

1. Педагог посвящает детям больше времени, чем медработник. Если педагог часами, годами занимается с ребёнком, то медик имеет дело с ребёнком только во время осмотра или определённой процедуры.

2. Дети школу посещают годами, то есть педагоги занимаются с ними от звонка до звонка и несут ответственность за них всё это время. А в медицинских оздоровительных учреждениях дети лежат максимум 1 месяц.

Было выявлено, что тревожность напрямую связана с эмоциональным выгоранием. Чем выше тревожность, тем больше человек склонен к эмоциональному выгоранию ($r=0,201$ при $p=0,05$). Поэтому в работе, посвящённой эмоциональному выгоранию, рассматривается не только сущность эмоционального выгорания, но и тревожности. Были подобраны методики по исследованию эмоционального выгорания: методика В.В. Бойко на исследование эмоционального выгорания и методика Спилбергер-Ханина «Шкала реактивной и личностной тревожности».

Эмоциональное выгорание представляет собой дезадаптивное явление, которое характеризуется потерей личностью интереса к предмету и продукту своей деятельности, чувством внутренней опустошенности, нарушениями межличностного взаимодействия в широком контексте социальных ситуаций. Данное явление возникает в тех случаях, когда профессионал не может в пределах своих личностных ресурсов справиться с многочисленными организационными стрессорами.

Эмоциональное выгорание предполагает риск развития у профессионала невротических реакций и психосоматических расстройств, что позволяет рассматривать его как феномен, находящийся на границе «психической нормы» и «психической патологии» и представляющий собой крайний вариант нормы.

Практическая значимость курсовой работы состоит в том, что эта работа может быть использована службой персонала здравоохранения и образования в целях улучшения психологического здоровья педагогов и медработников и для повышения их профессиональной деятельности. Эта работа будет полезна также студентам, психологам, психодиагностам.

Чуматаева Г.М., студентка 4 ПиП

Живаева Ю.В., ассистент каф. ПО

Лесосибирский педагогический институт-филиал ФГОУ ВПО

Г. Лесосибирск «Сибирский федеральный университет»

Жизненная стойкость личности, как возможность самосовершенствования

Одним из актуальных вопросов методологии и теории современной психологии остается проблема становления и формирования личности, особенности ее взаимодействия с окружающим миром. В настоящее время перед обществом стоит цель – воспитание новой личности, свободной, сильной, конкурентоспособной во всех сферах жизни. Успешное формирование личности должно осуществляться на основе взаимодействия всех образовательных и воспитательных процессов, в том числе и формированию жизнестойкости внимание которому стало уделяться не так давно.

Трудные жизненные ситуации неизбежно встречаются в жизни каждого человека. Их возникновение является закономерным следствием сложного процесса взаимодействия человека с окружающим миром.

Согласно определению, даваемому психологами, какая либо ситуация становится трудной, если возникает несоответствие между основными ее элементами: потребностями (целями) человека, его возможностями и условиями деятельности. Иначе говоря, трудная жизненная ситуация всегда характеризуется несоответствием

между тем, что человек хочет (сделать, достичь), и тем, что он может, оказавшись в данных обстоятельствах и располагая имеющимися у него возможностями [3].

Любая трудная жизненная ситуация приводит к нарушению деятельности, сложившихся отношений, порождает отрицательные эмоции, переживания, вызывает дискомфорт. Все это в определенных условиях может иметь неблагоприятные последствия для развития личности.

Ни в одном словаре нет определения понятия «жизнестойкость». Можно самим попытаться сформулировать это понятие, ведь когда мы слышим «жизненная стойкость», каждый из нас прекрасно понимает, о чем идет речь. А речь идет о некоей совокупности качеств личности, которые составляют «стержень» личности, которые помогают быть человеку сильным и справляться со всеми трудностями, встречающимися на его жизненном пути.

Несмотря на то, что в психологии как науке, такого понятия пока не существует, во многих научных работах, оно используется. Проблема жизненной стойкости активно изучается. Изучена специфика переживания. Изучены факторы, которые способствуют переживанию трудностей.

Жизненная стойкость личности – это интегральная характеристика человека, позволяющая сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития. Компоненты жизненной стойкости не только детерминируют характер личностной реакции на внешние стрессовые и фрустрирующие обстоятельства, но и позволяют эти обстоятельства обратить в возможности самосовершенствования.

Жизнестойкость представляет собой систему представлений о себе, о мире, об отношениях с миром. Это диспозиция, включающая в себя три сравнительно автономных компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска. Выраженность этих компонентов и жизнестойкости в целом препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счет стойкого совладания со стрессами и восприятия их как менее значимых (отличие от сходных конструктов будет обосновано ниже).

Вовлеченность определяется как «убежденность в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности». Человек с развитым компонентом вовлеченности получает удовольствие от собственной деятельности. В противоположность этому, отсутствие подобной убежденности порождает чувство отвергнутости, ощущение себя «вне» жизни. Если человек чувствует уверенность в себе и в том, что мир великодушен, ему присуща вовлеченность [1].

Контроль представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Противоположность этому – ощущение собственной беспомощности. Человек с сильно развитым компонентом контроля ощущает, что сам выбирает собственную деятельность, свой путь.

Принятие риска – убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, неважно, позитивного или негативного. Человек рассматривающий жизнь как способ приобретения опыта, готов действовать в отсутствие надежных гарантий успеха, на свой страх и риск, считая стремление к простому комфорту и безопасности обедняющим жизнь личности. В основе принятия риска лежит идея развития через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование.

