

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

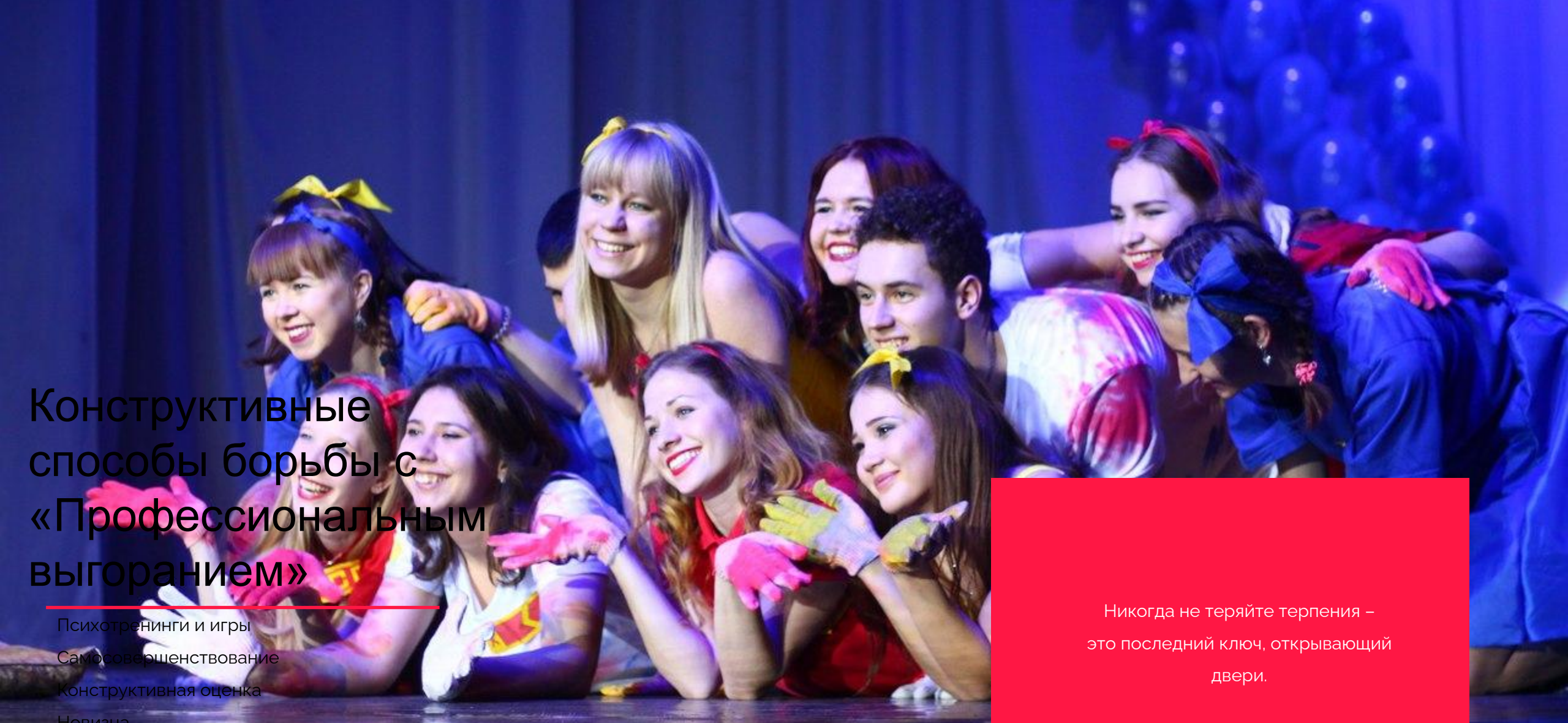


Негативные способы борьбы с «Профессиональным выгоранием»

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

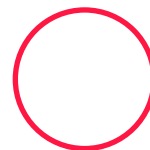
Дозировать свою деятельность

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