

жению уровня квалификации и обуславливает развитие процесса психического выгорания педагога. Все эти явления зачастую возникают при одних и тех же условиях – при сверхоптимальной мотивации в фрустрирующей ситуации – и приводят к ухудшению или полной дезорганизации деятельности. Учителя с выраженным синдромом сгорания проявляют низкий уровень профессионального роста, неудовлетворенность работой, основными стрессогенными факторами считают проблемы, связанные с учительством. В русле нашего исследования в качестве средства преодоления синдрома «эмоционального выгорания» учителей мы использовали тренинг. Профилактика синдрома «эмоционального выгорания» начинается с распознавания и понимания сути проблемы. Первый шаг в контроле за процессом выгорания – взять на себя ответственность за свое собственное переживание стресса и потом обязать себя измениться. Важной особенностью тренинга, как средства преодоления «синдрома эмоционального выгорания» является научение учителя приемам саморегуляции и релаксации. Повторное обследование учителей показало, что нам удалось снизить степень негативного воздействия стрессовых обстоятельств с помощью тренинговых занятий, профилактических мероприятий, направленных, прежде всего, на внутренние психические качества педагога, адекватный анализу педагогических ситуаций, приемы эффективного профессионального взаимопонимания.

**ИЗУЧЕНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТИВНОСТИ И УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ У СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ**

Метлина М.А., Лядокова Г.М.

*Елабужский государственный педагогический университет, Елабуга, e-mail: miss-metlina@yandex.ru*

Студенчество – один из самых веселых и счастливых периодов в жизни каждого человека. Отдаёшь пять лет жизни в надёжные и крепкие руки конкретного учебного заведения, а взамен получаешь кучу друзей, беспечное существование на стипендию и диплом в конце обучения. Но обо всём этом начинаешь задумываться далеко не в начале этого пути. Когда речь заходит о студентах первого курса – это начинает казаться совсем другой историей. Поэтому именно этот контингент молодых людей нуждается в особом внимании. Для студентов-старшекурсников и преподавателей очень важно знать и учитывать, как себя чувствуют новоиспечённые студенты в незнакомых условиях, и что их заставило получать образование в конкретном учебном заведении.

Согласно проведённому нами исследованию по следующему методикам: методика для диагностики учебной мотивации студентов (А.А. Реан и В.А. Якунин в модификации Н.Ц. Бадмаевой) и методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда, в котором принимали участие 70 первокурсников факультета психологии и педагогики ЕГПУ, выяснилось, что показатель адаптивности после трёх месяцев обучения в вузе у данных студентов оказался в норме. Это означает, что ещё до сдачи своей первой сессии студенты уже достаточно комфортно ощущают себя в новых социальных условиях, они целиком принимают требования данных условий и сумели перестроить свои психологические свойства и состояния в новое русло. Всё это говорит также о том, что первокурсники уже способны легко переключаться на новый вид деятельности, быстро включаются в работу и не испытывают трудности в межличностном общении.

Неразрывно с адаптивностью первокурсников связана и их учебная мотивация. При изучении ко-

торой выяснилось, что для студентов 1 курса наиболее важными оказались мотивы, связанные с содержанием учебно-познавательной деятельности и самим процессом её выполнения, которые ориентируются на усвоение способов новых знаний. Не менее важными и значимыми студенты-первокурсники считают также мотивы, связанные с побуждением индивида вступать в коммуникацию и обусловленные интересом к общению с одноклассниками. Интересным оказался тот факт, что третье место по степени значимости поделили две группы немного не сочетающихся мотивов. С одной стороны, студенты посчитали очень важными социальные ожидания, связанные с различными желаниями взаимодействовать и работать только в групповом коллективе. А с другой стороны, посчитали достаточно важным творческое выражение себя в студенческой группе, проявление своих индивидуальных особенностей и заявление о себе как о самостоятельной личности.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ УЧИТЕЛЯ С ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ НЕУСТОЙЧИВОСТЬЮ**

Милосердова А.А., Медведева Н.И.

*Ставропольский государственный университет, Ставрополь, e-mail: nigstav@mail.ru*

В теоретическом обосновании проблемы нашего исследования возникла необходимость в объяснении эмоциональной неустойчивости как одним из фундаментальных личностных качеств, содержательно связанном не только с особенностями эмоциональной сферы личности, но и с другими феноменами человеческой психики на основе имплицитной концепции эмоциональной неустойчивости. Доминирование эмоциональной неустойчивости у учителя обеспечивается целым рядом механизмов (в широком смысле этого слова), которыми, как мы полагаем, являются: инверсия эмоциональных реакций при воздействии нейтральных и эмоционально положительных ситуаций, амбивалентность представлений личности о себе, замещение целевой регуляции деятельности на эмоциональную.

Наше исследование проводилось в педагогическом коллективе общеобразовательной школы. Совокупную выборку испытуемых составили учителя в возрасте от 23 до 62 лет. Мы изучали проблемы в развитии эмоциональной сферы личности педагога. Рассматривая и сопоставляя между собой отдельные представления об эмоциональной неустойчивости мы убеждаемся в многогранности этого качества, описываемого и категориями психологии эмоций, и понятиями психологии. Мы полностью согласны с мнением Л.П. Баданиной, которая указывает на то, что характерные особенности эмоциональной неустойчивости несут в себе как отрицательные, так и положительные значения для личностного развития и жизнедеятельности человека. В частности повышенная эмоциональная реактивность рассматривается как компонент способности к артистическому творчеству, к перевоплощению в образ изображаемого лица с воспроизведением его чувств и реакций на окружающее. С другой стороны, повышенная реактивность соединенная со слабой адаптивностью, по мнению П.Б. Зильбермана, приводит к снижению продуктивности деятельности в экстремальных условиях. Выделенные особенности эмоциональной неустойчивости, объединяясь, взаимопроникая и усиливая друг друга образуют, по выражению Е.Г. Щукиной, «симптомокомплекс» эмоциональной неустойчивости, который повторяясь во времени может сформироваться в устойчивую черту личности.

В исследовании мы исходили из представления о труде учителя как о многомерном пространстве,