Путь к вершине: профессиональное выгорание педагога

Аннотированный библиографический список

Составитель **Бобрикова** Жанна Анатольевна

Ответственный за выпуск А. И. Сёмкин

Компьютерная верстка Е. В. Юпатовой

Художественное оформление Ж. Ю. Масько

Тираж 5 экз.

Напечатано на ксероксе ГУ «Витебская областная библиотека им. В. И. Ленина»

210601 г. Витебск, ул. Ленина, д. 8а

E-mail: vlib@vlib.by

ГУ "ВИТЕБСКАЯ ОБЛАСТНАЯ БИБЛИОТЕКА имени В.И. ЛЕНИНА"

Информационно-библиографический отдел

ПУТЬ К ВЕРШИНЕ: ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГА

Аннотированный библиографический список

Витебск

2012

УДК 159.9:370
ББК 88.40
П84

Составитель *Ж. А. Бобрикова*
Редакционная коллегия:
В. М. Овсянникова (отв. ред.), Н. В. Фенченко
Ответственный за выпуск *А. И. Сёмкин*

Путь к вершине : профессиональное выгорание педагога : аннотированный библиографический список / ГУ «Витебская областная библиотека имени В. И. Ленина», Информационно-библиографический отдел ; [сост. Ж. А. Бобрикова]. — Витебск, 2012. — 24 с.

В библиографическом списке представлены книги и статьи из периодических изданий, посвященные проблеме профессионального выгорания педагогов, которое ведет к истощению эмоционально-энергетических и личностных ресурсов человека.

Аннотированный библиографический список адресован широкому кругу читателей, всем тем, кому интересна тема профессионального выгорания специалистов, в том числе педагогам и психологам.

© ГУ «Витебская областная библиотека им. В. И. Ленина», 2012

психотехника учителя / Д. Сороков // Педагогическое самообразование : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2005. — 15 марта. — С. 2.

О методике А. Эллиса, основателе учения об обеспечивающей минимальное количество стрессов жизненной позиции.

105. **Тимошенко, О.** Синдром эмоционального выгорания / О. Тимошенко // Пралеска. — 2006. — № 9. — С. 6—12.

Основные стадии эмоционального выгорания. Тренинг для педагогов по снятию синдрома эмоционального выгорания.

106. **Филина, С.** О "синдроме профессионального выгорания" и технике безопасности в работе педагогов и других специалистов социальной сферы / С. Филина // Школьный психолог : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2003. — № 36 (сент.). — С. 18—19.

Естественные способы регуляции организма и саморегуляция.

107. **Хухлаева, О. В.** Основные направления профилактики эмоционального выгорания педагогов / О. В. Хухлаева // Народное образование. — 2010. — № 7. — С. 278—282.

Организация профилактики эмоционального выгорания педагогов в школе.

108. **Чигрина, Е. И.** Профилактика синдрома эмоционального выгорания / Е. И. Чигрина // Народная асвета. — 2011. — № 5. — С. 19—24.

Программа психологической помощи поддержки педагогов.

109. **Шарыпова, Е. В.** Психологический тренинг "Формирование и развитие стрессовой устойчивости педагогов к воздействию внешней среды" / Е. В. Шарыпова // Практическая психология и логопедия. — 2007. — № 2. — С. 4—20.

Что такое психологическая устойчивость и как ее укрепить. Использование элементов арт-терапии в релаксационном тренинге. Способы снятия нервно-психического напряжения. Релаксационный тренинг для педагогов.

97. **Родионов, В.** Учительский стресс / В. Родионов // Школьный психолог : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2006. — № 4 (февр.). — С. 20—23.

Предлагается цикл тренинговых занятий, который направлен на развитие эмоциональной устойчивости педагогов.

98. **Савостьянов, А.** Учимся бороться с неотреагированными эмоциями / А. Савостьянов // Учитель. — 2004. — № 5. — С. 80—83.

Аутогенная тренировка как метод профилактики стрессов и психосоматических заболеваний у педагогов.

99. **Севастьянова, Н. В.** Взаимосвязь профессионального выгорания и творческого потенциала педагога / Н. В. Севастьянова // Воспитание школьников. — 2009. — № 10. — С. 47—54.

Профилактика профессионального выгорания педагогов.

100. **Смирнова, О. Ю.** Терапия и профилактика синдрома эмоционального выгорания / О. Ю. Смирнова, А. В. Худяков // Медицинская сестра. — 2011. — № 7. — С. 36—40.

