

твоём городе стало лучше? Все пожелания детей можно сгруппировать по нескольким направлениям. Так, 55% девочек и 56% мальчиков выразили своё желание в возможности озеленения и обустройстве улиц, домов, парков города. Примеры ответов девочек: «Посадили везде, везде цветы, чтобы было красиво», «Украсила бы дома брошками, бриллиантками, чтобы всё сверкало», «Выкрасили бы дома в разные цвета, чтобы было необычно!». Ответы мальчиков: «Посадили бы деревья в парке и на улице», «Построили бы много красивых домов, детских площадок», «Построил бы детский парк и развесил кормушки для птиц».

Эмоциональное отношение к городу выражалось в желании о нём заботиться, поддерживать чистоту и порядок, охранять деревья, постройки и поднимать людям настроение.

Например, девочки (35%) предлагали: «Всем дружно убрать в городе, чтобы было чисто», «Помыть дома, покрасить и пускать фейерверки», «Устраивать праздники и поднимать людям настроение». Ответы мальчиков (39%): «Стать волшебником и сделать город красивым», «Не мусорить, соблюдать чистоту и порядок!», «Убраться и везде поставить «мусорки», «На все деревья развесить скворечники, птицы будут петь песни и станет весело», «Дежурить с мамами и папами, чтобы не ломали постройки для детей».

Нас насторожили такие ответы девочек (5%), и мальчиков (6%): «У меня нет друзей даже далеко, и никто не

приедет», «Я маленький и ничего не могу», «Малыши ничего не умеют делать, нужны другие люди», «Не знаю».

К сожалению, были дети как девочки (5%), так и мальчики (3%), которые отказались отвечать на этот вопрос.

Анализируя ответы детей по данному блоку, мы пришли к выводу о том, что у большинства детей сформировано представление о городе как малой родины и среды обитания. В их представлениях отразились особенности непосредственного ближайшего окружения – семьи, района в котором они живут. Выделяя те или иные предметы и объекты городской среды, дети по-разному их характеризовали и выражали своё отношение. Заметно, что у детей формируется эмоциональное отношение к городу и его проблемам, желание помочь, сделать его лучше.

Воспитание любви к родному городу у старших дошкольников, на наш взгляд, будет успешным, при создании предметно - развивающей среды, отражающей колорит и особенности малой родины; обогащения и систематизации знаний детей о родном городе, месте в котором он родился и проживает, через разнообразные формы и методы работы с детьми.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Система работы по воспитанию чувства патриотизма. Старшая группа [Текст] /Сост. Т.В.Иванова.- Волгоград: ИДТ «Корифей», 2008.- 96 с.

GENDER REPRESENTATIONS PRESCHOOL CHILDREN ABOUT HOMETOWN

© 2013

N.D. Seredkina, senior lecturer in psychology and pedagogy of preschool education
East-Siberian State Academy of Education, Irkutsk (Russia)

Annotation: This paper is devoted to the study of one of the areas of moral and patriotic education of children of preschool age - inculcation of love for his native land and the city in which they were born and live in the moment. The results of a survey of senior preschool children.

Keywords: patriotic education, homeland, native town and attractions.

УДК 378

ФАКТОРЫ, ОБУСЛОВЛИВАЮЩИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГОВ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

© 2013

Ю.М. Скорик, преподаватель кафедры практической психологии, аспирант кафедры педагогики высшей школы и образовательного менеджмента
Черкасский национальный университет имени Богдана Хмельницкого, Черкассы (Украина)

Аннотация: В статье рассматривается проблема профессионального выгорания как деструктивного феномена в деятельности педагогов высшей школы. Определены главные симптомы и проявления психофизического истощения, наведен ряд превентивных методов.

Ключевые слова: педагог, профессиональное выгорание, предпосылки профессионального выгорания, восстановление психофизических ресурсов.

