

Содержание

Введение	4
Модель учителя	4
Модель преподавателя	6
Проявления профессионально-личностного выгорания	8
Внутриколлективная эмиграция	9
Внутрисемейная эмиграция	9
Эмиграция в сторону	10
Причины профессионального выгорания	12
Виды усталостей	12
<i>Стратегические усталости</i>	14
<i>Тактические усталости</i>	14
Типы нагрузок	15
Управленческие методы снижения усталостей и тревожностей	18
Негативные ситуации и сигналы, которые могут быть в школе	20
Профессиональная мотивация	36
Моральное и материальное стимулирование. Необходимая документация	38
Способы профессионального восстановления	40
Связь тревожностей и усталостей	43
Некоторые парадоксы и конфликты интересов и возможностей, возникающие в поле управления	50
Стратегические причины профессионально-личностного выгорания педагога	53
Черты и проявления, влияющие на профессионально-личностное самочувствие педагога	55
Легенда школы и учителя	56
Анкета качества работы школы	61
Серия педсоветов по проблеме профессионального выгорания	61
Тесты	63
<i>Тест 1. Тест, определяющий причины профессионального выгорания</i>	63
<i>Тест 2. Проявление синдрома выгорания</i>	71
<i>Тест 3. Самооценочный тест «Способы защиты и снижения воздействия профессиоогенных и личностных факторов, приводящих к профессиональному выгоранию»</i>	74
<i>Тест 4. Тест, определяющий состояние психологического климата и педагогической среды, способы управления коллективом</i>	76
Рецептурный отдел	79
Карта разницы потенциалов, или профессионально-личностной защищенности педагога	80
Таблица управленческих действий и критериев оценки работы администрации по предотвращению профессионально-личностного выгорания	89
Приложение. Вопросы и проблемы к научно-практической конференции по профессионально-личностному выгоранию. ПЛВ и борьба с ним	94