

За регламентом атестації у березні вихователі дитячих садків презентують свій досвід на засіданні атестаційної комісії. Нервові напруження, що супроводжує ситуацію атестації, може посилювати негативні стани педагогів або навіть спричинити синдром емоційного вигорання. Аби запобігти негативним явищам у професійній діяльності вихователів, практичному психологу доцільно вміти діагностувати синдром емоційного вигорання, а також знати, поєднання яких показників загрожує професіоналізму педагогів



**Тетяна ЗАВАДСЬКА,**  
старший науковий співробітник лабораторії вікової психофізіології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, канд. біолог. наук, Київ

## Попереджений — значить озброєний, або Визначаємо ступінь ризику емоційного вигорання

Нині у всіх сферах діяльності людини, зокрема й в освіті, дедалі нагальнішим стає питання високої професійності та компетентності фахівців. Особливо значущими є якості, що забезпечують успішну адаптацію людини, спонукають її до інноваційного пошуку, творчості та самореалізації — адже саме ці якості обумовлюють професійне самоздійснення особистості.

Професійне самоздійснення — багатогранний та складний феномен, який передбачає **поетапний рух професійного зростання**, невід'ємний від внутрішнього потенціалу особистості, результат реалізації людиною власних потреб та можливостей упродовж усього професійного життя.



Звісно, професійний шлях будь-якої людини не може бути рівним і безмарним. Утім уміння фахівця об'єктивно аналізувати проблеми, робити відповідні висновки, знаходити шляхи виходу зі складних ситуацій — також показник рівня його професіоналізму.

Проте інколи проблеми пригнічують активність людини, знижують здатність чітко й адекватно реагувати на події в соціальному та/або професійному житті. Поєднання різних негативних чинників — як-от відсутність належної підтримки, сила стресогенної події, впливу якої зазнала людина, особиста схильність людини до загостреного реагування на будь-що тощо — **може спричинити появу** окремих симптомів синдрому емоційного вигорання, який є серйозною перепорою на шляху професійного самоздійснення людини.

**Ключові слова:** синдром емоційного вигорання (СЕВ); причини емоційного вигорання; властивості темпераменту людини; методики діагностування; група ризику; показники ризику



### Синдром емоційного вигорання

Синдром емоційного вигорання (СЕВ)<sup>1</sup> найчастіше трапляється серед професій системи «людина — людина», пов'язаних із постійним спілкуванням. СЕВ проявляється насамперед як **емоційне виснаження**, що постійно наростає й супроводжується особистісними змінами у сфері спілкування.



Людина із СЕВ постійно відчуває втому, у неї падає працездатність, часто болить голова, порушується сон, знижується апетит, посилюється потяг до тютюну, кави, алкоголю, виникають відчуття безпорадності, апатії. Людина відчуває зростаюче роздратування, напруження, тривогу і неприязнь до тих, кому має допомагати, — до дітей, клієнтів, пацієнтів, відвідувачів, а також до колег. Часто в таких випадках людина починає шукати причини того, що відбувається, у собі самій і може дійти висновку про власний непрофесіоналізм. У людини виникає незадоволеність працею і собою, знижується самооцінка, погіршується настрій. Криза може загостритися до повного розчарування в житті й надалі може призвести до невротичних розладів та психосоматичних захворювань.

СЕВ характеризується поєднанням порушень у психічній, соматичній і соціальній сферах життя людини; його показники **можна спостерігати** на п'яти рівнях (див. Додаток).

Ступінь емоційного вигорання можна визначити за рівнем прояву в людини того чи того симптому та їх поєднання (табл. 1).

#### Симптоми

Таблиця 1

#### Симптоми СЕВ у житті людини

Симптом	Опис
Незадоволеність собою	Незадоволеність собою як особистістю, обраною професією, посадою, конкретними обов'язками. Людина вважає, що здатна на більше, але через певні причини (особистісні якості, лінощі тощо) виявилася неспроможною зробити це. Симптом виникає в результаті невдач, нездатності впливати на психотравмівні обставини, конфлікт між принципами особистості та вимогами дійсності тощо
Загнаність у клітку	Інтелектуально-емоційний «глухий кут», пов'язаний із неможливістю уникнення психотравмівних обставин, відчуття безвиході, нездатності впливати на хід подій
Редукція професійних обов'язків	Намагання спростити, полегшити, скоротити обов'язки у професійній діяльності, що вимагають емоційних витрат. Симптом може бути пов'язаний із несприятливим психологічним кліматом на робочому місці, із сімейними обставинами, що не дають сконцентруватися на роботі, із невідповідністю темпів професійного та кар'єрного зростання, із відсутності визнання особистого внеску людини в загальну справу
Емоційна відстороненість	Усування емоцій зі сфери професійної діяльності як емоційний захист, надбаний за період праці: людина «закривається», замикається в собі, відсторонюється від будь-яких емоційних подразників, ретельно контролюючи цей стан. Симптом свідчить лише про професійну деформацію особистості — в інших сферах людина живе повноцінними емоціями
Особистісна відстороненість (деперсоналізація)	Повна або часткова втрата інтересу до людини — суб'єкта професійної діяльності, сприймання партнера по спілкуванню (дитини) як предмета, об'єкта маніпуляцій

<sup>1</sup> Це поняття ввели у психологічну науку Герберт Фрейденбергер (*Herbert Freudenberger*) та Крістіна Маслач (*Christina Maslach*). — Прим. авт.