Постановка проблемы в общем виде и ее связь с важными научными и практическими задачами. Система образования в Украине сейчас находится на этапе интенсивного развития и усовершенствования. Пересматриваются требования к процессу профессиональной подготовки специалистов. Требования к педагогам высшей школы повышаются в связи с их непосредственной ответственностью за развитие и обучение подрастающих поколений. Личность педагога – своего рода образец для учащихся и пример для подражания, в свою очередь студенты и ученики – главная составляющая образовательного процесса. Эта взаимосвязь требует от личности педагога высокого уровня профессиональной подготовки, эмоциональной устойчивости и способности противостоять профессиональным деформациям. Психофизическое выгорание педагогов препятствует процессам совершенствования интеллектуального и профессионального уровня специалистов высшей школы. Эмоциональная, физическая и интеллектуальная усталость, возникающая во время профессиональной деятельности преподавателя, способна деструктивно вли-

ять на личность педагога, атмосферу в педагогическом коллективе, а также на уровень эффективности деятельности системы образования в целом.

Анализ последних исследований и публикаций, в которых рассматривались аспекты этой проблемы и на которых обосновывается автор; выделение неразрешенных раньше частей общей проблемы. Актуальность этого вопроса и недостаточный уровень эмпирических исследований в этой сфере привлекает внимание многих ученых. Особенности проявления психофизического выгорания среди работников образовательных организаций в своих научных трудах рассматривают О. А. Баранов, В. В. Зеньковский, Л. О. Китаев-Смык, В. В. Никонов, В. Е. Орел, А. С. Шафранова и др. Среди украинских ученых, диссертационные исследования которых посвящаются изучению феномена профессионального выгорания, следует отметить Н. М. Булатевич, Т. В. Зайчикову, К. О. Мальшеву и др. Теоретический анализ феномена профессионального выгорания позволяют ученым условно выделить основные структурные элементы этого феномена, этапы развития психофизиче-

ского выгорания как динамического процесса. Однако вопрос предпосылок и факторов, обуславливающих психофизическое истощение среди работников педагогической сферы, сейчас является недостаточно раскрытым и повышает актуальность его исследования.

Формирование целей статьи (постановка задания). Целью статьи является выделение главных факторов, которые обуславливают профессиональное выгорание среди педагогов, а также анализ способов предотвращения профессионального выгорания педагогов.

Изложение основного материала исследования с полным обоснованием полученных научных результатов. Впервые термин «burnout» был введен американским психиатром Х. Дж. Фрейдбергером в 1974 году. Данным определением ученый обозначал состояние психически здоровых специалистов, которые страдают от эмоционального истощения, потери интереса к профессиональной деятельности и неблагоприятного психологического климата в рабочем коллективе. В то же время социальный психолог К. Маслач рассматривает профессиональное выгорание с точки зрения феномена эмоционального и физического истощения, которое возникает как следствие стрессов профессионального характера, а также интенсивного межличностного общения. К. Маслач считает, что такая психофизическая усталость заключается в формировании негативного отношения к работе, снижении уровня самооценки собственной компетентности и профессионализма, а также в нарушении коммуникаций специалиста [1].

Современная наука предполагает наличие нескольких теоретических подходов к анализу феномена профессионального выгорания. Однако общепринятая теория утверждает, что психофизическое выгорание – это трехмерная структура, которая включает эмоциональную усталость (истощение, равнодушие, опустошенность), деперсонализацию (деформация отношений в социуме) и редукцию профессиональных достижений (осознание низкого уровня собственной компетентности и профессионализма) [2]. Развитие профессионального выгорания согласно теории К. Маслач происходит по трем условно выделенным стадиям [3]:

I стадия:

– специалист ощущает некоторую эмоциональную опустошенность, снижается уровень остроты ощущений и переживаний;

– доминируют негативные эмоции, в отношениях с ближайшим окружением появляются отстраненность и недоразумения;

– повышается уровень тревожности, неудовлетворенности, раздражительности.

