

10. Делайте свои выходные дни как можно разнообразнее.

Такие легкие правила возможно смогут помочь избежать стресса.

УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ТРУДОМ МЕНЕДЖЕРОВ И ИСПОЛНИТЕЛЕЙ

Чернышева А.В., Панфилов А.Н.

Филиал Казанского (Приволжского) Федерального университета, Елабуга, e-mail: nashtey1@mail.ru

В современных, динамично изменяющихся условиях персонал является ключевым активом организации, обеспечивающим ее конкурентоспособность и устойчивое развитие. Понимание и удовлетворение текущих и будущих ожиданий и потребностей работников является залогом долгосрочного успеха и процветания организации.

Центральное место в данном исследовании занимает вопрос, насколько человек удовлетворен своим трудом и зависит ли это от статуса работника в организации (менеджеры и исполнители).

Целью исследования было выявление различий уровня удовлетворенности трудом менеджеров и исполнителей. В результате статистической обработки данных по методике Р. Кунина получилось что, $t_{\text{эм}} = 6,26$ ($p \leq 0,05$), которое попало в зону значимости, следовательно принимаем гипотезу H_1 о различии. Это свидетельствует о том, что различия в удовлетворенности трудом между менеджерами и исполнителями есть. Для определения различий удовлетворенности трудом по методике Р. Кунина между менеджерами и исполнителями использовался многофункциональный критерий χ^2 . Эмпирическое значение составило $\chi^2 = 19,1$, критические значения на 5 % уровне значимости $\chi^2 = 5,9$, на 1 % уровне значимости $\chi^2 = 9,2$. Эмпирическое значение χ^2 попало в зону значимости. Следовательно, принимаем гипотезу H_1 , о том, что между менеджерами и исполнителями существуют статистически значимые различия в удовлетворенности трудом. Таким образом, различие в занимаемой должности влекут за собой различия в удовлетворенности работой сотрудников.

При анализе данных был использован точечный бисериальный коэффициент корреляции, который составил $r_{pb} = 0,24$. Эмпирическое значение $t = 18,6$ критические значения на 5 % уровне значимости = 2, на 1 % уровне значимости = 2,66. Эмпирическое значение попадает в зону значимости. Данная связь является умеренной и прямой. Можно сделать вывод том, что существует умеренная связь между удовлетворенностью трудом и статусом работника. Это свидетельствует о том, что удовлетворенность трудом у менеджеров выше, чем у исполнителей. Причиной данной закономерности среди исполнителей является условия работы и низкий уровень полномочий исполнителей.

ИЗУЧЕНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЁЖИ

Шагивалеева Э.Р., Шагивалеева Г.Р.

Филиал Казанского (Приволжского) Федерального университета, Елабуга, e-mail: guzel-shagivalee@mail.ru

Ценностные ориентации определяются как относительно устойчивое, социально обусловленное, избирательное отношение человека к совокупности материальных и духовных общественных благ и идеалов, которые рассматриваются как предметы, цели или средства для удовлетворения потребностей жизнедеятельности личности. Формирование цен-

ностной структуры сознания личности, как и других её структур, детерминировано социально-экономическими условиями. За последнее десятилетие в ценностном сознании молодёжи произошли серьёзные изменения. В настоящее время наметился поворот, связанный с некоторым снижением значимости прагматических ценностей среди молодёжи. С целью выявления ценностных ориентаций молодёжи было проведено исследование, в ходе которого применялась методика «Ценностные ориентации» (М. Рокич). В исследовании выборка составлена из 30 студентов КФУ в возрасте от 18 лет до 21 года. Результаты исследования показали, что огромную значимость для молодёжи сохраняют такие ценности как любовь, семья, дружба. То есть ценностное сознание молодёжи характеризуется выраженной ориентацией на ценность здоровья (1-е место), семьи (4-е место); на ценности социально-психологического комфорта: любовь (2-ое место), уверенность в себе (8-е место), а также на ценности деловой активности: активная деятельная жизнь (6-е место), работа (7-е место). А вот ранг таких ценностей как творчество, познание, общественное признание оказался ниже: 13-е, 14-е и 16-е места соответственно. Молодёжи также характерна ориентация на образованность (1-е место в списке инструментальных ценностей) и воспитанность (2-е место). Ценности личностного развития занимают промежуточную позицию в системе ценностей: самоконтроль (7-е место), широта взглядов (11-е место). Прагматические же ценности утратили своё главенствующее положение по сравнению с состоянием системы ценностных ориентаций молодёжи на рубеже веков: эффективность в делах – 13-е место, смелость в отстаивании своих взглядов – 12-е место. Эти данные ещё раз подтверждают идею о том, что современная молодёжь больше ориентируется на этические ценности, меньше – на прагматические. Таким образом, необходимо ещё раз подчеркнуть, что по системе ценностных ориентаций можно судить о характере развития общественных отношений, перспективах развития общества. Изучение ценностных ориентаций молодёжи даёт возможность выявить степень её адаптации к новым социальным условиям и её инновационный потенциал.

ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ СВОЙСТВ И УРОВНЯ ЭМПАТИИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

Шайбекова Р.Ф.

Филиал Казанского (Приволжского) Федерального университета, Елабуга, e-mail: ismailova01@mail.ru

Мы предположили, что существуют различия в личностных свойствах и уровне эмпатии студентов-психологов первого и пятого курсов (по 30 человек в каждой выборке), так как на наш взгляд, происходит количественное и качественное изменение уровня эмпатии и личностных свойств в процессе профессионального обучения студентов-психологов.

Из полученных результатов следует, что статистически значимые различия (критерия t -Стьюдента) существуют по таким шкалам как: «психопатия» (1 курс – 10,68; 5 курс – 8,6; $p \leq 0,01$), «паранойя» (1 курс – 6,7; 5 курс – 4,2; $p \leq 0,01$), «шизофрения» (1 курс – 15,8; 5 курс – 12,9; $p \leq 0,01$), и «гипомания» (1 курс – 8,49; 5 курс – 7,4; $p \leq 0,01$) (методика СМОЛ). По шкалам: «ипохондрия» (1 курс – 7,57; 5 курс – 7,25; $p \leq 0,05$), «депрессия» (1 курс – 6,2; 5 курс – 6,8; $p \leq 0,05$), «истерия» (1 курс – 10; 5 курс – 9,8; $p \leq 0,05$) и «психастения» (1 курс – 15,5; 5 курс – 14,2; $p \leq 0,05$) различия отсутствуют. Также следует, что различий в уровне

эмпатии (1 курс – 20,75; 5 курс – 19,4; $p \leq 0,05$) (Диагностика уровня эмпатии В.В. Бойко) между студентами нет. Отсюда следует, что между студентами-психологами первого и пятого курсов есть различия в личностных свойствах, однако они отсутствуют в уровне эмпатии. Таким образом, наша гипотеза подтверждается частично.

Отсутствие различий в уровне эмпатии явилось для нас неожиданным, так как обучаясь на факультете психологии и педагогики, у студентов под влиянием всего учебного процесса, содержания самого материала, его направленности, как правило, изменяются, развиваются их личностные свойства и уровень эмпатии.

Обобщение полученных экспериментальных данных может свидетельствовать о снижении к старшим курсам способности или потребности эмоционально откликаться на переживания другого, использовать способы взаимодействия, облегчающие его переживания, что говорит о необходимости целенаправленной работы по развитию и оптимизации уровня эмпатии у студентов-психологов.

ПРАВИЛА ЗАЩИТЫ ОТ НЕГАТИВНОГО ВЛИЯНИЯ КОМПЬЮТЕРА

Якупова А.С., Перминова Э.И., Шагивалеева Г.Р.

Филиал Казанского (Приволжского) Федерального университета, Елабуга, e-mail: albi.yakupova@mail.ru

Психологи и психотерапевты различных стран отмечают, что увлеченность людей компьютерными играми, интернетом, игровыми автоматами и телевизором становятся настоящими национальными бедствиями. Это привело к тому, что человек большую часть рабочего времени проводит в гиподинамии. Учеными так же отмечена тенденция все большего распространения среди молодых людей заболеваний, характерных для взрослых и людей пожилого возраста, что представляет угрозу для генофонда.

Существуют определенные требования к изображению информации на экране компьютера. Цветные знаки должны располагаться на светлом (светло-сером, белом) фоне; белые знаки лучше всего располагать на зеленом фоне. Контраст между знаком и фоном должен быть в пределах 65–90%. Яркость символов на экране дисплея должна быть не менее 90 кДж/м². Изображение должно быть стабильным, не имеющим мерцаний знаков и фона и на экране не должно быть бликов и отражений.