Компоненты жизнестойкости развиваются в детстве и отчасти в подростковом возрасте, хотя их можно развивать и позднее. Их развитие решающим образом зависит

от отношений родителей с ребенком. В частности, для развития компонента участия принципиально важно принятие и поддержка, любовь и одобрение со стороны родителей. Для развития компонента контроля важна поддержка инициативы ребенка, его стремления справляться с задачами все возрастающей сложности на грани своих возможностей. Для развития принятия риска важно богатство впечатлений, изменчивость и неоднородность среды.

С. Мадди подчеркивает важность выраженности всех трех компонентов для сохранения здоровья и оптимального уровня работоспособности и активности в стрессогенных условиях. Можно говорить как об индивидуальных различиях каждого из трех компонентов в составе жизнестойкости, так и о необходимости их согласованности между собой и с общей (суммарной) мерой жизнестойкости [2].

Способы поведения в трудных жизненных ситуациях имеют индивидуальный характер и у взрослого человека становятся устойчивыми личностными образованиями, основу которых составляют психологические механизмы самоконтроля и саморегуляции. Складываться они начинают в детском возрасте, в ходе активного освоения ребенком окружающей действительности. Однако развитие это не происходит автоматически, по мере взросления. Решающая роль в этом принадлежит индивидуальному опыту ребенка по преодолению жизненных трудностей, а также особенностям его личности, темперамента. В силу этих причин, приобретаемые способы поведения в трудных жизненных ситуациях могут обладать разной конструктивностью.

Сущность конструктивных способов поведения состоит в том, что они позволяют овладеть трудной жизненной ситуацией, действиями активными, сознательными, целенаправленными и адекватными в отношении как объективных условий ситуации, так собственных возможностей. При этом, в зависимости от обстоятельств, усилия могут быть направлены либо на изменение условий ситуации, либо на активизацию и развитие собственных способностей и возможностей. Неконструктивные же способы поведения позволяют в лучшем случае лишь отодвинуть на время решение проблемы, не устраняя порождающих ее причин, или же ведут к дезорганизации деятельности [3].

Очевидно, что усвоение конструктивных и неконструктивных способов преодоления трудных жизненных ситуаций оказывает неодинаковое воздействие на дальнейшее развитие личности ребенка, способствует формированию уверенности в своих силах, развитию чувства компетентности и собственной ценности, ведет к становлению важных волевых качеств.

Жизненная стойкость личности выступает наиболее универсальным фактором сопротивления жизненным невзгодам. Экспериментально выявлено, что именно эта черта характера – основа открытого и энергичного противостояния стрессовым событиям и кризисам [2].

Литература:

1. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека / И.Ю. Кулагина, В.Н. Коллюцкий – М.: ТЦ «Сфера», 2001. – 464с.
2. Леонтьев, Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации / Д.А. Леонтьев // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В.Ломоносова. Вып. 1 / под ред. Б.С.Братуся, Д.А.Леонтьева. М.: Смысл, 2002.
3. Леонтьев, Д.А. Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова – М.: Смысл, 2006. – 63 с.
4. Маклаков, А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А.Г. Маклаков // Психологический журнал 2001, Т.22, №1.

5. Мухина, В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – 6-е изд., стереотип / В.С. Мухина – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 456с.

Шамело Е.А.

г. Челябинск, ЮУрГУ

Роль иностранного языка в профессиональном развитии личности.

В последние десятилетия рынок квалифицированных специалистов быстро меняется, что обуславливает необходимость изменений в системе высшего образования. К сожалению, на данном этапе не все выпускники ВУЗов являются специалистами, готовыми к новым жизненным условиям.

Современные требования к системе общего и профессионального образования требуют нового подхода и поиска методов обучения в высшей школе. Согласно «Концепции модернизации российского образования на период до 2010 года», образовательная политика России наряду с соблюдением общенациональных интересов учитывает новые тенденции мирового развития, среди которых можно выделить следующие [2]:

- повышение уровня готовности граждан к расширению возможностей политического и социального выбора;
- динамичное развитие экономики, рост конкуренции, сокращение сферы неквалифицированного и малоквалифицированного труда;
- постоянная потребность в повышении профессиональной квалификации и переподготовке работников, росте их профессиональной мобильности в связи с глубокими структурными изменениями в сфере занятости;
- интенсивное, опережающее развитие образования как молодежи, так и взрослого населения в связи с возрастанием роли человеческого капитала.

Данные тенденции определяют новые требования к системе российского образования. В сложившейся ситуации она должна обеспечить профессиональную адаптацию молодых специалистов, повысить их профессиональную мобильность и компетентность на рынке труда. Таким образом, современный специалист – это не только профессионал в своей области, но и высокообразованный человек, способный к эффективному участию в инновационных процессах, умеющий предвидеть, своевременно и адекватно интерпретировать изменяющиеся условия, творчески подходить к решению новых задач, успешно прогнозировать предполагаемые результаты своей деятельности, адаптироваться в изменяющемся рынке труда.

В последнее десятилетие понятие мобильности активно разрабатывается педагогической наукой. Мобильность исследуется с различных сторон в зависимости от сферы научных и профессиональных интересов автора. Мы хотим остановиться подробнее на профессиональной мобильности ввиду уже упомянутых нами причин.

Профессиональная мобильность предполагает владение системой обобщенных профессиональных приемов и умение эффективно их применять для выполнения каких-либо заданий в смежных отраслях производства и сравнительно легко переходить от одной деятельности к другой. Профессиональная мобильность предполагает также высокий уровень обобщенных профессиональных знаний, готовность к оперативному отбору и реализации оптимальных способов выполнения различных заданий в области своей профессии.

Таким образом, профессиональная мобильность – способность и готовность личности достаточно быстро и успешно овладевать новой техникой и технологией,