II стадия:

– недоразумение и отстраненность распространяется на все социальное окружение, отношения с коллегами значительно ухудшаются;

– проявления антипатии и раздражения происходят в присутствии объектов общения. Причиной подобного поведения является неосознаваемое стремление к самосохранению в ситуации общения, которая выходит за пределы безопасности для организма.

III стадия:

– видоизменяются представления о жизненных ценностях, уровень равнодушия возрастает и распространяется даже на личную жизнь специалиста;

– эмоциональное истощение влечет за собой появление физической и интеллектуальной усталости.

С. И. Порфирьева подчеркивает альтруистический характер педагогической деятельности. Высокий уровень склонности к профессиональному выгоранию среди педагогов ученая объясняет развитыми чувствами гуманности, эмпатии, толерантности, заботливости у специалистов. Учебно-воспитательный процесс требует от педагогов сильной эмоциональной, интеллектуальной и физической отдачи. Психофизические ресурсы человека самостоятельно не восстанавливаются, а продол-

жительное пребывание в состоянии стресса истощает организм специалиста, усталость становится хронической, что и обуславливает ряд симптомов психофизического выгорания. К характерным симптомам профессионального выгорания работников сферы образования С. И. Порфирьева относит следующие [4]: резкость в общении с членами коллектива; агрессия, ярость (зачастую необоснованные); эмоциональные срывы; автоматизм в производимых действиях; нарушение режима приема пищи; хроническая усталость; бессонница; ухудшение состояния физического здоровья; чувства тревоги, грусти, бесправия, вины и др.

Педагог-психолог Л. В. Новикова свои исследования концентрирует на изучении факторов риска, которые могут провоцировать развитие психофизического выгорания среди педагогов. В одной из статей Л. В. Новикова предлагает обобщенную классификацию предпосылок формирования профессионального выгорания педагогов. Автор условно разделила факторы на три основных группы: социально-психологические, личностные и профессиональные [5]. Социально-психологическими предпосылками развития психофизического выгорания могут выступать:

– социальная незащищенность. Отсутствие социальной поддержки в условиях напряженного труда приводит к потере мотивации и эмоциональной деформации специалиста;

– переживание несправедливости. Чувство неравенства и несправедливости формируется при условии, когда специалист сравнивает количество собственного вложенного труда и соответствующего вознаграждения с количеством отдачи и вознаграждения других специалистов в коллективе. Увеличение уровня склонности к профессиональному выгоранию прямо пропорционально уровню переживаний чувства несправедливости;

– уровень поддержки. Источники поддержки могут по-разному влиять на уровень профессионального выгорания. Позитивные эффект от ее наличия зависит как от характера поддержки, так и от готовности педагога ее принять. Для эффективной профессиональной адаптации педагогов уместно использовать разные виды профессиональной, социальной и личной поддержки;

– карьерное развитие. Возможность реализовать творческий потенциал и карьерные устремления снижает уровень склонности к профессиональному выгоранию;

– неудовлетворенность работой. Развитие симптомов психофизического выгорания менее стремительно при условиях удовлетворенности от исполняемых обязанностей и организационной культуры учебного заведения в целом;

– оплата трудовой деятельности. Высокий уровень зарплаты или субъективная удовлетворенность её объемом снижает вероятность развития профессионального выгорания;

– гендерный аспект. Компоненты психофизического выгорания в разной степени свойственны специалистам разных полов. Мужчины-педагоги чаще страдают от высокого уровня деперсонализации и субъективной самооценки профессиональной деятельности. Женщины-педагоги подвержены влиянию стрессовых факторов, которые приводят к эмоциональному истощению.

Среди личностных факторов развития психофизического выгорания Л. В. Новикова предлагает рассматривать локус контроля, поведения типа «А» и предпочитаемую стратегию преодоления кризисных ситуаций. Локус контроля – это качество, которое характеризует способность человека перекладывать ответственность за результаты деятельности на себя или внешние силы (начальство, рабочий коллектив, общество). Внутренний локус контроля, когда человек свои успехи и достижения объясняет собственными способностями и усилиями, способствует предотвращению профессионального выгорания. Поведение типа «А» является типом реак-

ций на стрессогенные факторы и характеризуется переживаниями чувства подавленности, уныния, разочарования. Такая неспособность бороться со стрессом способствует развитию психофизического выгорания. Стратегия преодоления кризисных ситуаций благоприятна для развития профессионального выгорания в том случае, когда имеет пассивный, агрессивный или асоциальный характер.