Предлагаются мероприятия по профилактике синдрома эмоционального выгорания.

101. **Соколова, И.** Синдром эмоционального выгорания учителя / И. Соколова // Здаровы лад жыцця. Серыя "У дапамогу педагогу". — 2008. — № 3. — С. 57—61.

Психолого-педагогический семинар.

102. **Соловцова, Е.** Уйдем от стресса / Е. Соловцова // Народное образование. — 2004. — № 6. — С. 240—247.

Советы психолога о том, как избежать стресса и как педагогу справиться с несбалансированным ритмом жизни.

103. **Сороков, Д.** Борьба со стрессом: учитель начинает и выигрывает / Д. Сороков // Педагогическое самообразование : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2004. — 30 нояб. — С. 3.

Об освоении педагогами техники преодоления стресса.

104. **Сороков, Д.** Высший балл за иррациональное мышление :

СОДЕРЖАНИЕ

ОТ СОСТАВИТЕЛЯ 4

СИНДРОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ 7

ПРОФИЛАКТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПЕДАГОГА: ТРЕНИНГИ, СЕМИНАРЫ, ПРАКТИКУМЫ……18

ОТ СОСТАВИТЕЛЯ

Одной из серьезных проблем современной школы является эмоциональное выгорание педагогов, которому подвержены чаще всего люди старше 35–40 лет. Получается, что к тому времени, когда они накопят достаточный педагогический опыт, а собственные дети уже подрастут и можно ожидать резкого подъема в профессиональной сфере, происходит спад. У людей заметно снижается энтузиазм в работе, пропадает блеск в глазах, нарастает негативизм и усталость, и по этой причине талантливый педагог становится профессионально непригодным. Иногда такие люди сами уходят из школы, меняют профессию и всю остальную жизнь скучают по общению с детьми.

Что такое синдром профессионального выгорания?

Профессиональное выгорание – это синдром, развивающийся на фоне хронического стресса и ведущий к истощению эмоционально-энергетических и личностных ресурсов работающего человека.

Синдром профессионального выгорания – самая опасная профессиональная болезнь тех, кто работает с людьми: учителей, социальных работников, психологов, менеджеров, врачей, журналистов, бизнесменов и политиков, – всех, чья деятельность невозможна без общения. Неслучайно первая исследовательница этого явления Кристина Маслач назвала свою книгу «Эмоциональное сгорание – плата за сочувствие».

Профессиональное выгорание возникает в результате внутреннего накапливания отрицательных эмоций без соответствующей «разрядки», или «освобождения» от них. Оно ведет к истощению эмоционально-энергетических и личностных ресурсов человека.

С меньшим риском для здоровья и менее выраженным снижением эффективности синдром профессионального выгорания переживают работники, которые характеризуются следующими особенностями. В

образования в деятельности школьного педагога-психолога.

91. **Осухова, Н.** Профилактика профессионального выгорания : практико-ориентированный семинар / Н. Осухова // Школьный психолог : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2006. — № 16 (авг.). — С. 17—32.

92. **Панина, Г.** Психологическая поддержка учителя / Г. Панина // Начальная школа : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2003. — № 39 (окт.). — С. 13 ; 2004. — № 14 (апр.). — С. 25—26.

Профессиональное здоровье учителей. Психологическая помощь учителям в решении личных проблем.

93. **Пряжников, Н. С.** Стратегии преодоления синдрома "эмоционального выгорания" в работе педагога / Н. С. Пряжников // Психологическая наука и образование. — 2008. — № 2. — С. 87—95.

Исследование механизма и основных причин, провоцирующих профессиональные стрессы и синдром "эмоционального выгорания" в деятельности педагогов.

94. **Пугачева, М. Л.** Профессиональное выгорание: многое зависит от руководителя / М. Л. Пугачева // Директор школы. — 2011. — № 3. — С. 41—45.

Формирование здорового микроклимата в педагогическом коллективе.

95. **Родионов, В.** Психология здоровья школьников: технология работы : лекция 7. Особенности проведения психопрофилактической работы с педагогами и родителями / В. Родионов // Школьный психолог : Издательский дом "Первое сентября". — 2007. — № 23 (дек.). — С. 37—44.

Работа с педагогами. Синдром профессионального выгорания. Работа с родителями.

96. **Родионов, В.** Психогигиена — это интересно / В. Родионов // Здоровье детей : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2010. — № 7 (апр.). — С. 16—20.

