



ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
дополнительного
образования детей

ПРОБЛЕМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ В СИСТЕМЕ НАСТАВНИЧЕСТВА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ: ПУТИ РЕШЕНИЯ

Федосова Надежда Анатольевна

методист регионального методического центра ГБУДО
«Областной центр дополнительного образования детей»

ОРБИТА

ТВОЯ ТРАЕКТОРИЯ РАЗВИТИЯ



Профессиональное выгорание – это негативная реакция человека на рабочий стресс, эмоциональное истощение, занижение значимости собственных достижений в профессиональной деятельности.

Симптомы профессионального выгорания:

- отсутствием чувства юмора
- увеличением числа жалоб на здоровье
- изменение продуктивности работы
- снижение самооценки
- повышение агрессивности
- появление или обострение психосоматических заболеваний

депрессия

ОРБИТА

ТВОЯ ТРАЕКТОРИЯ РАЗВИТИЯ



Основные составляющие профессионального выгорания:

- эмоциональная истощенность
- деперсонализация
- редукция профессиональных достижений

Основные стадии синдрома профессионального выгорания:

1. забывание каких-то моментов
2. снижение интереса к работе, потребности в общении, в том числе, дома, с друзьями, нарастание апатии к концу недели, появление устойчивых соматических
3. личностное выгорание



Симптомы профессионального выгорания

Наставляемый

- переоценка своих возможностей
- недостаточная мотивированность
- безинициативность
- невозможность влиять на принятие важных решений
- отсутствие обратной связи, поддержки и взаимопомощи со стороны наставника
- потеря интереса к своей деятельности

Наставник

- неправильно распределенную нагрузку
- сопротивление родителей (если наставляемый ребенок)
- отсутствие конкретных целей и задач
- нечеткость обязанностей
- отсутствие вознаграждения



Своевременная профилактика выгорания включает в себя определенные направления работы:

1. оптимальная организация деятельности
 - обеспечение наставника и наставляемого возможностью профессионального роста
 - поддержка социальными и другими положительными моментами, повышающими мотивацию
 - четкое распределение обязанностей
 - включение в учебные программы техники контроля собственного времени и выработки уверенности в себе, информацию о стрессе, техники релаксации
 - организация рабочего места и времени
2. создание психологического комфорта в профессиональном тандеме «наставник - наставляемый», как группы людей, поддерживающих друг друга
3. создание системы психологической службы.

ОРБИТА

ТВОЯ ТРАЕКТОРИЯ РАЗВИТИЯ



Задачи руководителя в предупреждении профессионального выгорания в системе наставничества:

- проведение мониторинга организационных факторов, способствующих профессиональному выгоранию
- создание благоприятного психологического климата в парах
- оказание управленческого содействия формированию профессиональной компетентности



Факторы формирования благоприятного психологического климата в системе наставничества :

- социально-психологическая совместимость пар
- стиль управления руководства
- система стимулирования
- успешный, либо неуспешный ход воспитательной деятельности
- применяемая шкала поощрений и наказаний
- условия труда и оборудование рабочих мест
- характер коммуникаций и информированность в системе наставничества



В комплекс мероприятий для профилактики профессионального выгорания в системе наставничества входят:

- мониторинг организационных факторов, выявляющих признаки профессионального выгорания
- создание благоприятного психологического климата
- поддержка руководителя
- определение системы поощрений, как материальных, так и статусных
- система наставничества

Действия участников программы наставничества для предотвращения профессионального выгорания:

- должны быть открытыми для нового
- повышать собственную самооценку
- участвовать в семинарах, конференциях, съездах
- обмениваться опытом
- не бояться отстаивать свои позиции
- владеть педагогическими технологиями, технологиями планирования и контроля собственной траектории профессионального развития
- встречаться и общаться с людьми не только своей профессии
- повышать свою квалификацию

