есть свои проблемы, переживания, свой характер трудный или легкий, и это все невольно при общении сказывается на их самочувствии и не всегда положительно. Переживая за своих учеников, принимая их проблемы близко к сердцу, учителя постепенно эмоционально выгорают, начинают испытывать истощение моральных и душевных сил, недостаток жизненных ресурсов, которые могут помочь им обрести гармонию и душевное равновесие.

**ВЫРАЖЕННОСТЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
У СТУДЕНТОВ КФУ**

Файзуллина М.И., Бильданова В.Р.

*Елабужский институт, филиал
ФГАОУ ВПО «Казанский (Приволжский) федеральный
университет», Елабуга, e-mail: maryam18@bk.ru*

«Здоровье – это гармония и баланс между различными сторонами человеческой природы, окружающей действительности и образа жизни» (Гиппократ). По трактовке Г.Шелтона здоровье означает «законченность, совершенство организации, т.е. жизненную надежность, гармонию функций, энергию и свободу от любых напряжений и скованности». В основе здоровья человека лежит здоровый образ жизни. Занятия по ЗОЖ – это комплексный подход, затрагивающий все аспекты, которые имеют какое-либо отношение к состоянию организма человека.

Одним из этапов здорового образа жизни является установка правильного режима дня. В первую очередь это здоровый и полноценный сон. Сон – это очень важная составляющая часть здоровья и полноценного функционирования человека. Начинать свой день необходимо с небольшой утренней зарядки. Вопросы гигиены очень важны. Стараться спланировать день таким образом, чтобы он имел свой режим. Правильный распорядок дня позволит не только больше успевать, но и хорошо высыпаться. Нужно соблюдать специальные правила, которые помогут сохранить здоровье. Соблюдение этих правил должно быть целенаправленным и системным. Не менее важны для здоровья такие составляющие, как правильное соотношение работы и отдыха, сон, умеренные физические нагрузки, понимание биологических ритмов своего организма, отказ от вредных привычек и многое другое.

Спорт способствует хорошему тону мышцам, оказывает общеукрепляющее действие, предотвращая массовые заболевания. Спорт должен сосуществовать с закалывающими процедурами. Это полезно