Успехи в спортивной деятельности зависят от способностей, навыков, знаний, от планирования деятельности и оценки ее результатов, а также от особенностей мотивационных процессов.

1. Алексеев А.В. Преодолей себя! Психическая подготовка в спорте. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. – 354 с.
2. Андреева Г.М. Социальная психология: Учебник для высшего учебного заведения. — М.: Аспект Пресс, 2001. – 384 с.
3. Андреева Г.М. Психология социального познания: Учеб. пособие для студентов вузов / Г. М. Андреева. — 3 е изд., перераб. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2009 — 303 с.
4. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология: Учебник для вузов. — М.: ЮНИТИ, 2000 - 551 с.
5. Волков И.П. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов: хрестоматия / сост. и общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 384 с
6. Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. Личность в спорте: Очерки исслед. психологии спортсмена / Ю. М. Блудов, В. А. Плахтиенко. - М.: Сов. Россия, 1987. – 154 с.
7. Волков И.П. Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов: хрестоматия. – М.: Советский спорт, 2005. – 286 с.

Сильченко С.С.

Смыслжизненные ориентации педагогических работников с различным уровнем профессионального выгорания

*ГБОУВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет»
(Россия, Симферополь)*

doi: 10.18411/lj-06-2020-464

idsp: ljournal-06-2020-464

Аннотация

Статья посвящена исследованию особенностей ценностно-смысловой сферы педагогов с различным уровнем профессионального выгорания. Она раскрывает особенности самоактуализации, ценностей, смыслжизненных ориентаций и аспектов самоотношения педагогов с разными уровнями выраженности аспектов, фаз и симптомов выгорания.

Ключевые слова: смыслжизненные ориентации, профессиональная мотивация, профессиональная адаптация, методика смысло-жизненных ориентаций Д.А.Леонтьева, методика диагностики ценностных ориентаций М.Рокича.

Abstract

The article is devoted to the study of the features of the value-semantic sphere of teachers with different levels of professional burnout. It reveals the features of self-actualization, values, life orientations and aspects of self-attitude of teachers with different levels of expression of aspects, phases and symptoms of burnout.

Keyword: meaning-life orientations, professional motivation, professional adaptation, method of meaning-life orientations of D. A. Leontiev, method of diagnostics of value orientations of M. Rokich.

Постановка проблемы. Интенсификация профессиональной деятельности педагогов, информационные, коммуникативные, эмоциональные перегрузки, истощение адаптивных ресурсов актуализируют проблему сохранения их физического и психического здоровья, обеспечения устойчивости к профессионально обусловленным заболеваниям и расстройств, в частности профессионального выгорания.

Этот феномен распространяется среди представителей многих социэкономических профессий, к которым относится и профессия педагога [2, с. 5].

Предпосылками формирования профессионального выгорания могут выступать высокая ответственность, возложенная на них со стороны общества и семьи за жизнь и здоровье, воспитание и обучение детей, психические перегрузки, дисбаланс между затратами и вознаграждением и тому подобное. Кроме того, профессия воспитателя – исключительно «женская», поэтому влияние этих профессиональных предпосылок усиливают домашние обязанности, дефицит времени для семьи, требует компромиссного балансирования между работой и семьей и приводит к росту психоэмоционального напряжения, физического и психического истощения и тому подобное [3].

Актуальность исследованию добавляют и негативные последствия профессионального выгорания педагогов для детей в ДОУ, с которыми они работают: дети находятся в встревоженно-напряженном состоянии, тормозится их умственная и физическая активность и т.д.

Цель исследования – изучить особенности смысложизненных ориентаций педагогов с различным уровнем профессионального выгорания.

