

ности, диспозиции и конфликты человека могут проявляться в символическом варианте. В процессе интерпретации карт происходит трансформация языка, используемого в повседневной жизни, в особый символический язык – продукт символической логики (М. А. Мартынова, 2017).

Во-вторых, благодаря возникающим в ходе работы с метафорическими картами ассоциациям клиент может заново пережить некоторые события и истории своей жизни, в том числе и травматичные. Подобное повторное проживание является безопасным для клиента, так как работа с картами увлекает его и позволяет отключиться на время от тревожного материала, спроецировать на карты свое внутреннее состояние (М. А. Мартынова, 2017).

В-третьих, психолог при работе с клиентом должен выстраивать последовательность предъявления карт и сопровождающих их вопросов. Формулировка вопросов психологом при работе с клиентом с использованием метафорических карт должна быть корректной и точной, а обращенная к нему речь – понятной и совпадать с его речевой практикой.

Таким образом, метафорические карты представляют собой терапевтический инструмент, который психолог может использовать в своей работе. Они могут применяться в рамках проективной диагностики, коррекционной и консультативной практики, могут быть включены в содержание как индивидуальной, так и групповой формы работы.

Существует огромное количество приемов работы с использованием метафорических карт, при этом психолог, имеющий опыт их применения на практике, может придумывать собственные варианты. Включение карт в ход работы с клиентом позволяет психологу создать комфортную обстановку в рамках встречи, а также предложить безопасные упражнения для исследования проблемы клиента, даже такой, которая связана с травматическими событиями.

В. И. ДОМБРОВСКИЙ, Н. С. МИЛАШУК

Беларусь, Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ МАССОВОЙ ИНФОРМАЦИИ НА ФОРМИРОВАНИЕ У СТУДЕНТОВ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ

Отношение студентов к физической культуре и спорту – одна из актуальных социально-педагогических проблем. Среди множества задач, стоящих перед педагогами, одной из основных является формирование мотивационного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, потребности в систематических занятиях спортом.

Современное студенчество, к сожалению, ведет малоподвижный образ жизни, сталкивается с рядом трудностей, связанных с учебными нагрузками, загруженностью рабочего дня, проблемами в межличностном общении. Все это ведет к снижению мотивации к занятиям физической культурой и спортом, что приводит к снижению уровня здоровья, умственной и физической работоспособности всего населения. В связи с этим огромное значение приобретает формирование мотивационной заинтересованности в занятиях физической культурой и спортом у студенческой молодежи.

Мотивация – это побуждение к действию; психофизиологический процесс, который управляет поведением человека, способный задавать его направленность, организацию, активность и устойчивость; умение человека удовлетворять собственные потребности. Мотивация – это психическая адаптация личности. Она зависит от ряда психологических факторов. Можно сказать, что формирование мотивации – это огромный труд, путь, который человек должен пройти и осознать его. Чем значимее для субъекта какая-либо деятельность, тем лучше его результативность [1, с. 79].

Сохранение и укрепление здоровья студенчества позволит подготовить компетентных специалистов, готовых к продуктивной и продолжительной профессиональной деятельности.

Определение мотивационных приоритетов и интересов студентов к занятиям физическими упражнениями и спортом даст возможность сформировать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, определить эффективность построения процесса физической и психологической подготовки студентов.

Теория и практика физического воспитания выдвигают уровень информированности общества как один из важнейших факторов формирования здорового образа жизни. Предоставление информации – одна из стратегий его формирования. Ее эффективность напрямую связана с уровнем развития средств массовой информации, особенностями их функционирования в социуме. Пропаганда формирования здорового образа жизни – первостепенная задача не только образовательных, медицинских учреждений, но и СМИ, так как социализация подрастающего поколения в большей степени проходит через них. Задача журналистов – популяризация формирования здорового образа жизни.

Средства массовой информации в настоящее время оказывают огромное влияние на развитие всех сфер нашего общества. Главная особенность СМИ – это влияние на все общественные группы: профессиональные, национальные, этнические, социальные и т. д.

Следует отметить, что в настоящее время имеется огромное количество печатной и аудиовизуальной продукции, в которой тема здоровья

доминирующая. Среди них газеты, журналы, телевизионные передачи, радиопрограммы, веб-сайты, мобильные приложения и др. Особое внимание основам здорового образа жизни и популяризации спорта в Республике Беларусь уделяют печатные издания: журналы «Медицинский вестник», «Медицина», «Выхаванне і дадатковая адукацыя», «Диалог», «Мир спорта», «Спорт time», газеты «Физкультурник Белоруссии», «Спортивная панорама», а также телевизионные каналы «Беларусь 5», «Матч ТВ» и др. Однако именно научно-популярные медицинские журналы служат важным каналом распространения разнообразных знаний о здоровье и здоровом образе жизни.

Богатство содержания средств массовой информации – источник и основа развития духовности личности. Духовное богатство общества – не просто сумма знаний или культурных ценностей личности: оно объединяет совокупность знаний, которые человечество получило в течение всего исторического развития, и проявляется в различных формах, на разных уровнях сознания. Неповторимость жизненного пути человека предопределяет особенности его духовного мира, оригинальность его духовного облика, формирует творческую индивидуальность, здоровый образ жизни. Средства массовой информации отражают условия жизни людей, системы их связей и зависимостей в макро- и микромасштабе и при этом выполняют два противоположных, на первый взгляд, задания – фиксируют и развивают интересы как личности, так и общества. Социальный и психологический аспекты феномена СМИ трудно разделить. Существует абсолютная взаимосвязь социальных и психологических подходов для достижения поставленной цели. С помощью технических средств происходит распространение сообщений, информации, содержащих определенные идеи для дальнейшего формирования (или влияния на формирование) установок, оценок, мнений и поведения людей. Нередко в таком случае средства массовой информации являются важным фактором в формировании мотивации к занятиям физическими упражнениями студентов.

Список использованной литературы

1. Асеев, В. Г. Мотивация поведения и формирования личности / В. Г. Асеев. – М. : Мысль, 2012. – 158 с.