Профилактика синдрома профессионального выгорания.

профессиональной деятельности.

84. **Лунькова, Н.** Не споткнуться о барьеры : профилактика трудностей педагога-психолога во взаимодействии с родителями / Н. Лунькова // Школьный психолог : Издательский дом "Первое сентября". — 2007. — № 11 (июнь). — С. 36—37.

Цель: способность осознанию педагогами-психологами наличия барьеров в установлении контактов с родителями и снятию эмоционального напряжения с целью профилактики профессионального выгорания.

85. **Мардер, Л.** Игры в самих себя / Л. Мардер // Первое сентября. — 2005. — 12 нояб. — С. 3.

О том, как предотвратить профессиональное выгорание. О термине "эмоциональное сгорание", введённом американским психиатром Х. Дж. Фрейденбергом. О тренингах по проблеме эмоционального выгорания.

86. **Матвейчик, Т. В.** Светя другим, сгораю сам? / Т. В. Матвейчик // Народная асвета. — 2007. — № 7. — С. 61—63.

О профилактике стресса у людей общественных профессий.

87. **Медведская, Е. И.** Учимся управлять эмоциями/ Е. И. Медведская // Пачатковая школа. — 2007. — № 3. — С. 38—40.

Психотравматизм труда учителя и меры самопомощи.

88. **Музычина, Е.** Побеждаем стресс вместе! / Е. Музычина // Минская школа сегодня. — 2006. — № 11. — С. 42—43.

Способы снятия стресса для педагогов. Игры и упражнения.

89. **Ножичкина, Л. В.** Синдром эмоционального выгорания педагогов: проблемы и способы коррекции / Л. В. Ножичкина // Среднее профессиональное образование. — 2009. — № 6. — С. 63—66.

90. **Олифирович, Н. И.** Психологическая помощь субъектам образования в деятельности школьного педагога-психолога / Н. И. Олифирович // Психологический журнал. — 2009. — № 4. — С. 42—50.

Статья посвящена проблеме психологической помощи субъектам

первую очередь, это люди, имеющие хорошее здоровье и сознательно, целенаправленно заботящиеся о своем физическом состоянии (они постоянно занимаются спортом и поддерживают здоровый образ жизни). Это люди, имеющие высокую самооценку и уверенность в себе, своих способностях и возможностях. Необходимо также подчеркнуть, что профессиональное выгорание меньше касается людей, имеющих опыт успешного преодоления профессионального стресса и способных конструктивно меняться в напряженных условиях. Если говорить о характере таких людей, то необходимо выделить такие индивидуально-психологические особенности, как высокая подвижность, открытость, общительность, самостоятельность и стремление опираться на собственные силы.

Наконец, важной отличительной чертой людей, устойчивых к профессиональному выгоранию, является их способность формировать и поддерживать в себе позитивные, оптимистичные установки и ценности как в отношении самих себя, так и других людей и жизни вообще.

Цель данного библиографического списка – ознакомление широкого круга читателей с литературой, посвященной теме профессионального выгорания педагогов и представленной в фондах Витебской областной библиотеки им. В. И. Ленина.

Библиографические записи, включенные в аннотированный библиографический список, отражают информацию из электронного каталога библиотеки. В списке представлены книги и статьи из периодических изданий, имеющихся в фонде библиотеки. Хронологический охват библиографических записей – с 2001 года.

Библиографический список состоит из двух разделов, каждый из которых отражает литературу по определенной теме.

Большинство библиографических записей сопровождаются краткой аннотацией, поясняющей содержание статьи. Внутри разделов библиографические записи приводятся в алфавите фамилий авторов и (или) заглавий отражаемых документов.

Библиографические записи, включенные в список, составлены в соответствии с международными стандартами ГОСТ 7.1–2003 «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления» и ГОСТ 7.80–2000 «Библиографическая запись. Заголовок. Общие требования и правила составления».

77. **Зеленова, И. Е.** Программа деятельности педагога-психолога в образовательном учреждении по сохранению психического здоровья педагогов / И. Е. Зеленова // Школьный психолог : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2005. — № 13 (июль). — С. 2—22.

Организация работы по сохранению психического здоровья педагогов.

78. **Иванова, Н.** Психологическое самочувствие воспитателя / Н. Иванова // Дошкольное воспитание. — 2004. — № 8. — С. 49—55.

О программе психологической помощи педагогам в снятии психоэмоционального напряжения.

