

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-

ных данных, гипотеза о взаимосвязи типов акцентуации характера с компонентами эмоционального выгорания подтвердилась.

Люди, принадлежащие к неуравновешенному типу акцентуации, отличаются большой силой влечений и чувств, стремлением удовлетворить свои потребности непосредственно, без учета интересов других людей, игнорированием общепринятых правил и норм поведения. Источником сильного стресса для них становятся разные препятствия в удовлетворении их потребностей. Наиболее характерным способом реагирования служит агрессия, направленная вовне. У людей неуравновешенного типа недостаточно развиты способности к самоконтролю, а наиболее выраженная черта – поведенческая импульсивность: действовать не раздумывая, разрушать препятствия, противостоять противнику, непосредственно разряжать свое напряжение. Данные, полученные в педагогическом коллективе показывают, что неуравновешенный тип акцентуации положительно связан с редукцией личных достижений (снижение чувства компетентности в своей работе, недовольство собой, уменьшение ценности своей деятельности, негативное самовосприятие в профессиональном плане).

Таким образом, исследование позволяет сделать вывод, что деформация отношений к своей работе проявляется не как занижение своих профессиональных возможностей и успехов, в чувстве негативизма по отношению к служебным достоинствам, либо в преуменьшении собственного достоинства, ограничении своих возможностей, а вследствие совершения поступков под влиянием сиюминутных влечений, усиления негативизма, слабоволия.

Горянская А.В., Мешавкин Н.С.,  
Тарасов А.Н., Воробьева И.В.

### **Подсказка как стимул для развития творчества**

В настоящее время очень актуальной является проблема возможности реализации творческого мышления и воображения в системе образования.

Во всех учебных заведениях педагоги и учителя организуют условия для реализации умений и талантов учащимися. Можно привести примеры таких организаций на разных уровнях образования:

1. Дошкольные учреждения: дополнительные индивидуальные занятия, игры, упражнения, развивающие воображение (уроки изобразительного искусства).