

Вожатый

АДАПТАЦИЯ



Способы снятия эмоционального напряжения

Профилактика «Профессионального
выгорания»:

- Определение;
- Признаки;
- Причины;
- Методы борьбы.

Адаптация вожатого
в лагере

АДАПТАЦИЯ ПРИСПОСОБЛЕ НИЕ

Это процесс ознакомления работника с новой организацией и изменения его поведения в соответствии с требованиями и правилами организационной культуры новой компании.





Взаимоотношения с коллегами

Социальная адаптация

- Какой стиль общения принят в педагогическом коллективе?
- Как принято обращаться с сотрудниками, равными по уровню/должности, руководителям?
- Есть ли в компании какие-то группы? Какие между ними взаимоотношения?
 - У кого похожие хобби, увлечения?
 - Что можно/нельзя обсуждать в курилке, за обедом?
 - К кому можно/нельзя обращаться за помощью, советом?

Бытовой комфорт

Организационная адаптация

- Где он будет жить (условия проживания)?
- Каким образом здесь лучше распределять своё время?
 - Как оформить документы о приеме на работу?
 - Когда и где выдают зарплату?
- Как и когда здесь могут собираться вожатые для неформального общения?
- Можно ли оформить свою комнату «повесить плакат любимой рок-группы, семейное фото и т.д.?
- Порядок и выдача канцелярских товаров? Как заказать канцелярию?
 - К кому обращаться по поводу технических неисправностей?
 - Как принято справлять дни рождения?
 - Когда можно брать выходные дни?



Профессиональная адаптация

Умения и навыки

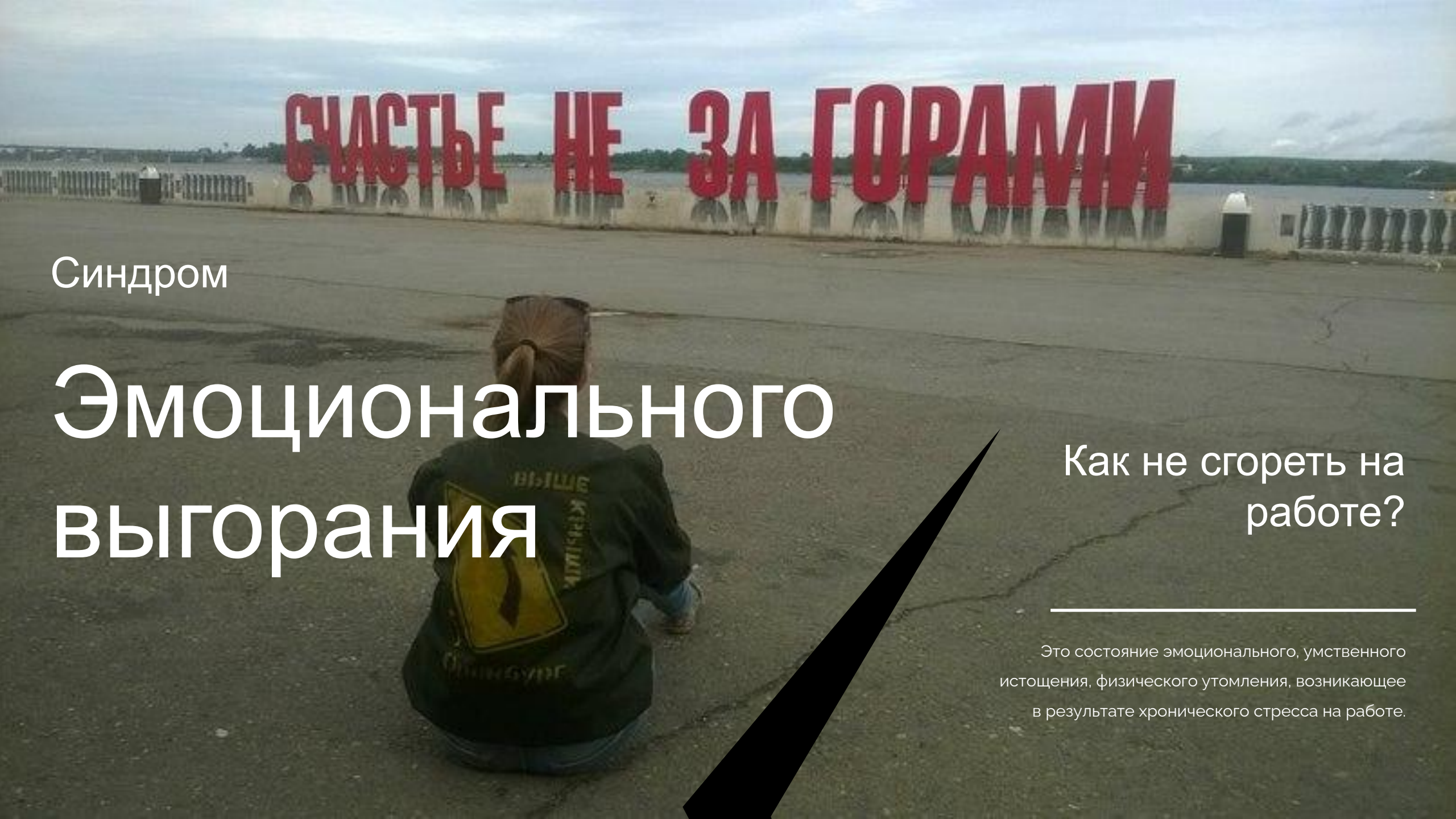
- Усвоение новых знаний, умений и навыков.
- Используемые в лагере технологии и техники.
 - Стандарты работы. Документация.
 - Нормы и нормативы.
- Перспективы профессионального и карьерного роста.
 - Возможности обучения, повышения квалификации.
 - Параметры оценки качества работы.