79. **Касьянова, Л. И.** Профилактика эмоционального выгорания у педагогов / Л. И. Касьянова // Адукацыя і выхаванне. — 2008. — № 8. — С. 32—36.

80. **Колышко, А. М.** Формирование развитого позитивного самоотношения учителя / А. М. Колышко // Психологическая служба. — 2004. — № 1. — С. 93—101.

Психолого-педагогическая программа формирования развитого позитивного отношения педагога к себе.

81. **Кремлякова, А.** Место, где мне хорошо / А. Кремлякова // Школьный психолог : Издательский дом "Первое сентября". — 2012. — № 2 (янв.). — С. 13—15.

Программа групповых занятий для педагогов и специалистов помогающих профессий по профилактике профессионального выгорания.

82. **Кунцевич, Е. В.** Победить стресс : психолого-педагогическая поддержка учителя / Е. В. Кунцевич // Народная асвета. — 2008. — № 6. — С. 49—51.

Профилактика нервно-психологической напряженности учителя.

83. **Лукьянова, М.** Программа "Сохраним психологическое здоровье учителя" / М. Лукьянова // Учитель. — 2009. — № 4. — С. 33—35.

О важности психологического здоровья учителя для

ПРОФИЛАКТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПЕДАГОГА: ТРЕНИНГИ, СЕМИНАРЫ, ПРАКТИКУМЫ

72. **Белинская, Е.** Волшебные скульпторы: использование гипса с детьми и педагогами в дошкольном учреждении / Е. Белинская // Школьный психолог : Издательский дом "Первое сентября". — 2007. — № 11 (июнь). — С. 24—25.

Представлен вариант работы с гипсом в педагогическом коллективе.

73. **Вершинин, В. Н.** Проблемные точки в работе — объекты потенциального творчества : (лекция 3 : из инновационного курса-практикума "Теория решения изобретательских задач" — (ТРИЗ)" / В. Н. Вершинин // Открытая школа. — 2009. — № 7. — С. 30—33.

Профессионально-педагогическая деятельность учителя и роль теории решения изобретательских задач (ТРИЗ) в профессиональном выгорании.

74. **Дейлидко, Ю. В.** Профилактика профессионального выгорания педагогов / Ю. В. Дейлидко // Сацыяльна-педагагічная работа. Серыя "У дапамогу педагогу". — 2012. — № 7. — С. 58—60.

Рассматривается деятельность педагога-психолога по профилактике профессионального выгорания педагогов.

75. **Дубинко, Н. А.** Психологическая диагностика и коррекция синдрома эмоционального "выгорания" у руководителей / Н. А. Дубинко // Вестник Полоцкого государственного университета. Серия Е. Педагогические науки. — 2008. — № 11. — С. 81—84.

76. **Жировская, Н.** Помоги себе сам: тренинг, направленный на снятие эмоционального напряжения / Н. Жировская // Минская школа сегодня. — 2012. — № 2. — С. 24—29.

Цель предлагаемого тренинга — создание благоприятного психологического климата в педагогическом коллективе, снятие эмоционального напряжения.

СИНДРОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ

1. **Андреева, И.** Эмоциональная компетентность в работе учителя / И. Андреева // Народное образование. — 2006. — № 2. — С. 216—222.

О проблеме эмоциональной саморегуляции современного учителя.

2. **Андреева, Н. Ю.** Особенности профессионального выгорания как нарушенной идентичности / Н. Ю. Андреева // Среднее профессиональное образование. — 2009. — № 9. — С. 65—67.

Рассматривается проблема профессионального выгорания как нарушенной идентичности педагога и разработана программа ее предупреждения.

3. **Антипова, С.** Уютно ли учителю в школе? / С. Антипова // Школьный психолог : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2003. — № 41 (нояб.). — С. 12—13.

Этика педагогического общения как необходимое условие предупреждения эмоционального сгорания учителя.

4. **Антропова, Л. В.** От чего устает современный учитель и 10 советов восстановления его сил / Л. В. Антропова // Школьные технологии. — 2003. — № 4. — С. 199—202.

5. **Атрошко, И.** Фундаментальная наука под эгидой БРФФИ / И. Атрошко // Наука и инновации. — 2009. — № 4. — С. 37—38.

О научных проектах, осуществляемых под эгидой Белорусского республиканского фонда фундаментальных исследований в области гуманитарного знания.

