

2) внутренние предрасположенности: запас сил (нервно-психической энергии) для проведения необходимых личностных преобразований; степень развития рефлексии, опирающаяся на невербальную составляющую интеллекта; степень принятия и дробления информации при интериоризации, зависящая от абстрактности мышления и таких составляющих вербального интеллекта, как общая и специальная «осведомленность» (Векслер); адаптивная способность – способность усвоения нового опыта.

В данном исследовании развивается подход к пониманию психологической компетентности как особого рода деятельности по формированию и совершенствованию. Психологическая деятельность может иметь произвольный, непроизвольный и постпроизвольный характер. Непроизвольный характер проявляется в спонтанных, неконтролируемых действиях, часто имеющих неосознанный характер. Произвольность психологических действий характеризуется осознанностью, контролируемостью, мотивируемостью. Постпроизвольная стадия в развитии психологической деятельности характеризуется наличием сформированных умений и навыков, их внутренним контролем интериоризованным планом деятельности. Анализ психологической компетентности в парадигме данного подхода позволит технологизировать процесс формирования психологической компетентности, сделать его контролируемым и управляемым.

Таким образом, результаты проведенного теоретического анализа показали, что разработка проблемы психологической компетентности находится на стадии феноменологического накопления знаний: описания конкретных случаев, их

типологизации, выделение взаимосвязей и закономерностей и т.д.

Психологическая компетентность представляет собой структурированную и осмысленную систему знаний о человеке как индивиде, индивидуальности, субъекте труда и личности, включенном в индивидуальную или совместную деятельность, осуществляющую профессиональные и иные взаимодействия, и состоит из нескольких взаимосвязанных подсистем (по Н. В. Кузьминой): социально-перцептивной компетентности (знание людей, ее основу составляет наблюдательность и проницательность); социально-психологической (закономерности поведения, деятельности и отношений человека, включенного в профессиональную группу); аутопсихологической (самопознание, самооценка, самоконтроль, умение управлять своим состоянием и работоспособностью, самоэффективность); коммуникативной (знания о различных стратегиях, методах эффективного общения); психолого-педагогической (знания методов осуществления влияния).

Высокий уровень психологической компетентности означает успешное освоение психологических методов управления «человеческой составляющей», в том числе и самим собой. Выдвинутая нами гипотеза о том, что психологическая компетентность является необходимым компонентом профессиональной компетентности может быть доказана с помощью принципа инвариант. Необходимым условием высокого уровня психологической компетентности является наличие психологических способностей, позволяющих интериоризировать полученные субъектом психологические знания и интегрировать их в смысловую картину мира.

***Пересмехина Т. Г., Рудей О. А.***

### **К проблеме эмоционального выгорания педагогов**

Любая профессиональная деятельность при освоении и выполнении оказывает влияние на человека в целом. Многие из ее свойств оказываются невостребованными, другие способствуют успешности труда, «эксплуатируются» годами. Отдельные из них могут постепенно трансформироваться в «профессионально нежелательные» качества; в это же время развиваются профессиональные акцентуации – чрезмерно выраженные качества и их сочетания, которые отрицательно сказываются на деятельности и поведении специалиста. Происходит то, что называется деформацией, то есть разрушение структуры профессиональной деятельности и самой личности человека.

Социальная опасность профессиональной деформации учителя определяется тем, что профессионально деформированные педагоги школы и вуза воспроизводят себе подобных

«деформированных» выпускников, поэтому изучение данной темы всегда актуально [2].

По мнению М. М. Скугаревской эмоциональное выгорание является одним из проявлений профессиональной деформации личности.

Термин «эмоциональное выгорание» впервые введен в оборот американским психологом Фреденбергом в 1974 году. Им обозначается психическое состояние людей, интенсивно и тесно общающихся с другими.

