

Наиболее приемлемой формой проведения спортивных соревнований с учащимися младшего школьного возраста (6–7 лет) и тем более с дошкольниками являются подвижные игры. Особое значение подвижные игры имеют для детей 6–7 лет, способствуя развитию произвольности познавательных психических процессов, саморегуляции поведения, воспитанию морально-волевых качеств, более легкой смене ведущего вида деятельности и налаживанию взаимоотношений в классе.

Подвижные игры способствуют активному отдыху детей, их психической разрядке, тем самым противодействуя чрезмерному утомлению и повышая умственную работоспособность.

Таким образом, учет возрастных особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста, положительного воздействия спортивных соревнований и возможных отрицательных последствий «Спортландий» преподавателями физической культуры будет способствовать гармоничному развитию личности каждого ребенка.

1. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников: учеб. пособие / Я.Л. Коломинский [и др.]; под ред. Я.Л. Коломинского, Е.А. Панько. – Минск: Універсітэцкае, 1997. – 237 с.

2. Ильин, Е.П. Психомоторная организация человека: учебник для вузов / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2003. – 384 с.

3. Коломинский, Я.Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста / Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько. – М.: Просвещение. 1988. – 190 с.

ПРОЯВЛЕНИЕ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ПЕДАГОГОВ ИНСТИТУТА ТУРИЗМА

Нехайчик З.А.,

Зайцева Е.Ф.,

Институт туризма Учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»,
Республика Беларусь

Человек может состояться в своей профессии, развиваться благодаря своей работе и приносить пользу людям своей деятельностью. Однако нередко многолетнее выполнение одной и той же профессиональной деятельности приводит к появлению синдрома эмоционального выгорания. Специалисты утверждают, что зачастую так или иначе профессия накладывает отпечаток на личность человека, меняет его поведение в целом. Бывают случаи, когда особенности профессиональной деятельности не только не помогают человеку развиваться, но и способствуют деградации его как специалиста, изменяя характерные для данной профессии профессионально важные качества в противоположную сторону. Это способно приводить к малоэффективному и даже социально опасному исполнению профессиональных обязанностей [1].

Синдром «эмоционального выгорания» (выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия) возникает под влиянием множества внешних и внутренних факторов и проявляется как «приглушение» эмоций, исчезновение остроты чувств и переживаний, увеличение числа конфликтов с партнерами, потеря ценностей в жизни, ослабление мотивации, отгороженность от переживаний другого человека, утрата веры в собственные силы [2].

Для диагностики эмоционального выгорания педагогических кадров Института туризма было проведено психологическое исследование, целью которого являлось изучение взаимосвязи синдрома эмоционального выгорания педагогов института с психофизиоло-

гическими и организационно-техническими причинами, в котором приняло участие 20 преподавателей, с педагогическим стажем от 5 до 20 лет.

Диагностическое исследование проводилось по двум методикам: методике диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко и разработанной методике диагностики психофизиологических и организационных причин эмоционального выгорания.

Объектом исследования является синдром эмоционального выгорания у педагогов Института туризма. Предметом исследования является содержание, структура, условия и механизмы развития «эмоционального выгорания» у педагогов. Гипотезой исследования выступило эмоциональное выгорание, обусловленное рядом психофизиологических и организационных причин.

Анализ взаимосвязей уровня эмоционального выгорания, психофизиологических и организационных причин осуществлялся с помощью корреляционного анализа пакета программных средств статистической обработки и анализа результатов «Statistica 6.0». Полученная корреляционная матрица представлена в таблице .

Таблица – Корреляционная матрица взаимосвязей уровня эмоционального выгорания с психофизиологическими и организационными причинами педагогов Института туризма

Психофизиологические и организационные причины / уровень эмоционально-мотивационного выгорания	Стаж	Рези-стенция	Личност-ная от-странен-ность
Стаж	–	0,69	–
Истощение	–	–	0,79
Личностная отстраненность	–	0,73	–
Перегрузки по объему основной работы	-0,63	–	–
Недостатки в организационно-техническом обеспечении работы	-0,71	–	–
Необходимость делать под давлением то, что считаешь не-правильным	–	0,74	–

При уровне значимости $p < 0,05$ между уровнем эмоционального выгорания, а также психофизиологическими и организационными причинами выявлено 6 зависимостей. Обнаружена умеренная обратная корреляционная зависимость между стажем работы и перегрузками по объему основной работы (-0,63), то есть при возрастании степени выраженности стажа работы будет уменьшаться сила перегрузок по объему основной работы. Это объясняется тем, что профессионалами, проработавшими долгие годы в сфере образования, выработана привычка и стратегия качественно и много работать, рационально распределяя объем нагрузки, эмоционально не выгорая от большого объема работы, требующего исполнения за короткий промежуток времени.