6. **Барков, В. А.** Психофизическое здоровье городских и сельских педагогов / В. А. Барков // Здаровы лад жыцця. — 2004. — № 7. — С. 3—6.

Социальные проблемы здорового образа жизни педагогов.

Психология профессионального развития личности педагога.

7. **Белановская, О. В.** Психологическая культура и психологическое здоровье педагога / О. В. Белановская // Адукацыя і выхаванне. — 2010. — № 9. — С. 20—28.

Рассмотрен феномен профессиональной деформации и одна из его форм — синдром эмоционального выгорания.

8. **Борисова, М. В.** Психологические детерминанты феномена эмоционального выгорания у педагогов / М. В. Борисова // Вопросы психологии. — 2005. — № 2. — С. 96—104.

Комплексное рассмотрение феномена эмоционального выгорания.

9. **Волобуева, И.** Профессональное выгорание — "плата за сочувствие" / И. Волобуева // Минская школа сегодня. — 2008. — № 4. — С. 34—37.

Синдром профессионального выгорания среди педагогов.

10. **Габдулхаков, В.** Как управлять своим психическим состоянием / В. Габдулхаков // Директор школы. — 2007. — № 1. — С. 54—61.

Педагогическая психология.

11. **Гнездилова, О. Н.** Психологические аспекты инновационной деятельности педагога / О. Н. Гнездилова // Психологическая наука и образование. — 2006. — № 4. — С. 61—65.

Рассматриваются факторы, являющиеся специфическими стрессорами в педагогической деятельности и приводящие к дезадаптации и эмоциональному выгоранию педагога.

12. **Горбунова, Л. Н.** Психотерапевтическая функция исследовательской деятельности / Л. Н. Горбунова // Школьные технологии. — 2006. — № 5. — С. 141—145.

Использование исследовательской деятельности в педагогической практике. Как избежать педагогу профессионального выгорания и истощения за счет обретения творческого вдохновения.

13. **Горелова, Г. Г.** Кризисы личности и педагогическая

Рассматриваются причины, которые лежат в основе эмоционального выгорания и стратегия помощи педагогам.

66. **Целуйко, В. М.** Психологические основы педагогического общения : пособие для студентов и педагогов / В. М. Целуйко. — М. : Владос, 2007. — 295 с.

67. **Шебеко, В.** Если вас охватил стресс: бежать от него или управлять им? / В. Шебеко // Дошкольное воспитание. — 2009. — № 12. — С. 10—16.

Педагогическая профессия предъявляет серьезные требования к эмоциональной стороне личности педагога.

68. **Эмоциональная** устойчивость личности педагога : учеб.-метод. пособие / авт.-сост. Е. М. Семенова. — Мн. : Веды, 2003. — 216 с.

69. **Юдина, Л. Г.** Педагогический совет "Факторы риска профессиональной деформации личности педагога. Профилактика и коррекция синдрома выгорания" / Л. Г. Юдина // Управление современной школой. Завуч. — 2012. — № 3. — С. 89—111.

Представлены материалы к тематическому педагогическому совету школы.

70. **Янковская, Н.** Как не сгореть на работе, или Об эмоциональном выгорании педагогов / Н. Янковская // Народное образование. — 2009. — № 8. — С. 273—280.

71. **Янковская, Н.** Эмоциональное выгорание учителя / Н. Янковская // Народное образование. — 2009. — № 2. — С. 127—139.

Синдром эмоционального выгорания с научной точки зрения.

59. **Сиднева, С.** Плата за мастерство / С. Сиднева // Школьный психолог : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2005. — № 6 (март). — С. 11—13.

О профессиональной деформации психолога.

60. **Спиридонов, В.** Клеймо учителя / В. Спиридонов // Школьный психолог : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2005. — № 6 (март). — С. 15—18.

О профессиональной деформации педагогов.

61. **Темиров, Т. В.** Психическое выгорание как деструктивный механизм деятельности педагога / Т. В. Темиров // Мир психологии. — 2008. — № 4. — С. 54—64.

Исследуется феномен психического выгорания учителей как деструктивного механизма педагогической деятельности. Анализируются генезис и современное состояние проблемы психического выгорания, а также опыт ее исследований в педагогической сфере.

62. **Терешатова, Е. Е.** Директор школы — лидер / Е. Е. Терешатова // Директор школы. — 2009. — № 10. — С. 37—42.

Как не потерять себя, как сочетать личную индивидуальность и эффективность руководителя как лидера?