Изложение основного материала. Исследование выполнялось на базе МБОУ СОШ Ленинского района с. Виноградное и МБДОУ «Детский сад Петушок» с. Виноградное и МБДОУ № 1 «Цветик – семицветик» пгт. Ленино. Всего в исследовании на разных его этапах приняли 30 педагогов. В ходе исследования были сформированы две группы:

- 14 педагогов со стажем работы до 5 лет, из них 2 мужчины и 12 женщин с возрастом от 25 до 30 лет;
- 16 педагогов со стажем работы свыше 5 лет, из них 3 мужчины и 13 женщин с возрастом от 30 лет до 50 лет;

В соответствии с целью и задачами исследования были подобраны следующие методики для исследования мотивационно-потребностного поведенческого компонента:

- Методика смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева;
- Методика диагностики ценностных ориентаций М. Рокича;

На первом этапе исследования было проведено эмпирическое исследование с помощью методики смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева. Данная методика предназначена для оценивания «источника» смысла жизни, который может быть найден личностью в будущем, где источником являются цели, в настоящем, где источником является процесс и в прошлом где источником смысла жизни является результат. Методика смысложизненных ориентаций Д.А.Леонтьева является адаптированной версией теста «Цель в жизни» Джеймса Крамбо и Леонардо Махолика. Методика была разработана на основе факторного анализа Д.А.Леонтьевым и Калашниковым версии теста «Цель в жизни» Джеймса Крамбо и Леонардо Махолика. Методика включает помимо общих показателей осмысленности жизни и пять субшкал, которые выделяют три смысложизненных ориентации. Этими смысложизненными ориентациями являются: цели в жизни, насыщенность жизни, удовлетворенность самореализацией [1, с. 6].

Основной целью методики было выявление ведущих смысложизненных ориентаций, которыми руководствуются педагогические работники с опытом работы до 5 лет и свыше 5 лет.

На рисунке 1 представлены результаты обработки данных по методике диагностики смысложизненных ориентаций.

Рисунок 1 – Результаты методики СЖО Д.А. Леонтьева по двум выборкам.

Исходя из представленных данных на рисунке1, общий показатель осмысленности жизни первой группы составил 67%, а во второй группе – 74%. Средний показатель шкалы «Цели в жизни» в первой группе 21% и во второй 22%. По шкале «Процесс жизни» средний показатель составляет по первой группе 26% и по второй 18%. Средний показатели шкалы «Результативность жизни» составляет в первой группе 15%, а во второй 16%. По шкалам «локус контроля – Я» и «Локус контроля – жизнь» составляет по первой группе 17 и 18, а по второй группе 15 и 24. Мы можем сделать вывод о том, что педагоги с опытом педагогической деятельности свыше 5 лет обладают устойчивыми смысложизненными ориентирами. Это значит можно сделать вывод, что СЖО более устойчивы у педагогических работников свыше 5 лет по следующим данным: локус контроля – жизнь, цели в жизни, результативность жизни.

Важно отметить, что педагоги как с большим стажем работы, так и с маленьким стажем работы характеризуются достаточно высоким общим показателем осмысленности жизни. Это говорит о том, что респонденты обеих групп ставят перед собой четкие, осмысленные цели в жизни, способны к постановке первостепенных и второстепенных задач, а также способны добиваться результатов. Средние показатели по группам по шкале «Цели в жизни» являются примерно одинаковыми в обеих группах. Это говорит о том, что педагоги с небольшим стажем, а также педагоги с большим стажем работы характеризуются целями в будущем, которые придают их жизни направленность, полноту и перспективу. Показатели по шкале результативности жизни или удовлетворенности социализацией также практически идентичны. Это указывает на то, что респонденты обеих групп удовлетворительно оценивают результаты определенного жизненного этапа и удовлетворены, целями и задачами, которые были поставлены в определенный промежуток времени. Это дает возможность предполагать, что и в дальнейшем данные цели помогут добиться планируемых результатов. Относительное сходство также наблюдается по шкале «Локус контроля»: у молодых педагогов этот показатель несколько выше по сравнению с более опытными педагогами. Это говорит о том, что молодые педагоги характеризуются более устойчивым представлением о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими предпочтениями. Более опытные педагоги, возможно, оценивают свои возможности менее оптимистично, учитывая их возрастные особенности.