## Причини

Емоційне вигорання — динамічний процес, тож симптоми у своєму розвитку **проходять три фази**: несформований, такий, що формується, сформований.

Емоційному вигоранню найбільше сприяє необхідність працювати в одноманітному та/або напруженому ритмі з постійним емоційним навантаженням (перенавантаженням). При цьому людина особливо гостро відчуває **відсутність належної винагороди** (не лише матеріальної, а й психологічної) за виконану роботу — це формує в людині думку, що її робота не є цінною. Окрім того, певною мірою обумовлювати ризик розвитку СЕВ можуть властивості темпераменту конкретної людини.

## Темпераментальні особливості людини

Темпераментальні особливості — це найбільш значимі характеристики психофізіологічного стану людини, обумовлені **вродженими властивостями** нервової системи, що дуже повільно змінюються протягом життя. Вони визначають швидкість реакції людини, стиль поведінки, емоційні реакції. Розглянемо основні властивості темпераменту людини.

Так, за Карлом Юнгом (*Carl Jung*) типи особистості (та поведінки) людей можна розглядати у межах понять **екстраверсія — інтроверсія**. Екстравертів приваблює зовнішній світ, вони орієнтовані у своїх проявах назовні, переважно відкриті оточенню, прагнуть спілкування, зазвичай зручно почуваються у багатолюдних гучних компаніях тощо. Натомість інтроверти для відновлення сил мають «звертатися» всередину себе, їм частіше й більше,

ніж екстравертам, потрібен час на самоті, вони віддають перевагу невеликому колу близьких друзів, значно чутливіші до кількості й інтенсивності зовнішніх вражень тощо.



Оперуючи поняттями «екстраверсія» та «інтроверсія», не слід вдаватися до категоричних тверджень і полярних оцінок щодо особливостей поведінки та самовідчуття людей (наприклад, як це зазвичай роблять аматори на численних веб-сайтах, присвячених соціоніці). Варто пам'ятати, що абсолютно всі люди потребують збалансованого чергування «виходу» в зовнішній світ (насамперед спілкування) і занурення в себе. При цьому для екстравертів основним джерелом набуття чи відновлення енергії найчастіше є перше, а для інтровертів — друге.

Наступна пара понять, а саме **пластичність — ригідність**, характеризує, наскільки легко й швидко людина пристосовується до нового. «Пластичні» люди без спротиву чи навіть охоче сприймають зміни умов і обставин, здатні до легкого переключення й успішної адаптації.



**Деперсоналізація** — стан відчуження людини від себе, неадекватне сприймання своєї особи, свого Я. Супроводжується відчуттям власної відсутності у житті близьких людей, збіднінням емоційної насиченості стосунків, неспроможністю приймати рішення, схильністю до нав'язливого самоаналізу або до «втечі» від реальності за допомогою алкоголю, наркотиків тощо





## Прояви синдрому емоційного вигорання

Рівень	Показники
Фізичний	<ul style="list-style-type: none"> <li>• фізичне стомлення, виснаження, зміна ваги</li> <li>• недостатній сон, безсоння</li> <li>• утруднене дихання, задишка</li> <li>• нудота, запаморочення, підвищення артеріального тиску</li> <li>• виразки й запальні захворювання шкіри</li> <li>• захворювання серцево-судинної системи</li> </ul>
Емоційний	<ul style="list-style-type: none"> <li>• загальна холодність, байдужість</li> <li>• песимізм, цинізм у роботі та в особистому житті</li> <li>• відчуття безпорадності, безнадійності, самотності</li> <li>• агресивність, дратівливість</li> <li>• тривога, посилення ірраціонального занепокоєння, нездатність зосередитися</li> <li>• депресія, відчуття провини</li> <li>• істерики, душевні страждання</li> <li>• втрата ідеалів, надій або професійних перспектив</li> <li>• збільшення рівня деперсоналізації щодо себе та інших</li> </ul>
Поведінковий	<ul style="list-style-type: none"> <li>• втома, непереборне бажання відпочити під час роботи</li> <li>• байдужість до їжі</li> <li>• знижений фізичний тонус</li> <li>• потяг до тютюну, алкоголю, ліків, виправдання їх надмірного вживання</li> <li>• неухважність, а відтак почастишання нещасних випадків (падіння, травми, аварії тощо)</li> <li>• імпульсивна емоційна поведінка</li> </ul>
Інтелектуальний	<ul style="list-style-type: none"> <li>• зменшення інтересу до будь-чого нового</li> <li>• нудьга, туга, апатія</li> <li>• надання переваги шаблонам, рутині, стандартним діям, аніж творчості чи спонтанності</li> <li>• відмова від удосконалення (себе, своєї професійної діяльності тощо)</li> <li>• формальне ставлення до роботи</li> </ul>
Соціальний	<ul style="list-style-type: none"> <li>• низька соціальна активність</li> <li>• зникнення або спад інтересу до дозвілля, захоплень</li> <li>• обмеження соціальних контактів роботою, загалом обмеження стосунків на роботі й удома</li> <li>• відчуття ізоляції, нерозуміння інших й іншими</li> <li>• відчуття нестачі підтримки з боку сім'ї, друзів, колег</li> </ul>