63. **Трухан, Е. А.** Симптомы "эмоционального выгорания" у учителей общеобразовательных школ / Е. А. Трухан // Псіхалогія. Серыя "У дапамогу педагогу". — 2001. — С. 113—124.

О психологических проблемах педагогов.

64. **Фурманов, И. А.** Синдром "эмоционального выгорания" в педагогической деятельности / И. А. Фурманов, Е. Д. Трухан // Адукацыя і выхаванне. — 2001. — № 5. — С. 29—36.

Профессиональный педагогический стресс, его проявления.

65. **Хухлаева, О.** Давайте учиться не "гореть" : психологическая поддержка педагогов / О. Хухлаева // Школьный психолог : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2006. — № 4 (февр.). — С. 20—23.

профессия : учеб.-метод. пособие / Г. Г. Горелова. — М. : Моск. психолого-социальный ин-т, 2004. — 320 с.

14. **Доценко, О. Н.** Эмоциональная направленность как фактор "выгорания" у представителей социономических профессий / О. Н. Доценко // Психологический журнал. — 2008. — Т. 29, № 5. — С. 91—100.

Рассматриваются типы эмоциональной направленности учителей и врачей, как представителей социономических профессий.

15. **Дружинина, С.** Синдром эмоционального выгорания / С. Дружинина // Кадровая служба. — 2010. — № 4. — С. 110—117.

16. **Дубровина, И. В.** Педагогическая психология: от теории к практике / И. В. Дубровина // Педагогика. — 2008. — № 2. — С. 61—69.

Научные поиски и размышления одного из интереснейших отечественных психологов второй половины XX века В. А. Крутецкого.

17. **Дунилова, Р.** Путь к вершине : практико-ориентированный семинар для педагогов / Р. Дунилова // Школьный психолог : Издательский дом "Первое сентября". — 2007. — № 11 (июнь). — С. 38—41.

Причины эмоционального напряжения в профессиональной деятельности педагога.

18. **Ефремов, К.** Эмоциональное выгорание и как с ним бороться / К. Ефремов // Народное образование. — 2005. — № 3. — С. 118—122.

Причины выгорания. Способы снижения эффекта выгорания. Конструктивные методы, позволяющие сгладить или вообще избежать выгорания.

19. **Жеребцов, С. Н.** Синдром "выгорания" у преподавателя и методы его профилактики / С. Н. Жеребцов // Вышэйшая школа. — 2004. — № 3. — С. 35—38.

Синдром психического выгорания в оценке западных психологов. Синдром "выгорания" у преподавателей вузов. Уровни "выгорания".

20. **Журавлев, Д.** Аттестационный стресс: причины и

последствия / Д. Журавлев // Народное образование. — 2005. — № 5. — С. 96—98.

О повышенных нервных нагрузках учителя.

21. **Журавлёва, Г.** "Эмоциональное выгорание" в педагогической деятельности и способы его профилактики / Г. Журавлёва // Народное образование. — 2008. — № 5. — С. 114—120.

22. **Засыпкина, Н. Н.** Как освободиться от влияния неконтролируемых эмоций? / Н. Н. Засыпкина // Директор школы. — 2010. — № 10. — С. 33—38.

Профессиональное выгорание и профессиональная деформация.

23. **Засыпкина, Н. Н.** Плата за мастерство: эмоциональное выгорание педагога / Н. Н. Засыпкина // Начальная школа плюс До и После. — 2011. — № 7. — С. 70—72.

Рассмотрены причины профессионального выгорания и стратегия помощи педагогам.

24. **Ильин, В. А.** О психологической составляющей профессиональной подготовки руководителей в сфере образования / В. А. Ильин // Психологическая наука и образование. — 2012. — № 1. — С. 33—39.

Проанализированы основные проблемы, связанные с обеспечением психологической компетентности руководителей образовательных учреждений. Выделены и охарактеризованы наиболее значимые социально-психологические и психолого-акмеологические компетенции руководителя.

25. **Кавецкий, И. Т.** Двойственность "профессионального цинизма" / И. Т. Кавецкий // Психологический журнал. — 2008. — № 1. — С. 3—6.

26. **Калашникова, М. Б.** Копинг-стратегии учителей / М. Б. Калашникова, Ю. С. Широкова // Педагогика. — 2011. — № 3. — С. 50—57.

Приведены результаты исследования выбора компинг-стратегий

психолого-педагогический анализ / П. Г. Постников // Педагогика. — 2004. — № 5. — С. 61—66.