Согласно современным данным, наряду с термином эмоциональное выгорание используется и «психическое выгорание» под термином, которого понимается состояние физического, эмоционального и умственного истощения, проявляющееся в профессиях социальной сферы. Этот синдром включает в себя три основные составляющие: эмоциональную истощенность,

деперсонализацию (цинизм) и редукцию профессиональных достижений [3].

Эмоциональное выгорание напрямую связано с психологическим благополучием учителя. В связи с чем это остра, да наиболее актуальных проблем современной педагогической психологии. В следствии большое значение приобретает изучение феномена эмоционального выгорания – психологического явления, оказывающего негативное воздействие на здоровье и эффективность деятельности специалистов, занятых в социальной сфере.

Эмоциональное выгорание характеризуется, прежде всего, высокой эмоциональной напряженностью вызывается наличием большого числа факторов стресса, которые постоянно присутствуют в работе учителя. Среди них: высокий динамизм, нехватка времени, рабочие перегрузки, сложность возникающих педагогических ситуаций, ролевая неопределенность, социальная оценка, необходимость осуществления частых и интенсивных контактов, взаимодействие с различными социальными группами и т.д. Эмоциогенные переживания связаны с действием этих факторов, которые в педагогической деятельности могут способствовать возникновению и развитию эмоционального выгорания учителей.

Несмотря на то, что эмоциональное выгорание является проявлением профессиональной деятельности необходимо все-таки дифференцировать это понятия от существующего термина «профессиональная деформация».

В частности как отмечает Н.В. Гришина, во-первых профессиональная деформация, не

всегда может носить отрицательный характер, поэтому требует уточнения и само понятие деформации. Во-вторых, логично предположить, что-то негативное влияние, которое оказывает выгорание на деятельность и самочувствие людей, не может не проявиться и в других, непрофессиональных сферах жизни. Ряд исследований подтверждает наличие такой связи. В-третьих, деформация личностных особенностей, по-нашему мнению, должна проявляться на более поздних этапах профессиональной карьеры, в то время как выгорание может возникнуть и в начале профессионального пути как результат несоответствия между требованиями профессии и притязаниями личности [1].

Исследование проблемы эмоционального выгорания позволяет, таким образом, обосновать существование его как отдельно взятого феномена, определить психологические особенности и предложить психотехнологии профилактики появления профессионального выгорания

*Литература:*

1. Гришина Н.В. Помогаящие отношения: Профессиональные и экзистенциальные проблемы // Психологические проблемы самореализации личности. СПб., 1997. С. 143–156.

2. Зеер Э.Ф. Психология профессий: Учебное пособие для студентов вузов. – 2-е изд., перераб., доп. М.; Екатеринбург, 2003.

3. Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» учителя // Вопросы психологии. 1994. № 6. С. 54–67.

**Резер Т.М.**

### **Профессиональные деформации педагога как фактор риска для здоровья субъектов образовательного процесса**

Общество, как ни к одной другой профессии, предъявляет высокие требования к личностным и профессиональным качествам педагога. Образ педагога (созданный обществом), включает в себя такие качества, как: повышенная социальная ответственность, моральная чистота, гуманизм, высокий уровень образованности, толерантность, глубокое знание преподаваемого материала.

Такая ситуация потенциально содержит в себе увеличение нервно-психического напряжения личности педагога, которое может привести к возникновению невротических расстройств, психосоматических заболеваний, синдрому хронической усталости или синдрому хронического стресса.

В целом профессиональная деятельность педагога представляет собой совокупность количественных и качественных компонентов его

труда, оказывающих влияние на состояние здоровья.

Количественный компонент профессиональной деятельности педагога включает в себя общее количество работы, которое складывается из интенсивности и длительности различного рода технологических операций и функциональных обязанностей, связанных с образовательным процессом.

Качественный компонент включает в себя коммуникативную и информационно-интеллектуальную сферу деятельности педагога.

Эффективность качества педагогического труда большинство исследований связывают с увеличением рабочего времени за счет экстенсификации, включающую в себя выполнение педагогом свыше ста функциональных обязанностей. Более всего перегружены педагоги, дос-