

**Эмоциональное выгорание в вожатской деятельности на примере практики студентов ЯрГУ им. П.Г. Демидова в МДЦ "Артек"**

**Научный руководитель – Дудина Ирада Мехтиевна**

*Анашкин А.А.<sup>1</sup>, Милонова К.И.<sup>2</sup>*

1 - Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, Ярославль, Россия, *E-mail: dron.22.00@mail.ru*; 2 - Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, Ярославль, Россия, *E-mail: panda.myrr@yandex.ru*

Одной из приоритетных задач высшего образования на сегодняшний день является предоставление студентам обширной теоретической и практической подготовки. Вожатская деятельность представляет собой одну из наиболее сложных и эффективных форм практики для будущих педагогов и организаторов работы с молодежью. Вожатый — это не только работа, это образ жизни, мышления и особая форма взаимодействия, а так же метод самореализации. Согласно новому федеральному образовательному стандарту вожатская деятельность, является одним из приоритетных механизмов личностного развития, поскольку обеспечивает качественное формирование целого комплекса профессиональных компетенций.

На сегодняшний день, благодаря взаимодействию ведущих вузов страны формируется система подготовки студентов для работы в лагерях, которая включает в себя собеседование, эссе, разнообразные психологические тестирования. Во время подготовки и обучения будущих вожатых прорабатывается множество аспектов юридической, педагогической и психологической деятельности с целью качественной и максимально эффективной организации временного детского коллектива.

Несмотря на принимаемые меры профессиональная, длительная работа с детьми остается стрессовым, деформирующим фактором, поскольку подвергает работника серьезным психоэмоциональным нагрузкам, требует постоянного включения в процесс и полной отдачи [1]. По опыту вожатых и представителей администрации лагерей, осуществляющих непосредственное руководство студентами работающими с детьми, существует две наиболее часто встречающиеся проблемы, с которыми сталкиваются молодые специалисты во время практики: эмоциональное выгорание и профессиональная деформация личности.

Согласно исследованиям Л.А. Китаева-Смыка негативные социально-психологические изменения студентов-практикантов, вызваны экстремальностью условий осуществления трудовой деятельности. К основным факторам воздействия можно отнести возрастные особенности детей, закрытость социального пространства, жесткий нормативно-правовой регламент режима деятельности детского лагеря [3]. Трудности, с которыми ежедневно приходится сталкиваться не до конца социально и профессионально сформировавшимся работникам оказывают психотравмирующее воздействие. Нарушения системы реагирования связано с активизацией защитных психических механизмов и систем, которые по причине отсутствия эмоциональной разгрузки, влекут за собой глубинные структурные нарушения, которые проявляются в виде эмоционального выгорания. Для сохранения продуктивности и качества работы в социальной динамике детского лагеря, чрезвычайно важно, на ранних этапах выявить предпосылки и применять меры к предотвращению развития вышеуказанных процессов [2].

Наше исследование представляет собой комплексную работу с привлечением разных методов получения количественных и качественных данных с целью изучения процесса профессиональной деформации среди студентов-вожатых на примере ярославской молодежи, проходившей практику на базе МДЦ «Артек». В ходе исследования нами было

опрошено 86 человек, проходивших практику в период с 2016 по 2019 годы. 34 из которых имели опыт аналогичной деятельности в других лагерях Ярославской области.

В ходе опроса выяснилось, что уровень нагрузки на вожатых «Артека» значительно отличается от региональных детских оздоровительных лагерей. Большинство опрошенных отметило постепенное ухудшение физического состояния: частые головные боли, вирусные заболевания, потеря либо набор веса, бессонница, учащенное сердцебиение, боли в спине, желудочно-кишечные расстройства, общее снижение иммунитета.

Наряду с физическими последствиями отмечались и психологические: панические атаки, усиление чувства гнева, беспричинное беспокойство, разочарования и раздражительности, чувство безнадежности, беспомощности и пессимизма, потеря удовольствия выполняемой деятельности, депрессивные симптомы, эмоциональное истощение, цинизм.

Рассматривая продуктивность выполняемой работы, 65% опрошенных отметили, что в силу психологических и физических проблем резко упала продуктивность, увеличилось число прогулов, зачастую возникала потребность в изоляции, желание побыть в одиночестве. Значительно пострадало командное взаимодействие, пропало желание слушать и слышать других, увеличилось употребление алкоголя, возрос уровень требований к детям и коллегам, стал прослеживаться формализм и шаблонность принимаемых решений.

На основании полученных данных мы пришли к выводу о том, что серьезные профессиональные деформации, появляются в ходе продолжительной профессиональной деятельности и обуславливаются состоянием здоровья и уровнем эмоционального напряжения. На наш взгляд профилактика эмоционального «выгорания» вожатых, должна осуществляться как в процессе первичной подготовки, так и в ходе непосредственной работы. На основе анализа полученных нами был разработан комплекс мероприятий, нацеленный на нивелирование негативных особенностей профессиональной деятельности.

### Источники и литература

- 1) Гофман И. Порядок взаимодействия // Социология власти. 2014. № 1.с.89
- 2) Николаев В. Социология занятий и профессий Эверетта Хьюза: забытый интеллектуальный ресурс // Антропология профессий: границы занятости в эпоху нестабильности. М., 2012. с.58
- 3) Шевченко А.А. Деформация межличностных отношений и жизненных целей у лиц с профессиональными деструкциями // Мир науки. 2016. Том 4. № 4. с.26