Вместе с тем, по отдельным компонентам осмысленности жизни были выявлены различия. Рассмотрим их более детально. По шкале «Локус контроля – жизнь или

управляемость жизни» у педагогов с большим стажем работы показатели выше, чем у молодых педагогов. Это говорит о том, что опытные педагоги более убеждены в том, что контролируют свою жизнь, что свободны в принятии своих решений и в том, что способны воплотить их в жизнь. Молодые педагоги, несмотря на свою амбициозность, менее уверены в себе. Предположительно, это может быть обусловлено дефицитом опыта. Также были обнаружены различия по шкале «Процесс жизни»: более высокие показатели характерны для молодых педагогов. Данная шкала представляет собой интерес и эмоциональную насыщенность жизни и состоит в принятии единственного смысла жизни, который состоит в том, чтобы жить. Полученные результаты указывают на то, что молодые специалисты более оптимистичны и удовлетворены своей жизнью здесь и сейчас, в отличие от более опытных коллег.

На втором этапе было произведено исследование по методике диагностики ценностных ориентаций М. Рокича. Данная методика позволяет исследовать направленность личности, а также отношение личности к миру и другим людям, к себе самому, восприятия мира, ключевые мотивы поступков. В методике М. Рокича имеется два вида ценностей – это терминальные и инструментальные. Стимульный материал представлен 18 утверждениями с терминальными и инструментальными ценностями, которые необходимо распределить по порядку значимости для личности исходя из личных принципов [4].

Основной целью данной методики диагностики ценностных ориентаций М. Рокича является выявление направленности педагогического работника к профессиональной деятельности, а также структуризация и систематизация терминальных и инструментальных ценностей для саморазвития и развития организационно временного фактора педагогического работника.

Обработка результатов проводилась в два этапа: на первом этапе было произведено ранжирование терминальных и инструментальных ценностей внутри каждой группы. На втором этапе был произведен анализ ценностей педагогов с педагогическим опытом до 5 лет и педагогов с педагогическим опытом свыше 5 лет.

В таблице 1 приведена сравнительная характеристика терминальных ценностей по двум выборкам

Таблица 1

Сравнительная характеристика терминальных ценностей по двум выборкам

Ценности	Педагогические работники с опытом педагогической деятельности до 5 лет	Педагогические работники с опытом педагогической деятельности свыше 5 лет
Терминальные ценности	Активная деятельная жизнь Развитие Здоровье Материально – обеспеченная жизнь Жизненная мудрость Любовь Свобода Общественное признание Наличие хороших и верных друзей Удовольствие Развлечение Продуктивная жизнь Познание Красота природы и искусства Счастливая семейная жизнь Счастье других Уверенность в себе Творчество	Жизненная мудрость Здоровье Материально – обеспеченная жизнь Наличие верных и хороших друзей Развитие Общественное признание Уверенность в себе Счастливая семейная жизнь Продуктивная жизнь Любовь Свобода Удовольствия Активная деятельная жизнь Красота природы и искусства. Творчество Счастье других Познание Развлечения

Исходя из представленных данных в таблице 1, можно сделать вывод о том, что педагоги с опытом педагогической деятельности до 5 лет выбирают в приоритете активную более деятельностную жизнь, чем педагоги с опытом педагогической деятельности свыше 5 лет.

Важно отметить, что педагоги с небольшим стажем работы, как и педагоги с большим стажем работы стремятся к материально обеспеченной жизни. Это говорит о том, что все они стремятся к саморазвитию. Показатели здоровья являются примерно одинаковыми в обеих группах. Это говорит о том, что педагоги с небольшим стажем, как и коллеги с большим стажем предположительно имеют общее мнение. Которое заключается в том, что для достижения успехов в профессиональной деятельности необходимо здоровье. Стоит отметить сходство в выборе обеих групп красоты природы и искусства. Это говорит о том, что педагоги стремятся к саморазвитию. Предположительно из-за стремления поиска новой информации и коммуникации с более интересными людьми.

