

навыка», но и первый опыт ребенка в информационном пространстве, которое является реальностью нашего времени. Применение компьютерных технологий предлагает совершенно новые возможности для творчества, обретения и закрепления учебных навыков младших школьников, а самое главное – повышает их познавательный интерес (особый вид интереса в обучении, который характеризуется желанием познать окружающий мир, а также изучить новое). Уровень развития познавательного интереса в значительной мере определяет продуктивность процесса обучения.

Наиболее удачной формой подготовки и представления учебного материала учащимся младшего школьного возраста с использованием информационных технологий можно назвать создание мультимедийных презентаций. В чем их плюсы? Изображения на слайде появляются в необходимом количестве и последовательности, что способствует логичности изложения нового материала, в отличие от разворота учебника, где представлено все сразу. Также информацию, представленную на слайде, можно использовать на различных этапах урока: как при изучении нового, закреплении изученного, так и для проверки домашнего задания.

Очевидно, что использование информационных технологий в преподавании иностранного языка в начальной школе является одним из важнейших аспектов совершенствования и оптимизации образовательного процесса. Так, информационные технологии позволяют совершить виртуальное путешествие по стране изучаемого языка, познакомиться с ее культурой и достопримечательностями. Также можно продемонстрировать аудио- и видеотреклеты иноязычной речи, песен, скороговорок. Они, в свою очередь, сопровождаются вопросами развивающего характера, которые способствуют диалогу учащихся. Это не только углубляет познавательный интерес младших школьников к изучению и запоминанию материала, но и увеличивает их желание узнать что-то новое.

Сегодня информационные технологии можно считать тем способом передачи знаний, который соответствует качественно новому содержанию обучения и развития ребенка. Этот способ позволяет младшему школьнику учиться с интересом, находить источники информации, воспитывает самостоятельность и ответственность при получении новых знаний.

Е. Петрученко

ВЫГОРАНИЕ УЧИТЕЛЕЙ И МОДЕЛИ ПРЕОДОЛЕВАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ

Выгорание (от англ. *'burnout'*) рассматривается как комплекс психических переживаний и поведения, которые сказываются на работоспособности, физическом и психологическом самочувствии, а также на

интерперсональных отношениях работника. Синдром профессионального выгорания является ответной реакцией на длительные рабочие стрессы межличностного общения и наиболее часто встречается у представителей социэкономических профессий.

У педагогов выгорание связано с ежедневной психической перегрузкой, самоотверженной помощью, высокой ответственностью, дисбалансом между интеллектуально-энергетическими затратами и морально-материальным вознаграждением, ролевыми конфликтами, поведением «трудных» учащихся. При этом синдром выгорания может развиваться как у учителей со стажем в результате длительного воздействия профессиональных стрессов, так и у молодых педагогов в связи с вхождением в профессиональную среду.

Для противостояния выгоранию и сохранения профессионального здоровья педагоги используют модели преодолевающего поведения, или копинг-стратегии (от англ. *'coping'*) – поведенческие, когнитивные и эмоциональные действия для преодоления трудных ситуаций и адаптации к возникшим обстоятельствам. Наиболее известны три группы копинг-стратегий: разрешение проблем, поиск социальной поддержки и избегание (Дж. Амирхан), но считается, что эффективный копинг обеспечивается наличием различных стратегий при условии их гибкого применения к различным ситуациям.

Проведенный нами интернет-опрос студентов 2 курса ФАЯ МГЛУ (n = 96) показал, что наиболее распространенным проявлением выгорания учителей, которое они наблюдали в период обучения в средней школе, является эмоциональное истощение (усталый вид и вспышки раздражения отметили 64 % респондентов). На деперсонализацию указали 46 % опрошенных, которые наблюдали агрессию в общении и пренебрежительные высказывания педагогов в адрес учеников. С редуцией персональных достижений учителя столкнулись 23 % респондентов, которые были свидетелями признания педагогами своей беспомощности в сложных ситуациях.

По результатам опроса студентов, наиболее часто их школьные педагоги обращались к копинг-стратегиям социальной поддержки (45 %), избегали стрессогенных ситуаций (42 %) и реже пытались разрешить проблему самостоятельно (26 %), что ставит под сомнение эффективность применяемых ими стратегий.

Таким образом, профессиональное выгорание учителей актуально для современной отечественной школы. Профилактика профессиональных стрессов и преодоление их негативных последствий должны стать неотъемлемой частью гигиены педагогического труда, так как повышение профессиональной компетентности учителя находится в прямой зависимости от состояния его здоровья.