Сильная корреляционная зависимость выявлена между фазой «истощения» и личностной отстраненностью (0,79). Данная связь позволяет заключить, что при возрастании личностной отстраненности отмечается возрастание значимости фазы истощения. Это может быть связано с тем, что педагог эмоционально выгорев, не может плодотворно и рационально общаться как с коллегами, так и со своей семьей, он начинает жить в мире иллюзий, в его поведении превалирует апатичность, ригидность, отстраненность в поведении, и как следствие, ослабление нервной системы, иммунитета.

Сильная корреляционная зависимость установлена между «резистентией» и личностной отстраненностью (0,73). При возрастании резистентии, личностная отстраненность будет возрастать. Преподаватели, находясь на второй стадии эмоционального выгорания, постепенно накапливают отрицательное отношение к студентам, коллегам, начиная проявлять свою агрессию первоначально на близких, затем на студентах и в конечном итоге

срываться на коллегах. Преподаватели начинают экономить эмоции, неадекватно оправдывая свою недостаточность эмоциональной отдачей, постепенно сокращать свои профессиональные обязанности, стараться избегать социальных контактов. Все вышеперечисленное способствует развитию и переходу на третью стадию эмоционального выгорания.

Сильная корреляционная зависимость установлена между стажем сотрудника и фазой «резистенции» (0,69). При увеличении стажа работы, будет четче проявляться и преобладать фаза «резистенции». В процессе работы эмоции преподавателя постепенно становятся неадекватными, избирательными, он не проявляет должного эмоционального отношения к обратившемуся за помощью, уменьшает свои профессиональные обязанности, все вышеперечисленное способствует развитию фазы истощения.

Сильная обратная корреляционная зависимость выявлена между недостатками в организационно-техническом обеспечении работы и стажем (-0,71), то есть при увеличении стажа работы уменьшается воздействие отсутствия технических средств обучения на эмоциональное состояние сотрудников института. Использование технических средств обучения в учебном процессе позволяет интенсифицировать подачу материала студентам, является сильной мотивацией повышения познавательной активности обучающихся, тем самым увеличивая мотивацию совершенствования профессорско-преподавательского состава. Для совершенствования учебного процесса Института туризма ежегодно закупается новое техническое оборудование, что стимулирует преподавателей использовать его при проведении занятий со студентами.

Вышеизложенное позволяет заключить: выдвинутая гипотеза подтвердилась, эмоциональное выгорание обусловлено рядом психофизиологических и организационных причин. Практическая ценность исследования состоит в том, что выявленные взаимосвязи между эмоциональным выгоранием, а также психофизиологическими и организационными причинами, предоставляют возможность разработки и внедрения коррекционной программы для преподавателей Института туризма, с целью предотвращения, профилактики и преодоления синдрома эмоционального выгорания.

1. Ронгинская, Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях / Т.И. Ронгинская // Психологический журнал. – 2002. – Т. 23. – № 3. – С.85–95.

2. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко – 3-е изд. доп. и перераб. – СПб: Прайм – Евростандарт, 2006. – 672 с.

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СЕМЬИ И ШКОЛЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Осипенко Е.В.,

Учреждение образования «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины»,
Республика Беларусь

Семья, школа и общественность – главные социальные институты, отвечающие за воспитание и обучение детей и подростков. Они играют ведущую роль в становлении и развитии личности младшего школьника, формировании здорового образа жизни, сохранении и укреплении его здоровья.

Формирование положительной мотивации младших школьников к здоровому образу жизни и воспитание ответственного отношения к здоровью, прежде всего, зависит от правильного взаимодействия школы и семьи, от целенаправленно организованной совместной работы родителей, учителей начальных классов и медицинских работников учреждений образования. Физическое и психическое здоровье детей младшего школьного возраста в значительной мере зависит от их активного сотрудничества и взаимодействия в орга-