Стратегии ослабления стресса

Плач
Физическая активность
Вербализация переживаний
Юмор
Музыка
Отдых
Решение проблем



СЧАСТЬЕ НЕ ЗА ГОРАМИ

Синдром

Эмоционального выгорания

Как не сгореть на
работе?

Это состояние эмоционального, умственного истощения, физического утомления, возникающее в результате хронического стресса на работе.



Симптомы «Эмоционального выгорания»

Физические
Эмоциональные
Поведенческие
Интеллектуальные
Социальные

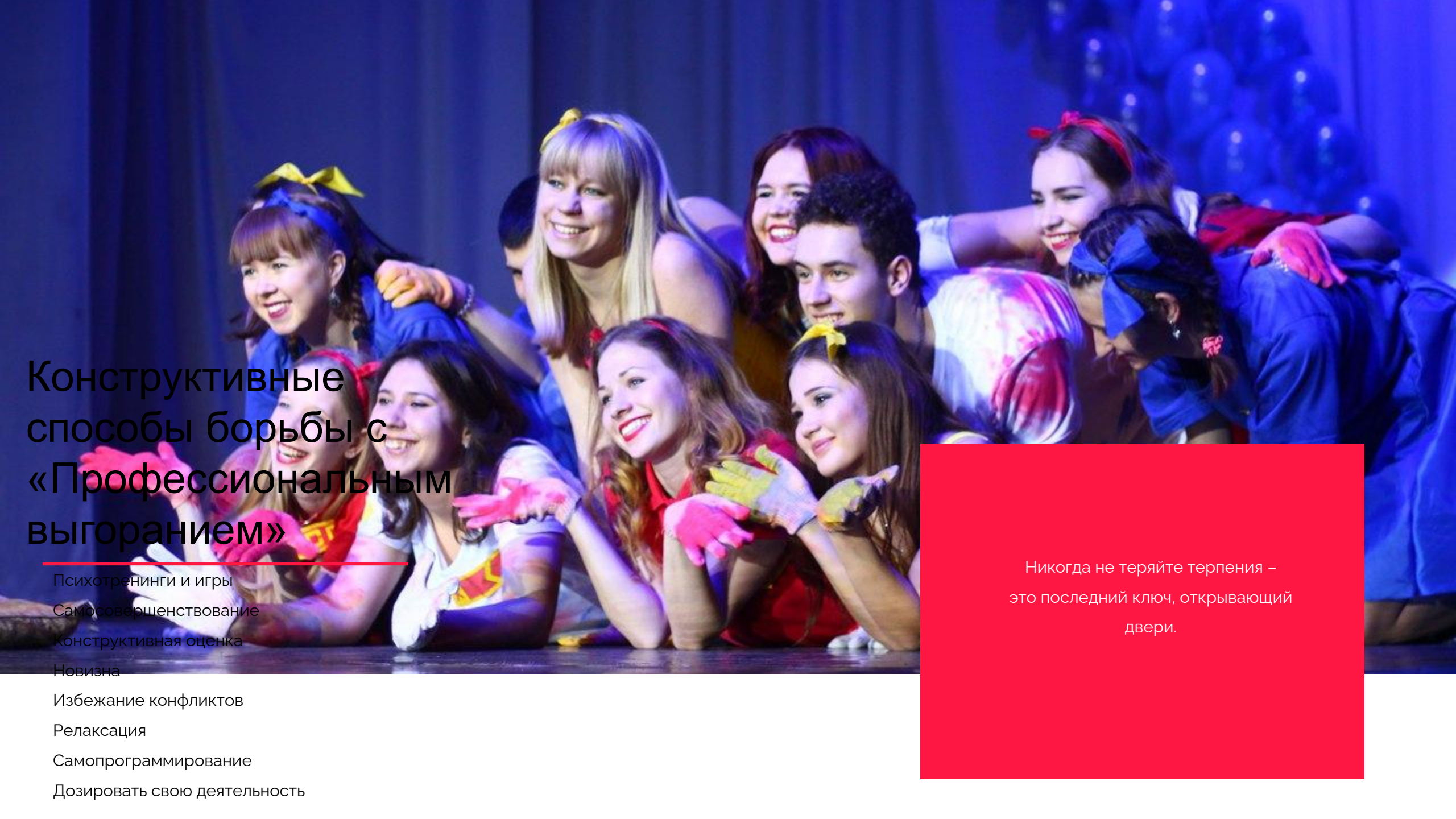


Негативные способы борьбы с «Профессиональным выгоранием»

На словах все люди одинаковые.
И только поступки выявляют их
различия.