Профессиональными факторами развития психофизического выгорания Л. В. Новикова считает неадекватную зависимость от работы, ролевые факторы риска выгорания и организационные характеристики. По мнению ученой, чрезмерная увлеченность профессиональной деятельностью объясняется или творческим подходом к работе или стремлением к материальным мотивам, мотивам власти. В любом случае, невозможность удовлетворить эти потребности провоцирует развитие симптомов профессионального выгорания. Среди ролевых факторов риска выгорания различают ролевую перегруженность, ролевой конфликт и ролевую неопределенность. Ролевая перегруженность возникает, когда ролевые ожидания от специалиста превышают уровень его ожиданий и возможностей. Ролевой конфликт характеризуется противоречивостью в требованиях к работнику. Ролевая неопределенность это нечеткость профессиональных требований к специалисту. Взаимосвязь между ролевыми факторами и профессиональным выгоранием возникает как следствие попытки специалиста соответствовать ролевым ожиданиям. Среди организационных характеристик, которые могут провоцировать развитие симптомов профессионального выгорания, выделяют график работы, стиль управления, социально-психологический климат в коллективе, уровень ответственности и др.

Используя опыт зарубежных ученых, а также базируясь на собственных исследованиях, украинские ученые Т. В. Зайчикова, Л. М. Карамушка и С. Д. Максименко сформировали модель профессиональных стрессоров педагогов. Предпосылки, которые способствуют развитию профессионального выгорания, исследователи условно объединяют в три блока [6]:

1. Социально-психологические и социально-экономические предпосылки:

- уровень развития системы социальных связей и служб социально-психологической поддержки;
- социально-экономический уровень развития страны;

– уровень развития системы образования

2. Условия трудовой деятельности:

– социально-психологический климат в трудовом коллективе;

– тип управленческой деятельности в организации;

– тип организационной структуры;

– специфика организационных процессов.

3. Содержание труда:

– объем работы;

– стремления специалиста;

– соответствие должности специалиста его профессиональному уровню;

– специфика коммуникаций с коллегами, руководством, воспитанниками;

– интенсивность процесса профессионального усовершенствования педагога.

Программы профилактики профессионального выгорания и восстановления психофизических ресурсов педагогов могут быть индивидуальными, которые включают психологические методы и реализуются на уровне личности специалиста, а также групповые, которые предусматривают работу с коллективом и некоторые изменения педагогических условий труда. Среди способов индивидуального типа преодоления симптомов профессионального выгорания выделяют аутотренинги, техники планирования и распределения времени, упражнения для борьбы с негативными переживаниями и мыслями,

занятия релаксационного характера, упражнения для эмоциональной разгрузки. На уровне коллектива в профилактике и предотвращении профессионального выгорания важным есть создание таких педагогических условий, которые смогли бы обеспечить социальную поддержку, дружеские отношения и взаимопонимание в коллективе. К групповым способам предотвращения психофизического выгорания педагогов относят следующие:

1. Поддержка – специфическая неформальная процедура, которая направлена на снятие эмоциональной нагрузки коллектива в конце рабочего дня.

2. Супервизия – способ предотвращения развития психофизической усталости педагога путем соблюдения стандартов работы с помощью воплощения спланированных действий супервизора. Формальная супервизия производится руководящим лицом и направлена на исследование сформировавшихся профессиональных навыков работника. К неформальному супервизорству рекомендуется завлекать незаинтересованных представителей системы образования. Самосупервизия – форма анализа и оценивания собственной деятельности, которая помогает вовремя устранять недостатки и ошибки.