«Ригідні», навпаки, — більш консервативні, інертні, їм складно змінювати звички, тож вони схильні до опору змінам.

Такі поняття, як **активність** — **пасивність**, вказують на спосіб поведінки, який є природнішим та зручнішим для конкретної людини. Людям із високим рівнем активності властива рішучість, наполегливість, цілеспрямованість, прагнення продовжувати й доводити до кінця розпочату діяльність, різноманітність виконуваних дій та швидкість їх варіювання. Натомість пасивність розуміють як зниження або відсутність активності.

Для опису темпераменту людини також важливою є така пара понять, як **емоційна збудливість** — **емоційна врівноваженість**, або одним словом реактивність. Ця властивість характеризує:

- наскільки сильний подразник необхідний, аби в людини виникла емоційна реакція на певну ситуацію, подію, слово тощо;
- із якою швидкістю виникає емоційна реакція.





Рівні активності та реактивності пов'язані в темпераменті людини: особистостям із високим рівнем реактивності (тобто легко збудливим) зазвичай притаманна знижена активність дій, і навпаки.

Зрештою, така властивість, як **темп реакції**, характеризує швидкість реагування людини на зовнішні дії і перебіг у неї різних психічних процесів — швидкість запам'ятовування, темп мовлення, виконання розумових операцій, динаміка жестів тощо.

### Вихователь дитячого садка: характеристика фаху

Виховання дитини як професійну діяльність відносять до професій типу «людина — людина». Виховання базується на постійному спілкуванні педагога та дитини, де активними є обидва учасники, а особистість вихователя грає особливу роль.



Унаслідок вразливості, емоційності, довірливості й відкритості дітей вихователь впливає на них одразу на багатьох рівнях розвитку. Тож очевидно, що інтелектуальність, людяність, щирість, доброзичливість, позитивність, конструктивна активність вихователя мають надзвичайне значення для його професійної діяльності. Вихователь має бути не лише методично грамотним, але й психологічно здоровим, аби виховувати творчих, допитливих, жвавих і розкутих дітей, закладати основу для їхнього подальшого розвитку в життєвому і професійному просторі.

Через свої особливості професійне життя вихователів має багато різномірних компонентів, які складають дуже широкий спектр обов'язків — це спричиняє **постійне психоемоційне навантаження**. Зазначимо також, що вихователь — це суто жіноча професія, що надає їй додаткове фізіологічне та емоційне напруження. Тож педагогам буває складно зберігати високу якість професійного життя — належний рівень ставлення до себе, спрямованість на саморозвиток та самовдосконалення, самомотивацію тощо. У цій ситуації вихователям може зарадити практичний психолог, зокрема виявити, чи вразливий фахівець до СЕВ, а відтак дібрати засоби корекційної допомоги.

### Добираємо психологічний інструментарій

Аби визначити ступінь ризику виникнення СЕВ у вихователів, практичному психологу варто **застосувати комплекс методик**. Наприклад:

- опитувальник професійного самоздійснення Олега Кокуна — призначений для визначення загального рівня професійного самоздійснення фахівця, а також рівня вираженості окремих його складових;
- методика «Шкала самоефективності» Ральфа Шварцера (*Ralf Schwarzer*) та Матіаса Єрусалема (*Matthias Jerusalem*)<sup>2</sup> — відображає ставлення людини до її потенційної здатності здійснити власну діяльність, необхідну для досягнення певної мети;

<sup>2</sup> Методика стандартизована на російській мові. Переклад та стандартизування методики здійснив Володимир Ромек. — Прим. авт.