Вместе с тем, по иным терминальным ценностям выявлены различия. Рассмотрим их более детально:

1) по наличию хороших и верных друзей у педагогов с большим стажем выше показатель, чем у молодых педагогов. Это говорит о том, что опытные педагоги имеют личное время на окружение с идентичными идеями жизни. Можно предположить, что молодые педагоги, несмотря на эмоциональную насыщенность структурируют и организуют собственное свободное время на профессиональную деятельность.

2) были обнаружены различия в уверенности в себе. Опытные педагоги более уверены в себе, чем молодые специалисты. Это говорит о том, что педагоги с большим опытом обладают уверенными действиями в профессиональной сфере, чем педагоги с небольшим опытом. Предположительно в связи с отсутствием опыта.

3) стоит так же отметить различия в стремлении развиваться педагоги с небольшим опытом имеют больше стремления к развитию, чем педагоги с большим опытом. Это предположительно говорит, о том, что молодые специалисты обладают меньшей самодостаточностью, чем коллеги с большим опытом.

4) имеется значительное отличие по отношению к активной деятельной жизни. Педагоги с небольшим опытом больше способны к активной деятельностной жизни, чем опытные учителя. Данные показатели предположительно связаны с построением целей и жизненных планов молодыми специалистами.

5) стоит учесть различия в отношении счастливым семейным отношениям. Педагоги с большим опытом больше склоняются и стремятся к счастливой семейной жизни, чем молодые специалисты. Можно предложить, что данная особенность связана с установками и целями педагогов. Молодые специалисты предположительно руководствуются установками и целями направленными на профессиональную идентичность.

6) стоит отметить отличия в отношении к творчеству в профессиональной среде. Педагоги с большим опытом применяют в профессиональной деятельности чаще творчество, чем коллеги с небольшим опытом. Это предположительно связано с прагматичностью мышления молодых специалистов.

В таблице 2 приведена сравнительная характеристика инструментальных ценностей по двум выборкам

Таблица 2

Сравнительная характеристика инструментальных ценностей по двум выборкам

Ценности	Педагогические работники с педагогической деятельностью до 5 лет	Педагогические работники с опытом педагогической деятельности свыше 5 лет
Инструментальные	Жизнерадостность	Воспитанность

ценности	Воспитанность Высокие запросы Исполнительность Независимость Образованность Ответственность Непримиризм к недостаткам Рационализм Самоконтроль Чуткость Смелость в отстаивании своего мнения Терпимость Твердая воля Широта взглядов Честность Эффективность в делах Аккуратность	Аккуратность Образованность Эффективность в делах Исполнительность Рационализм Жизнерадостность Широта взглядов Терпимость Смелость в отстаивании своего мнения Самоконтроль Чуткость Ответственность Честность Независимость Твердая воля Высокие запросы Непримиризм к недостаткам
----------	---	--

Исходя из представленных данных в таблице 2, можно сделать вывод, что педагоги с опытом педагогической деятельности свыше 5 лет выбирают в основном воспитанность, по сравнению с педагогами с опытом педагогической деятельности до 5 лет, которые выбирают в основном жизнерадостность. Относительное сходство так же наблюдается в отношении к рационализму. Это свидетельствует о том, что молодые специалисты, как и педагоги с большим опытом предположительно склонны к решению проблем в образовательной среде с применением принципа разумной целесообразности.

Вместе с тем другим инструментальным ценностям выявлены отличия в обеих группах. Так, высокие запросы у педагогов с небольшим стажем имеют более высокую степень проявления, чем у педагогов с большим стажем. Можно предположить, что у молодых специалистов это связано с мечтами о высокооплачиваемой специальности в профессиональной среде. Опытные педагоги же предположительно ориентируются на профессиональные достижения, которые материально стимулируются.

Стоит отметить отличия в обеих группах по твердой воле. Молодые специалисты обладают более твердой волей по сравнению с педагогами с большим стажем работы. Предположительно из-за личностного качества упрямство и целеустремленность.