3. Помощь в группе – коллективное профессиональное общение, которое способствует поддержанию высокого уровня профессионализма с помощью обсуждения теоретических знаний и приобретенного опыта.

4. Релаксация – совокупность процедур, направленных на снижение уровня эмоционального напряжения и физической усталости. К методам релаксации принадлежат методы арт-терапии, медитации, физические упражнения, массажи и др. [7].

Выводы исследования и перспективы дальнейших изысканий данного направления. Цель всех вышеупомянутых методов – снижение уровня профессионального выгорания педагогов высшей школы и возобновление внутренних психофизических ресурсов специалистов. Разнообразие способов предотвращения психофизического выгорания позволяет каждому специалисту выбрать именно тот, который в наибольшей мере соответствует его психофизическому состоянию. Сложность структуры феномена профессионального выгорания и его деструктивный характер затрудняет процесс нивелирования влияния стрессогенных факторов на психическое и физическое здоровье педагогов. Однако своевременная профилактика симптомов психофизического выгорания и просветительская деятельность, направленная на ознакомление специалистов с особенностями этого феномена – залог успешного устранения явления профессионального выгорания среди педагогов высшей школы. Перспективу дальнейших исследований проблемы профессионального выгорания, видим в изучении педагогических условий и стратегий профессиональной деятельности, предотвращающих развитие этого феномена среди преподавателей высшей школы.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Maslach C., Professional burnout: Recent developments in the theory and research, Taylor & Francis, Washington D.C, 1993. P. 19–32.

2. Мешко Г., Мешко О. Професійне здоров'я педагога як об'єкт діяльності шкільної психологічної служби // Психолог. 2007. № 36 (276). С. 7–9.

3. Maslach C. Understanding burnout: Definition issues in analyzing a complex phenomenon // Job stress and burnout: Research, theory and intervention perspectives / Ed. W. S. Pain. Beverly Hills, London, New Delhi, 1982. P. 29–40

4. Порфирьева С. И. Профилактика профессионального выгорания педагога. Режим доступа: http://gov.cap.ru/SiteMap.aspx?gov_id=121&id=814324.

5. Новикова Л. В. Социально-психологические, личностные и профессиональные факторы риска психического выгорания // Фестиваль педагогических идей газеты «Первое сентября». – 2006-2007г. Режим доступа:

<http://festival.1september.ru/articles/413786>.

6. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти / За наук. ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки,

Т. В. Зайчикової, К.: Міленіум, 2006. 368 с.

7. Чубук Р. В., Подолання синдрому професійного вигорання у майбутніх соціальних працівників // Наукові праці: Науково-методичний журнал. 2012. № 184 (172). С. 102-105.

FACTORS THAT STIPULATE THE PROFESSIONAL BURNOUT OF HIGH SCHOOL TEACHERS

© 2013

*Y.M. Skoryk, teacher of chair the practical psychology, post-graduate student
Cherkassy National University named after Bogdan Khmelnytsky, Cherkassy (Ukraine)*

Annotation: The paper considers the problem of burnout as a destructive process in the work of university teachers. Main symptoms and hallmarks of mental and physical debilitation are identified, a series of burnout prevention methods is given.
Keywords: teacher, professional burnout, contributing factors of professional burnout, psychophysical recovery resources.

УДК 316.477

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ

© 2013

К.Г. Созаев, кандидат исторических наук, доцент кафедры социологии и социальных процессов факультета психологии и социологии

Северо-Осетинский государственный университет имени К.Л. Хетагурова, Владикавказ (Россия)

Аннотация: В связи с происходящей в наше время модернизацией высшего образования, переходом его на многоуровневую систему обучения, в основу которой кладется компетентностный подход, т.е. подготовка высокого качества специалистов, особую важность и актуальность приобретает проблема адаптации студентов-первокурсников к новым условиям учебы в вузе. От того, насколько быстро студент приспособится к требованиям вузовской среды, к новой системе обучения, к новым социальным отношениям, зависит дальнейшее развитие молодого человека, а в будущем – выпускника вуза.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация студентов-первокурсников, мотивы выбора профессии, учебно-познавательная деятельность студентов, самоактуализация личности студента.

