

Профессиографический подход к изучению особенностей деятельности включает: схемы изучения профессии; комплекс методов изучения; правила организации эксперимента.

Акмеографический подход развивается в рамках акмеологии, который изучает пути достижения человеком вершин в профессиональном и личностном развитии.

Реализация представленных подходов в образовательном процессе применительно к совершенствованию деятельности специалиста позволит более целенаправленно осуществлять развитие профессионализма специалистов в процессе профессионального обучения и переподготовки.

Серебренникова Е.А., Батищева М.А., Лопес Е. Г.

г. Екатеринбург, РГПШУ

Эффективность тренинговых технологий в работе с профессиональным выгоранием

В течение последних десятилетий особенно остро стала проблема сохранения психологического здоровья педагога в образовательном учреждении. Социально-экономические изменения, происходящие в обществе, влияют и на изменение в образовательной сфере.

В связи с этим организация работы по сохранению психологического здоровья педагогов и предотвращению профессионального выгорания является актуальной задачей современной системы образования.

Вопросами профессионального выгорания занимались такие авторы как К. Маслач и С. Джексон, К. Армстронг, С. Гинзбург, Перлман и А. Хартман, а также отечественные психологи: Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С., Н.В. Гришина, Лавров и др.

Профессиональное выгорание - это синдром, развивающийся на фоне хронического стресса и ведущий к истощению эмоционально-энергических и личностных ресурсов работающего человека. Профессиональное выгорание возникает в результате внутреннего накапливания отрицательных эмоций без соответствующей «разрядки» или «освобождения» от них. [Г. Селье]

Причиной возникновения профессионального выгорания могут выступать и личностные особенности, и организационные характеристики.

Н.Е. Водопьянова выделяет следующие причины профессионального выгорания педагогов: постоянное взаимодействие и общение с различными людьми, ежедневная психологическая перегрузка, самоотверженная помощь, высокая ответственность за учеников, дисбаланс между интеллектуально-энергетическими затратами и морально-материальным вознаграждением (фактор социальной несправедливости), ролевые конфликты, поведение «трудных» учащихся.

Профессиональное выгорание оказывает огромное отрицательное влияние на продуктивность профессиональной деятельности. Поэтому возникает необходимость в разработке профилактических мер по преодолению данной проблемы.

Цель исследования: выявить психологические особенности профессионального выгорания педагогов образовательных учреждений.

Выборка составили 20 педагогов школы №1 г. Полевского, в возрасте от 23 до 55 лет со стаж работы от 3 до 35 лет. Нужно отметить, что значимых различий по уровню профессионального выгорания в зависимости от возраста и стажа выявлено не было.

По результатам исследования было выявлено, что у всей выборки присутствуют компоненты профессионального выгорания: высокий уровень эмоционального

истощения ($x_{cp}=28,25$; $S=4,94$; $M_o=28,00$; $Me=28,00$), средний уровень деперсонализации ($x_{cp}=12,67$; $S=2,31$; $M_o=14,00$; $Me=13,50$) и высокий уровень редукции личностных достижений ($x_{cp}=28,25$; $S=5,08$; $M_o=25,00$; $Me=27,00$).

Таким образом, для данных педагогов характерны сниженный эмоциональный фон; негативное оценивание себя, своих профессиональных достижений и успехов, негативизм относительно служебных достоинств и возможностей; иногда наблюдается повышение негативизма, циничности установок и чувств по отношению к ученикам.

По результатам исследования был разработан тренинг, направленный на снижение профессионального выгорания. Упражнения направлены, прежде всего, на совершенствование коммуникативной компетентности, развитие навыков саморегуляции и самовосприятия, повышение уверенности в себе, обучение техникам релаксации для снятия напряжения.

По окончании тренинга, показатели профессионального выгорания стали ниже: были выявлены средний уровень эмоционального истощения ($x_{cp}=21,75$; $S=4,39$; $M_o=20,00$; $Me=21,50$), средний уровень деперсонализации ($x_{cp}=10,42$; $S=3,42$; $M_o=15,00$; $Me=10,50$) и средний уровень редукции личностных достижений ($x_{cp}=32,76$; $S=5,31$; $M_o=38,00$; $Me=33,00$). То есть описанные выше характеристики проявляются не так сильно и не так часто.

В ходе сравнительной статистики с помощью критерия Манна-Уитни было выявлено, что уровень эмоционального истощения у данных педагогов до проведения тренинга значительно отличается от уровня эмоционального истощения после тренинга ($U=19$, $p=0.002$).

Таким образом, данное исследование подтверждает необходимость разработок программ направленных на профилактику профессионального выгорания.

Синельников М.Э., Рудей О.А.

г. Екатеринбург, РГПШУ

Психологическое сопровождение профессионального самоопределения в юношеском возрасте

Актуальность темы исследования. Социализация российской молодежи в конце XX – начале XXI веков протекает под влиянием разнонаправленных факторов: политических перемен и экономических кризисов в стране, трансформации ценностно-нравственной системы, новой социальной дифференциации в обществе, изменения шкалы престижности профессий. В такой атмосфере молодое поколение испытывает серьезные трудности, входя в самостоятельную жизнь. Одна из них – успешное, осознанное профессиональное самоопределение. Осложняет процесс профессионального самоопределения выпускников школ огромный поток информации о новых профессиях и специализациях (маркетолог, мерчандайзер, дистрибьютор, супервайзер, логистик и др.), замена традиционных названий профессий новыми (бухгалтер – экаунт-менеджер), открытие новых факультетов в вузах и отделений в колледжах, не прошедших апробацию на рынке труда (религиоведение, регионоведение и т.д.). Поэтому столь важно оказать выпускнику, стоящему на пороге профессионального выбора, реальную помощь и поддержку, сориентировать его на самостоятельную оценку своих личностных и профессиональных намерений и возможностей, т.е. – обеспечить сопровождение его профессионального самоопределения.

Практика показывает, что процесс сопровождения профессионального самоопределения учащихся зачастую носит ситуативный, бессистемный характер. На уровне общего образования в основном осуществляется профориентационная работа, которую ведут учебные заведения профессиональной школы с целью привлечения