Отчуждение
Ритуализация
Вампиризм

Незаменимость своей персоны
Психоактивные вещества



Конструктивные способы борьбы с «Профессиональным выгоранием»

Психотренинги и игры

Самосовершенствование

Конструктивная оценка

Новизна

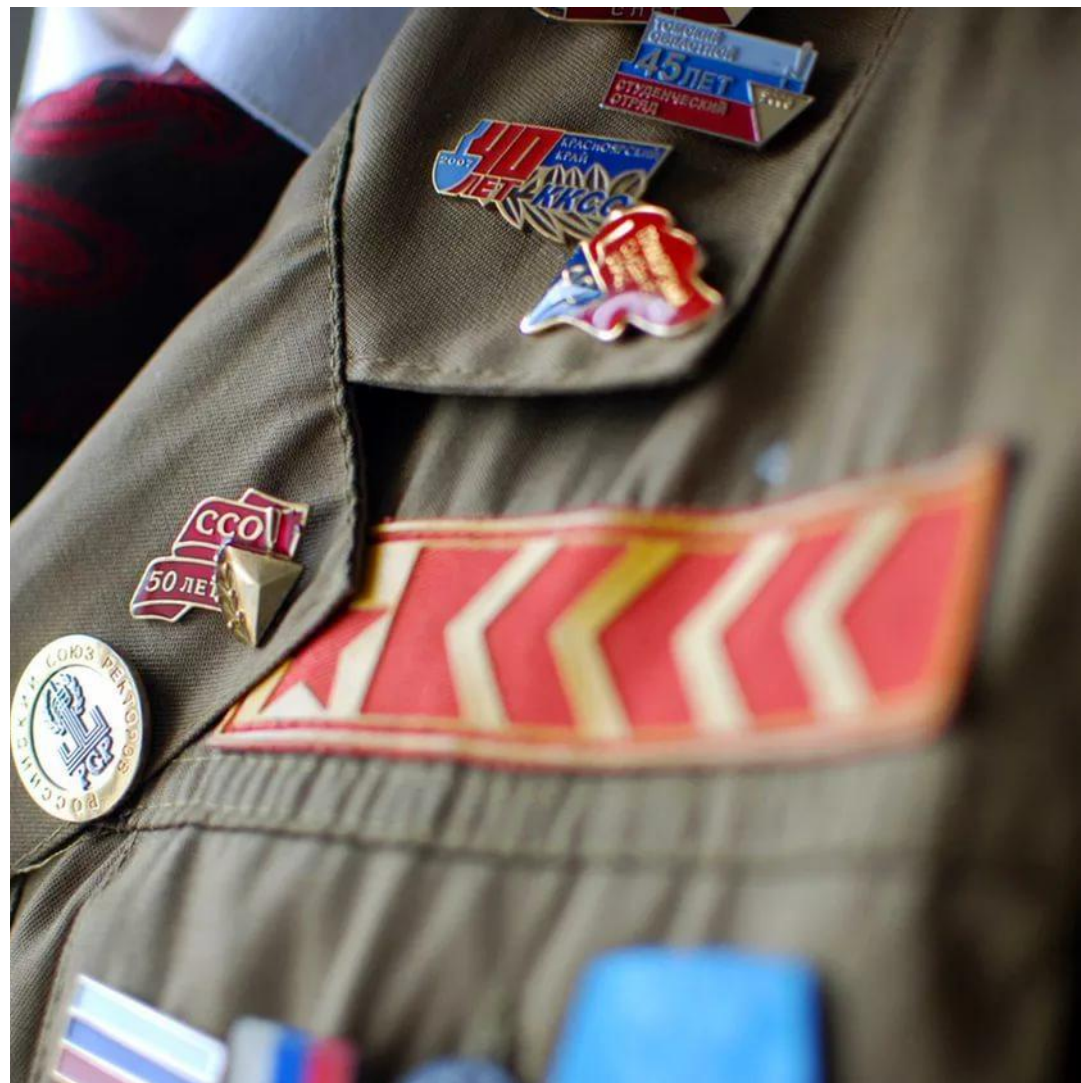
Избежание конфликтов

Релаксация

Самопрограммирование

Дозировать свою деятельность

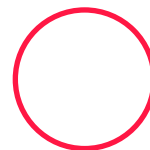
Никогда не теряйте терпения –
это последний ключ, открывающий
двери.



Домашнее задание



Какие типы адаптации определили исследователи?



Анализ результативной стороны детской адаптации позволяет говорить о четырех ее уровнях



Объективные критерии, характеризующие успешность адаптации