Методы изучения теоретических и практических проблем профессионального поведения учителя. Компонент Я-концепции учителя. Индивидуальный стиль общения учителя с учащимися.

53. **Поташник, М.** Руководство работой с педагогическими кадрами / М. Поташник // Народное образование. — 2009. — № 9. — С. 68—74.

Управление профессиональным ростом учителя.

54. **Прохоров, А. О.** Связь черт характера и психических состояний педагогов / А. О. Прохоров // Вопросы психологии. — 2001. — № 3. — С. 57—69.

55. **Радьков, С. В.** Как не сгореть на работе самому и не дать сгореть другому / С. В. Радьков // Кіраванне ў адукацыі. — 2005. — № 3. — С. 59—64.

Синдром эмоционального выгорания как один из компонентов профессиональной деформации.

56. **Ракицкая, А. В.** Синдром эмоционального выгорания и агрессивное поведение у педагогов: теоретические аспекты исследования / А. В. Ракицкая // Веснік Гродзенскага дзяржаўнага універсітэта. Серыя. 3. Філалогія. Педагогіка. Псіхалогія. — 2011. — № 2. — С. 107—114.

В статье указывается специфический характер деятельности и требований к личности педагога, что способствует возникновению синдрома выгорания.

57. **Селезнев, А. А.** Психологическая культура и психологическое здоровье молодежи в процессе профессионального образования / А. А. Селезнев // Псіхалогія. Серыя "У дапамогу педагогу". — 2006. — № 2. — С. 35—41.

58. **Семиздралова, О.** Феномен эмоционального выгорания учителя и его раннее предупреждение / О. Семиздралова // Народное образование. — 2009. — № 7. — С. 116—123.

2008. — № 9. — С. 49—53.

Процесс профессионализации на этапе обучения в вузе. Психологические особенности профессионального становления будущих менеджеров, предпринимателей, государственных служащих, социальных работников.

47. **Паскал, В. В.** Сохранение психологического здоровья педагога / В. В. Паскал // Начальная школа плюс До и После. — 2009. — № 2. — С. 22—25.

О здоровье педагога как основе эффективной работы современной школы.

48. **Пашук, Н. С.** Личностные черты как детерминанты возникновения и развития феномена "психического выгорания" у преподавателей вузов / Н. С. Пашук // Психологический журнал. — 2008. — № 1. — С. 19—24.

49. **Полякова, О. Б.** Быть или не быть: к вопросу об учебном курсе для будущих психологов "Психогигиена и психопрофилактика профессиональных деформаций личности" / О. Б. Полякова // Мир психологии. — 2007. — № 4. — С. 174—184.

50. **Полякова, О. Б.** Деперсонализация как составляющая профессиональных деформаций и психологическая защита психологов и педагогов / О. Б. Полякова // Мир психологии. — 2009. — № 3. — С. 231—239.

Деперсонализация рассматривается как составляющая профессиональных деформаций личности, как деформация отношений с другими людьми.

51. **Поспелова, Н. С.** Моя профессиональная деформация, или Несколько слов о буднях социально-педагогического труда / Н. С. Поспелова // Адукацыя і выхаванне. — 2008. — № 4. — С. 31—33.

О профессиональной деформации и синдроме эмоционального выгорания работников социально-педагогической сферы.

52. **Постников, П. Г.** Профессиональное поведение учителя:

80 учителей общеобразовательных школ, влияние психологически напряженного труда учителя на профессиональную деятельность.

27. **Касаткина, Н.** Учитель XXI века / Н. Касаткина // Здоровье детей : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2005. — № 1 (янв.). — С. 28—31.

Об учительском здоровье. О профессии учителя.

28. **Когда** неделя длится бесконечно... : выгорание учителя вредит ученикам // Управление школой : Издательский дом "Первое сентября". — 2010. — № 7 (апр.). — С. 28—30.

О профессиональном выгорании учителя.

29. **Купи, С. В.** Кризисы личностного роста: возрастные, профессиональные, семейные, духовные / С. В. Купи. — Мозырь : Белый Ветер, 2009. — 189 с.

30. **Курапова, И. А.** Система отношений в профессиональной деятельности и эмоциональное выгорание педагогов / И. А. Курапова // Психологический журнал. — 2009. — Т. 30, № 3. — С. 84—95.

На примере педагогов средних общеобразовательных школ и высших учебных заведений г. Йошкар-Олы (Республика Марий Эл) изучается взаимосвязь эмоционального выгорания и отношений педагогов к учащимся и профессиональной деятельности.