Постановка проблемы в общем виде и ее связь с важными научными и практическими задачами. Актуальность изучения проблемы адаптации студента в вузе обусловлено необходимостью получения информации о тех трудностях, которые имеются в этом процессе в условиях реформирования высшего образования, внедрения новых инновационных учебных программ, методов обучения. Основным предметом исследования является изучение актуальных проблем развития личности студента и подготовки молодого человека к будущей социальной деятельности высококвалифицированного специалиста.

Анализ последних исследований и публикаций, в которых рассматривались аспекты этой проблемы и на которых обосновывается автор; выделение неразрешенных ранее частей общей проблемы. В настоящее время вопросы адаптации студентов-первокурсников к образовательному процессу в вузе привлекают внимание многих ученых. Общие вопросы адаптации первокурсников рассматривались в работах А.Я. Варламова, В.Н. Бородулина, В.М. Кузьминой, В.В. Емельянов [3, с. 79], А.Г. Смирнова [8] и др. Большое внимание профессиональной адаптации уделяется в работах Э.Ф. Зеера, Е.А. Ковалева, Е.В. Ткаченко. А.В. Сычева [9] и др. Проблемы социально-психологической адаптации студентов в условиях вуза отразили в своих исследованиях Т.Н. Афолина [2], М.В. Буланова-Топоркова, И.А. Васильев, С.А. Гапонова, Л.К. Гришанов, В.П. Кондрашева, Л.Ю. Монахова [5, с. 126-130], А.В. Петровский, Л.Д. Столяренко, В.И. Уварова [2] и др.

Формирование целей статьи (постановка задания). Цель нашего исследования состоит в выявлении проблем и факторов повышения качества и эффективности адаптационных процессов студентов, в целом учебно-воспитательной работы на факультетах, кафедрах вузов РСО-Алания. Наличие информации о происходящих здесь процессах создает предпосылки для целенаправленного воздействия на них в позитивном направлении.

Изложение основного материала исследования с пол-

ным обоснованием полученных научных результатов. Для выявления проблем и противоречий, имеющих в процессе адаптации студентов, изучались проблемы мотивов выбора студентами той или иной профессии, методы обучения и организации учения. Цель опроса состояла в том, чтобы на основе мнений студентов и преподавателей, работающих с ними, выявить: а) какие черты и особенности характеризуют с их точки зрения, учебу в вузе, с какими трудностями они сталкиваются в начале учебы; б) каким образом, преподаватели дают указания и советы для повышения эффективности учебных занятий, особенно указания о методах умственной работы; в) планируется ли студентами время, находящееся в их распоряжении; г) какими методами работы обеспечиваются положительные результаты учебы; д) какие трудности встречаются у студентов в процессе проведения зачетов и экзаменов в форме электронного компьютерного тестирования.

Объект исследования: группы студентов гуманитарных и естественно-технических факультетов: педагогического, филологического, психологии и социологии исторического, математического (Северо-Осетинского государственного университета им. К.Л. Хетагурова), агроэкономического, автомобильного, механизации сельского хозяйства (Горского государственного аграрного университета), электромеханического, горно-геологического, экономики и управления (Северо-Кавказский горно-металлургический институт). Базой данных являются материалы анкетного опроса студентов и преподавателей – 355 человек, интервью с экспертами, статистические документы. Для изучения социально-психологических аспектов внутригрупповых взаимоотношений в студенческих учебных группах применялись методы: анкеты и социометрия. Гипотезы исследования: предположение о том, что в современных условиях большинство из студентов поступает в вузы не по призванию и интересу к специальности, а по мотиву поступить куда-то, чтобы по окончании найти хорошо оплачиваемую работу и сделать карьеру, безотносительно к полученной профессии. Мера осознания студентом