

формується навички виконання трудових операцій, необхідні у виробничому відношенні.

Література

1. Гончаренко С.У. Педагогічні дослідження: Методичні поради молодим науковцям. – Київ – Вінниця: ДОВ «Вінниця», 2008. – 278 с.
2. Ильин Г.Л. Проектное образование и становление личности / Г.Л.Ильин // Высшее образование в России. – 2001. – № 4. – С.85-93.
3. Лукашевич Н. П. Психология труда: учеб.-метод. пособ. / Под ред. Н.П. Лукашевича / Н.П. Лукашевич, И.В. Сингаевская, Е.И. Бондарчук – К.: МАУП, 1997. – 104 с.
4. Пидкасистый П.И. Организация учебно-познавательной деятельности студентов. Второе издание, дополненное и переработанное. – М.: Педагогическое общество России, 2005. – 144 с.
5. Смирнов С.Д. Психология и педагогика для преподавателей высшей школы: Учеб. пособие. – М.: Изд-во МГТУ им. Н.Э. Баумана, 2007. – 440 с.

Смоляков І.А.

Науковий керівник: старший викладач кафедри філософії і ППП

Ткаченко І.В.

ПСИХІЧНЕ ВИГОРЯННЯ ПЕДАГОГІВ ЯК БАР'ЄР ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

Педагог за родом своєї діяльності, залучений у тривале напружене спілкування із учнями, їхніми батьками та колегами, тому йому властивий, так званий синдром «емоційного вигоряння». Він проявляється у стані фізичного і психічного виснаження, викликаного інтенсивною міжособистісною взаємодією супроводжується емоційною насиченістю при роботі з людьми, тому кожному педагогу варто проводити рефлексію власної діяльності. Сутність рефлексії в педагогічному процесі розуміється як послідовний аналіз

з метою зміни якісних характеристик його учасників: зміну (по висхідній), динаміку стану діяльності, мотивів діяльності, емоцій і почуттів, знань, умінь, якостей особистості і т.д. Загальноприйнятим є той факт, що педагогічна діяльність, по суті своїй, носить рефлексивний характер. Він проявляється в тому, що педагог, організовуючи діяльність учнів, намагається оцінити себе з точки зору своїх підопічних. Саме рефлексія дозволяє уникнути проблему психічного вигорання педагога[1].

Емоційного вигорання схильні найчастіше люди старше 35-40 років. На той час, коли накопичується достатній педагогічний досвід, стає можливий різкий підйом професіоналізму, відбувається його спад. У педагогів помітно знижується інтерес до роботи, пропадає блиск в очах, наростає негативізм і втома. Спостерігалися ситуації, коли талановитий педагог стає професійно непридатним із цієї причини.

Психічне вигорання (емоційне вигорання) – це довгострокова стресова реакція, яка виникає внаслідок тривалих професійних стресів середньої інтенсивності. Її можна розглядати в аспекті особистісної деформації, яка відбувається під впливом професійних стресів.

Синдром професійного вигорання розвивається поступово. Він проходить три стадії, які можуть привести до професійної непридатності:

Його початком можна вважати приглушення емоцій, згладжування гостроти почуттів і свіжості переживань. Згодом зникають позитивні емоції, з'являється деяка усуненість у відносинах із членами сім'ї і виникає стан тривожності, незадоволеності. Емоційне вигорання може прогресувати. При цьому виникають непорозуміння у спілкуванні: педагог у колі своїх колег починає зі зневагою говорити про деяких з них; проявляється неприязне сприйняття навколишнього середовища: умов роботи, колег, вихованців та ін. Подібна поведінка професіонала – це неусвідомлюваний ним самим прояв почуття самозбереження при спілкуванні, що перевищує безпечний для організму рівень. Результатом професійного вигорання можна вважати

притуплення уявлення про цінності життя, байдужість до всього, навіть до власного життя.

Рефлексія в педагогічному процесі – це процес самоідентифікації суб'єкта педагогічної взаємодії зі сформованою педагогічною ситуацією, із тим, що становить педагогічну ситуацію: учнями, педагогом, умовами розвитку учасників педагогічного процесу, середовищем, змістом, педагогічними технологіями.

Педагоги відзначають, що емоційне вигоряння негативно позначається на виконанні людиною своєї діяльності, так як призводить до емоційної і особистісної відстороненості, незадоволеності собою, за якими слідують тривога, депресія і всілякі психосоматичні порушення, неадекватне емоційне реагування. Під впливом емоційного вигоряння посилюються тривожність, дратівливість, з'являється агресивність, змінюється стиль спілкування педагога із студентами, учнями[1].

Важливо навчитися попереджати розвиток емоційного вигоряння. Це повинен бути комплекс профілактичних заходів, які активно використовуються як самим педагогом, так і всім педагогічним колективом, включаючи адміністрацію. Профілактичні заходи повинні спрямовуватися на зняття напруги, підвищення професійної мотивації, встановлення балансу між витраченими зусиллями і одержуваним результатом. Заходами профілактики вигоряння можуть бути наступні умови організації діяльності:

- викладач не повинен знаходитися довгий час один на один зі своєю професійною або особистою проблемою, у нього завжди повинна бути можливість звернутися за допомогою, порадою до колег, адміністрації;

- вигоряння перешкоджає постійне усвідомлення процесу роботи, своєї участі в ньому, нарощування професійних якостей, постійна рефлексія і концептуалізація свого досвіду, своїх досягнень;

- створення і впровадження навчальних програм із подолання вигоряння і розвиваючих програм, спрямованих на усвідомлення і розкриття творчого потенціалу співробітника, підвищення його відчуття самоефективності[3].

Професійна праця педагогів відрізняється дуже високою емоційною напруженістю. Серед багатьох особливостей і труднощів викладацької та педагогічної роботи найчастіше виділяють її високу психічну напруженість. Ці особливості можуть сприяти формуванню синдрому емоційного вигорання. Тому запобігання і подолання синдрому емоційного вигорання є найголовнішим у професійній діяльності педагога.

Література

1. Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика/С-П.: Питер, 2005, 236 с.
2. Узнадзе Д.Н. Общая психология/Д.Н. Узнадзе. - СПб.: Питер, 2004. - 413с.
3. Форманюк, Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» учителя; учебное пособие./ Т.В. Форманюк. - М.: Просвещение, 2004. - 356с.
- 4 Фромм, Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э. Фромм. – М.: АСТ, 2006. - 640 с.

Славік А.О.

Науковий керівник: доцент кафедри філософії і ППП

Чепурна В.О.

ТРЕНІНГ ЕФЕКТИВНОЇ ДІЛОВОЇ ВЗАЄМОДІЇ ЯК ОСНОВА УСПІШНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТА

Коли ми говоримо про професійну підготовку фахівців різних галузей, традиційно ми маємо на увазі збагачення студентів спеціалізованими знаннями. Однак останнім часом все більша увага приділяється розвитку комунікативних навичок, так як в сучасному високо конкурентному бізнесі особливе значення набувають вміння і навички, що дозволяють оптимізувати професійні ланцюжка взаємодії. Особливої актуальності у підготовці фахівців, таким чином, набуває тренінг ефективної взаємодії [4].