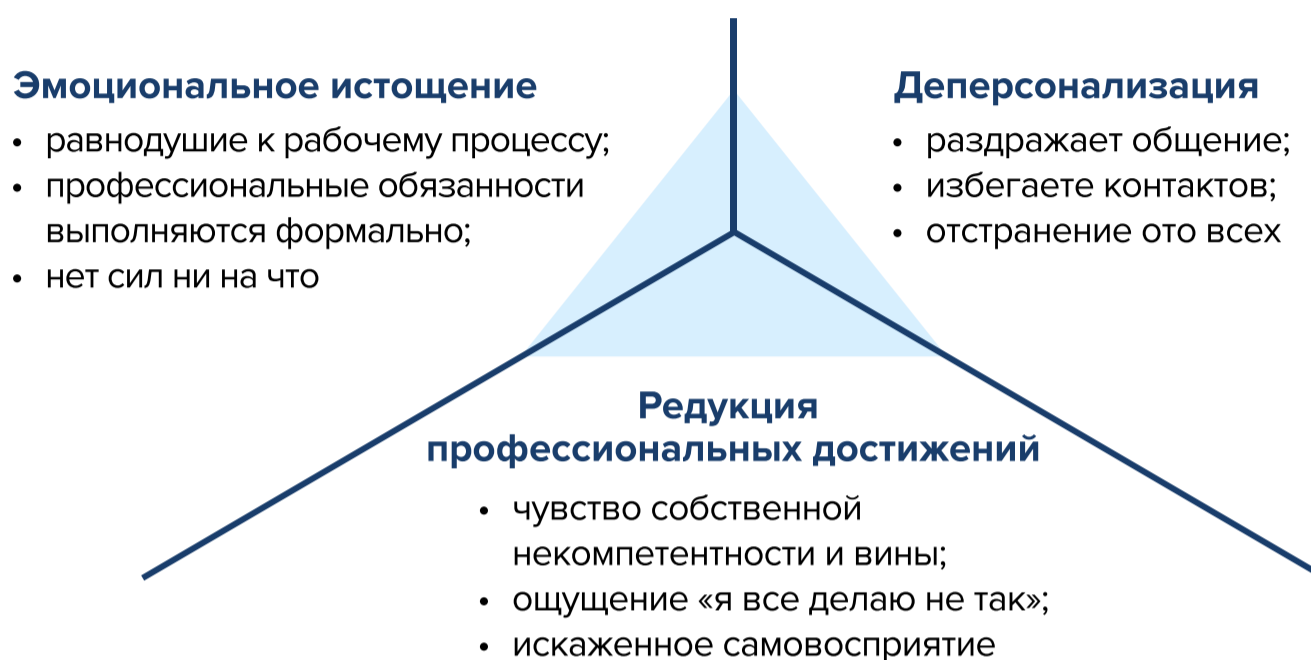


Признаки профессионального выгорания

Ученые выделяют три главных составляющих выгорания



Выделяют три аспекта профессионального выгорания

I АСПЕКТ – СНИЖЕНИЕ САМООЦЕНКИ И УРОВНЯ ПРИТЯЗАНИЙ

Как следствие, педагоги ощущают апатичность и беспомощность. С течением времени это переходит в отчаяние и агрессию.

II АСПЕКТ – ОДИНОЧЕСТВО

Специалисты, страдающие от выгорания, теряют навыки установления нормального контакта с учениками. В отношениях с учащимися на первое место выходят объект-объектные отношения.

III АСПЕКТ – ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ИСТОЩЕНИЕ И СОМАТИЗАЦИЯ

Утомление, меланхолия и апатичность приводят к уже физическим недугам – гастриту, мигрени, повышенному артериальному давлению, синдрому хронической усталости и другим заболеваниям.