При работе за ПК лучше всего сидеть на 2,5 см выше, чем обычно. Предплечья должны опираться на поверхность стола для того, чтобы снять статическое напряжение с рук и плечевого пояса. Линия зрения должна быть перпендикулярна экрану и приходится в центр или на 2/3 высоты экрана. Угол, образуемый предплечьем и плечом, голенью и бедром, не менее 90°. Между корпусом тела и краем стола должно быть пространство не менее 5 см. Спина должна иметь опору. Голову нужно держать ровно по отношению к обоим плечам. При взгляде вниз голова должна находиться точно над шеей. Чаше меняйте позу, вставайте из-за стола, двигайтесь. Проводите каждые 30 минут упражнения на растягивание и укрепление мышц запястья и ладони.

Компьютерная техника сегодня стремительно развивается. И компьютер для юношей и девушек сегодня является необходимым атрибутом в их жизни. Поэтому перед медиками, психологами и педагогами сегодня встают задачи, которые касаются безопасности и комфорта в работе с компьютером. Задачи необходимо эти решать, чтобы поколение росло здоровым в физическом и психологическом плане.

СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ СТУДЕНТОВ

Ямаева А.Ю., Исмаилова Н.И.

Филиал Казанского (Приволжского) Федерального университета, Елабуга, e-mail: Ann090790@mail.ru

Нами было проведено исследование, целью которого послужило изучение смысложизненных ориентаций студентов. Исследование проводилось на базе ЕФ КФУ. Эмпирическая выборочная совокупность состоит из 57 человек. В исследовании принимали участие студенты 1 и 5 курса факультета психологии и педагогики. Нами была выбрана методика «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, которая позволила диагностировать осмысленность жизненных целей студентов. Данные, которые были получены при исследовании, дали следующие результаты – у студентов 1 курса более сформированы цели на будущее, нежели у студентов 5 курса ($t = 0,2$ при $p \leq 0,05$). Также по шкале процесс жизни или эмоциональная насыщенность жизнью выявились достоверно значимые различия, студенты первого курса считают свою жизнь более интересной, насыщенной и наполненной смыслом в отличие от студентов пятого курса ($t = 0,6$ при $p \leq 0,05$). Также можно сказать, что первокурсники считают свою прожитую часть жизни осмысленной, продуктивной, в то время как студенты пятого курса сомневаются в этом ($t = 0,8$ при $p \leq 0,05$). Шкала локус контроля – Я достоверно показала что, студенты первого курса обладают достаточной свободой выбора, соответствуют представлению о себе как о сильной личности, нежели студенты пятого курса ($t = 1,1$ при $p \leq 0,05$). По шкале локус контроля – жизнь или управляемость жизни выявились значимые различия. У первокурсников присутствует убеждение, что человек способен принимать решения и воплощать их в жизнь ($t = 1,7$ при $p \leq 0,05$). Так как, смысложизненные ориентации невозможны без личностных свойств людей, также для исследования нами была выбрана методика, которая продуктивна при выявлении глубинных личностных особенностей – «Сокращенный многофакторный личностный опросник» Ф.Б. Березина и М.П. Мирошникова. Среди студентов первого курса достоверно больше преобладает личностей с такими чертами как истерия ($t = 1,9$ при $p \leq 0,01$). Среди пятикурсников достоверно больше депрессивных личностей ($t = 0,2$ при $p \leq 0,05$).

У студентов 1 и 5 курсов осмысленность жизненных целей различна. Студенты первого курса оказались более удовлетворены жизнью, у них ярко выражена перспектива в жизни. Интерес к жизни активность и целеустремленность проявляется больше, нежели у студентов пятого курса.

КОНФЛИКТЫ В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Япарова А.Н.

Филиал Казанского (Приволжского) Федерального университета, Елабуга, e-mail: Minah_alb@mail.ru

Специфика педагогического общения предполагает толерантность учителя как стратегию установления контактов с детьми, нормы, ценности, социальный опыт которых, как правило, отличаются от установок взрослых. Ведущую роль играет толерантность в напряженных и особенно в конфликтных педагогических ситуациях, предупреждение и решение которых во многом обеспечивают эффективность педагогической деятельности, особенно молодых учителей.