31. **Лазарева, Н. В.** Диагностика синдрома эмоционального выгорания / Н. В. Лазарева // Школьные технологии. — 2009. — № 1. — С. 171—176.

Синдром эмоционального выгорания – общее название последствий длительного рабочего стресса и профессионального кризиса.

32. **Лукьянова, М.** Неудовлетворенность учителя профессиональной деятельностью: можно ли её преодолеть? / М. Лукьянова // Народное образование. — 2006. — № 2. — С. 207—215.

Стресс-факторы учительской профессии. Способы этической защиты в педагогической профессии. Манипулятивность поведения в педагогической среде.

33. **Лыгач, Т.** Стресс в большом городе / Т. Лыгач // Родная прырода. — 2009. — № 2. — С. 30—31.

О негативном влиянии на человека жизни в больших городах.

34. **Лысенко, Е. М.** Генезис профессиональных деформаций у логопедов и их профилактика : психолого-педагогический аспект / Е. М. Лысенко // Практическая психология и логопедия. — 2005. — № 1. — С. 23— 29.

Признаки и факторы профессиональных деформаций; пути профилактики профессиональных деформаций у логопедов.

35. **Мазниченко, М.** О вреде и пользе педагогических стереотипов / М. Мазниченко // Народное образование. — 2005. — № 7. — С. 187—193.

Психология педагогической профессии. Профессиональная деформация педагога.

36. **Матвеева, М.** Учитель, позаботься о себе! / М. Матвеева // Здоровье детей : прилож. к газ. "Первое сентября". — 2004. — № 22 (нояб.). — С. 26—29.

О профессиональном здоровье учителя.

37. **Мерзлякова, Д. Р.** Влияние педагога с синдромом профессионального "выгорания" на учеников / Д. Р. Мерзлякова // Начальная школа плюс До и После. — 2007. — № 8. — С. 90—91.

38. **Мерзлякова, Д. Р.** Синдром профессионального "выгорания" и метаиндивидуальность педагога / Д. Р. Мерзлякова // Психологическая наука и образование. — 2009. — № 1. — С. 55—61.

Представлены результаты исследования, в котором определялось влияние профессионального "выгорания" педагога начальных классов на личностные характеристики и успешность учебной деятельности младшего школьника.

39. **Мерзлякова, Д. Р.** Типология учеников, обучающихся у педагогов, подверженных синдрому эмоционального выгорания / Д. Р. Мерзлякова // Начальная школа плюс До и После. — 2010. — № 5. — С. 81—83.

Эмоциональное выгорание педагогов и его воздействие на младших школьников.

40. **Мифаева, Ю.** Мне нужно хобби! : увлечения учителей — инструмент обучения / Ю. Мифаева // Управление школой : Издательский дом "Первое сентября". — 2009. — № 1 (янв.). — С. 41—44.

Хобби помогает учителю справиться со стрессом, связанным с профессией.

41. **Накусов, С.** Гореть, но не сгорать: профессиональное выгорание / С. Накусов // Спорт в школе : Издательский дом "Первое сентября". — 2011. — № 2 (янв.). — С. 10—12.

О проблеме профессионального выгорания учителей.

42. **Николаева, М.** Кто поможет учителю? / М. Николаева // Народное образование. — 2006. — № 2. — С. 113—117.

Проблемы учителей начальных классов. Научно-методическая и психолого-педагогическая поддержка учителя начальных классов. Формы сопровождения учителя.

43. **Овсяник, Н. В.** Психологические факторы эмоционального выгорания педагогов / Н. В. Овсяник // Пачатковае навучанне: сям'я, дзіцячы сад, школа. — 2010. — № 3. — С. 76—79.

44. **Орленко, С.** Феномен профессионального выгорания учителей / С. Орленко // Здоровье детей : Издательский дом "Первое сентября". — 2008. — № 17 (сент.). — С. 30—33.

45. **Панько, Е. А.** Здоровый педагог — здоровый ребенок: психологический аспект / Е. А. Панько // Психолог в детском саду. — 2008. — № 3. — С. 73—97.

Обсуждается проблема психологического здоровья участников образовательного процесса в дошкольном учреждении.

46. **Папанова, О. А.** Синдром эмоционального выгорания у студентов — будущих социальных работников и способы его профилактики / О. А. Папанова // Высшее образование сегодня. —