

Проведенное нами исследование показало, что форма проявления агрессии зависит от сформированного типа акцентуации характера. Поэтому можно сказать, что наша гипотеза частично подтвердилась, так как некоторые типы акцентуаций характера имеют взаимосвязь с типом выбираемого агрессивного поведения.

На основании полученных результатов была разработана коррекционно-развивающая программа. Целью программы является коррекция и профилактика агрессивности подростков, а также коррекция взаимоотношений с акцентуированными подростками. Программа состоит из 2-х блоков: 1) коррекционная работа с подростками, представленная в виде тренингов, направленная на поиск альтернативных способов удовлетворения собственных потребностей, взаимодействия с окружающими; 2) коррекционная работа с родителями и педагогами, направленная на создание психологических условий для преодоления родительских ограничений и приобретения родителями и учителями нового опыта взаимодействия с собственными детьми посредством практической тренировки коммуникативных навыков.

В дальнейшем коррекционно-развивающую программу можно использовать как в учебных заведениях, так и в учреждениях дополнительного образования.

Бобрышев А. Ю., Котова С.С.

### **Формирование здорового образа жизни обучающихся как психолого-педагогическая проблема**

В системе общечеловеческих культурных ценностей базисной является здоровье, т.к. оно определяет возможность освоения человеком всех других ценностей, является залогом жизнестойкости и прогресса общества. В ряде научных работ устанавливается прямая взаимосвязь между уровнем здоровья и уровнем его сформированности в процессе психолого-педагогической подготовки учащихся (О.А. Абдулина, Ю.К. Бабанский, М.М. Борисов), при этом здоровье рассматривается как непреходящая ценность (М. Аргайл, Б.Н. Беленов). В связи с этим формирование здорового образа жизни, сознательного отношения человека к собственному здоровью, физическому и психическому состоянию существенно актуализируется на всех возрастных этапах развития личности и выступает как социально-значимая задача.

Целью нашей работы является выявление, обоснование условий, способствующих формированию здорового образа жизни обучающихся.

Задачами являются следующие актуальные аспекты: а) исследование проблемы формирования здорового образа жизни учащегося, в том числе в образовательном пространстве учебного заведения. б) определение и обоснование условия эффективного формирования здорового образа жизни учащихся.

Здоровый образ жизни – общепризнанный, надежный, действенный способ сохранения и укрепления здоровья человека. Известно, что здоровье нужно беречь смолоду, поэтому и основная нагрузка в воспитании бережного отношения к своему здоровью, здоровому образу жизни, ложится на образовательные учреждения, прежде всего общеобразовательные школы. Свидетельством изменения отношения государства к проблеме формирования здорового образа жизни учащихся являются изменения в содержании школьного образования. Одним из путей достижения поставленной цели является формирование здорового поколения, а именно: а) процесс совершенствования содержания образования и в первую очередь учебных программ. Практически единственным предметом в школе, который способствует формированию здорового образа жизни, является физическая культура. А поскольку физическая культура – неотъемлемая часть здоровья и здорового образа жизни, то нам представляется интересным проследить, как изменялось содержание предмета физическая культура на протяжении последних десятилетий изучения его возможностей в формировании здорового образа жизни. Это говорит о том, что здоровье человека рассматривается с точки зрения его полезности для интересов государства, а не в интересах самого человека. А между тем известно, что здоровье человека на 50% определяется образом его жизни;

б) необходимость пропагандирования положительного образа молодежи, ведущей здоровый образ жизни: стимулирование стремления учащихся к здоровому образу жизни; создание условий для осознания молодыми людьми престижности, значимости и выгоды здоровья; повышение компетентности специалистов, преподавателей, психологов, социальных работников.

Таким образом, анализ психолого-педагогической литературы и содержания учебных программ по физической культуре в общеобразовательных школах свидетельствует о том, что в последние годы существенно

изменились приоритеты государства в отношении физического воспитания подрастающего поколения. Сегодня оно рассматривается не только как часть общечеловеческой культуры, но и как основное средство укрепления и сохранения здоровья, как главный компонент здорового образа жизни человека, а значит и главное условие его долголетия, активной жизнедеятельности.

Говорухина Т.Е., Лопес Е.Г.

### **Акцентуации характера и эмоциональное выгорание у педагогов**

В последние годы, как в зарубежной психологии, так и в отечественной, все чаще говорят о синдроме «эмоционального выгорания». Выгоранию наиболее подвержены представители «помогающих» профессий, отягощенных эмоциональной насыщенностью, напряженностью и продолжительным общением. Наиболее подвержена выгоранию деятельность педагога, отличающаяся от других видов профессиональной деятельности высокой эмоциональной напряженностью.

Высокая эмоциональная напряженность вызывается наличием большого числа факторов стресса, постоянно присутствующих в работе учителя. Это такие особенности деятельности, как нехватка времени, рабочие перегрузки, сложность возникающих педагогических ситуаций, ролевая неопределенность, социальная оценка, необходимость осуществления частых и интенсивных контактов и т.д. Эмоциогенные особенности педагогической деятельности могут способствовать возникновению и развитию эмоционального выгорания учителей. Исследованиями в области эмоционального выгорания занимались К. Маслач, С. Джексон, К. Кондо, И. Керрелл (J. Carool), В. Уайт (W. White), В.Е. Орел, Л.М. Митина, Н.А. Подымов, Т.В. Форманюк, В.В. Бойко и др.

В связи с тем, что акцентуации характера усиливаются под влиянием профессиональных или организационных стрессов и способствуют социальной дезадаптации, они повышают вероятность развития выгорания работников. Цель исследования изучение влияния видов акцентуаций характера на синдром эмоционального выгорания; методы исследования опросник «МВІ» К. Маслач и С. Джексон, опросник акцентуации характера Г. Шмишека.

В исследовании приняли участие педагоги МОУ СОШ № 9 с. Балтым, г. Верхняя Пышма в количестве 24 человек. На основе получен-