

Аннотация программы Работа в удовольствие

В течение последних десятилетий особенно острой стала проблема сохранения психического здоровья педагога в образовательном учреждении.

Особое внимание этому вопросу уделяют А.К. Маркова, Л.М. Митина, Л.Т. Дикая, Л.В. Мохнач, Н.Л. Аминов и др. Общеизвестно, что профессия педагога — одна из наиболее энергоемких. Для ее реализации требуются огромные интеллектуальные, ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ и психические затраты. Стрессогенность заложена уже в самой природе педагогического труда. Переход современной школы на личностно ориентированные модели образования обуславливает повышение требований со стороны общества к личности педагога, его роли в воспитательном процессе. В практике образовательных учреждений возникает проблема профессиональной деформации как отражения личностных противоречий между требуемой от педагога мобилизацией и наличием внутренних энергоресурсов, вызывающих достаточно устойчивые отрицательные психические состояния, проявляющиеся в перенапряжении и переутомлении, что приводит к формированию синдрома эмоционального выгорания в профессиональной деятельности, возникновению невротических расстройств, психосоматических заболеваний.

Многочисленные исследования ПОЗВОЛИЛИ определить ПРИЧИНЫ возникновения этого синдрома.

- Основная причина это несоответствие между требованиями, предъявляемыми к работнику, и его реальными возможностями.
- Синдром вызывается несоответствием между стремлением работников иметь большую степень самостоятельности, определять способы и методы

достижения тех результатов, за которые они несут ответственность, и жёсткой, нерациональной политикой администрации.

- Отсутствие соответствующего вознаграждения за работу переживается работником как непризнание его труда, что тоже может привести к апатии, снижению эмоциональной вовлеченности в дела коллектива, возникновению чувства несправедливости и, соответственно, к выгоранию.

- Возникновение несоответствия между собственными этическими принципами, ценностями и требованиями, которые предъявляет работа.

В связи с этим организация работы по сохранению психического здоровья педагогов является одной из наиболее актуальных задач современной системы образования, а проблема эмоциональной саморегуляции одной из важнейших психолого-педагогических проблем, актуальных для личностного и профессионального развития современного педагога.

Лапный тренинг направлен на формирование навыков саморегуляции, управления собственным ПСИХОЭмоЦИОНШЬНЫМ состоянием, а также навыков позитивного самовосприятия. Все развиваемые в данных тренингах навыки необходимы в профессиональной деятельности как педагогам, воспитателям, руководителям образовательных учреждений, так и самим педагогампсихологам.