Вывод. Результаты эмпирического исследования позволили выявить следующие тенденции. После проведения диагностики по методике смысловых ориентаций Д. А. Леонтьева мы выяснили, что педагоги с опытом педагогической деятельности свыше 5 лет обладают устойчивыми смысловыми ориентирами. Важно отметить, что педагоги с большим опытом, так и с маленьким опытом имеют достаточно высокие смысловые ориентиры.

После проведения диагностики ценностных ориентаций М. Рокича мы выяснили, что педагоги с большим опытом, как и с небольшим опытом имеют схожие терминальные ценности: материально – обеспеченная жизнь, счастье других, красота природы и искусства. Относительное сходство наблюдается в отношении к общественному признанию. Выявлены отличия по следующим ценностям: активная деятельная жизнь, счастливая семейная жизнь, наличие хороших и верных друзей, развитие, развлечение.

1. Бабич О.И. Личностные ресурсы преодоления синдрома профессионального выгорания педагогов: Автореф. диссерт. канд. психол. наук. Хабаровск, Дальневосточный государственный университет путей сообщения, 2015. – 15 с.

2. Василенко А.Ю. Личностные факторы профилактики эмоционального выгорания в процессе профессиональной самоактуализации: Автореф. диссерт. канд. психол. наук. Хабаровск, 2015. – 12 с.
3. Водопьянова Н. Е. Противодействие синдрому выгорания в контексте ресурсной концепции человека // Вестник СПбГУ. Серия 16: Психология. Педагогика. 2016. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/protivodeystvie-sindromu-vygoraniya-v-kontekste-resursnoy-kontseptsii-cheloveka> (дата обращения: 17.05.2020).
4. Густелева А. Н. Смыслжизненные ориентации учителей с разным уровнем профессионального выгорания // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. 2018. №61. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/smyslozhiznennye-orientatsii-uchiteley-s-raznym-urovнем-professionalnogo-vygoraniya> (дата обращения: 17.05.2020).

Соколова А.М.

Влияние родительского отношения на возникновение страхов у детей

*Московский городской педагогический университет
(Россия, Москва)*

doi: 10.18411/lj-06-2020-465

idsp: ljjournal-06-2020-465

Аннотация

Статья посвящена значимости детско – родительских отношений на возникновение страхов у дошкольников.

Ключевые слова: страх; страхи у детей; родители; семья; методики; родительские отношения

Abstract

The article is devoted to the importance of parent-child relationships on the emergence of fears among preschoolers.

Keywords: fear; fears in children; parents; a family; methods; parental relationship

Из воспоминаний.

Когда я была маленькой, то мне часто приходилось посещать детского стоматолога. Эти узкие, тесные коридоры, где всегда многолюдно. Лампочки издают бледно - желтый свет, который еле освещает путь к кабинетам. Мимо пробегают приветливые врачи, а на длинных лавках сидят родители, что - то обсуждающие друг с другом, и, маленькие пациенты, глаза которых наполнены страхом. Каждый ребенок знает, что его мама самая мудрая и любящая, что его мама - никогда не даст его в обиду. Она обязательно защитит, обязательно поможет и спасет. "Мамочка, мне страшно! Я не хочу к этой тете! Она сделает мне больно! Пожалуйста, давай уйдем..." Родители в глазах детей всегда всемогущие "боги" и, к кому, как не к ним стоит обращаться за помощью? И после долгого ожидания следует ответ: - "Ты же уже большой! Не реви!"

— "Чего? Не хочешь? Мало ли что! Надо!"

— "Если ты продолжишь себя так вести, то останешься здесь один!"

— "Смотри, другие маленькие детки спокойно сидят и не плачут, а ты такой большой и реवेशь."

— "Прекрати! В этом ничего страшного нет!" и т.д.

Интересно, а почему родители обесценивают чувства своего ребенка? Разве они никогда не задумывались над тем, что он чувствует в тот страшный для него момент? А как он воспринимает их слова? Они же сами когда - то были такими же беспощадными, маленькими и напуганными детьми. И так же боялись врачей. В детстве их все боятся.