Співвідношення  
сформованості  
симптомів

- опитувальник «Мотивація професійної діяльності» Кетелін Замфір (*Catalin Zamfir*) у модифікації Артура Реана — спрямований на дослідження мотивації професійної діяльності, визначення внутрішньої та зовнішньої мотивації;

- методика «Діагностика рівня емоційного вигорання» Володимира Бойка в модифікації Євгена Ільїна — дає змогу визначити окремі симптоми, за якими можна зробити висновок про ступінь емоційного вигорання;

- опитувальник «Дослідження психологічної структури темпераменту» Бориса Смірнова — дає змогу дослідити найзначиміші характеристики психофізіологічного стану, опосередковано пов'язані з виникненням СЕВ.

### Досліджуємо показники ризику

Ознаки СЕВ та темпераментальні особливості в поєднанні визначають загальний психоемоційний стан вихователів дошкільних закладів. Це знання дає практичному психологу змогу з'ясувати, що стає на заваді професійному самоздійсненню фахівців, а відтак адекватно вибудувати корекційну роботу з ними.

У цьому напрямі ми провели дослідження, для якого відібрали 778 вихователів дошкільних закладів міста Києва. Насамперед розподілили вихователів на **чотири вікові групи**:

- I — до 30 років включно;
- II — 31-40 років;
- III — 41-50 років;
- IV — понад 51 рік.

Відтак за допомогою зазначеного вище комплексу діагностичних методик, а також методу спостереження, визначили у кожного з вихователів фазу сформованості симптомів СЕВ та узагальнили показники для кожної вікової групи.

Зі всіх симптомів СЕВ симптом **невдоволеності собою** в більшості вихователів несформований. Він проявився лише у третини вихователів III вікової групи.

Симптом **загнаності в клітку** також у більшості вихователів (67-100%) визначений як несформований. Утім у третини вихователів I та II вікових груп цей симптом визначено як такий, що формується та сформований.

Симптом **редукції професійних обов'язків** у фазі сформованості було виявлено у всіх групах, найбільше — у представників I (62,5%) та III (61,1%) вікових груп. Також в усіх групах є певна кількість вихователів з ознаками цього симптому у фазі формування (11,1-20,8%).

Симптом **емоційної відстороненості** в більшості вихователів несформований, а у фазі сформованості наявний у незначної їх кількості.



Зазначимо, що кількість вихователів із ознаками симптому емоційної відстороненості у фазі сформованості у I-III вікових групах має тенденцію до зростання:

- I група — 4,2%;
- II група — 10,3%;
- III група — 22,2%.



Незначна кількість досліджених виявили ознаки симптому **особистісної відстороненості** (деперсоналізації), найбільше — серед вихователів I та III вікових груп.



Наявність у вихователів симптому деперсоналізації, попри незначний відсоток, викликає **найбільше занепокоєння**. Адже саме цей симптом зумовлює байдуже, навіть негативне ставлення до суб'єктів професійної діяльності. Негативні установки, що виникають у вихователів, мають прихований характер та проявляються у внутрішній роздратованості, яка з часом виходить назовні та призводить до конфліктів. Тож для вихователя дошкільного закладу симптом деперсоналізації — істотна перешкода для його успішної професійної діяльності.

Ступінь сформованості того чи того симптому та їх поєднання дали нам змогу зробити висновки про наявність або відсутність у кожного з вихователів СЕВ. **Узагальнені результати** щодо сформованості СЕВ у тієї чи тієї вікової групи вихователів подано в *Таблиці 2*.

Таблиця 2

### Сформованість синдрому емоційного вигорання

Вікова група	Фаза сформованості СЕВ, %		
	несформований	у формуванні	сформований
I	45,8	41,6	12,6
II	55,2	41,4	3,4
III	33,3	61,0	5,7
IV	71,4	28,6	0,0



Звернімо увагу, що найвразливішими до СЕВ виявилися вихователі I та III вікових груп — найімовірніше, це пов'язано із моментами криз професійного становлення.

Вихователів зі сформованим СЕВ та з ознаками СЕВ, що формується (загалом більше половини досліджених), **можна віднести до групи «ризик»**. Вони потребують певних психокорекційних, просвітницьких та психотерапевтичних заходів щодо подолання кризового стану.

Серед темпераментальних властивостей ледь не найважливішою для педагогів є екстраверсія, адже вона вказує на відкритість людини оточенню. Виявилось, що **екстравертами є більшість** вихователів (43,6% усіх досліджених), а 23,1% досліджених потрапили до групи з середніми показниками, що може бути ознакою їхньої амбівертності<sup>3</sup>. Такі показники свідчать на користь чималого внутрішнього потенціалу вихователів щодо успішного спілкування з дітьми.

Найбільш гальмівною якістю для представників такої творчої професії, як вихователь, є ригідність. На жаль, більшість вихователів дослідженої групи (51,3%) **проявили себе як ригідні**, натомість «пластичними» виявилися лише 12,9% досліджених.

<sup>3</sup> Амбіверсія — тип особистості, що приблизно рівною мірою поєднує ознаки екстра- та інтроверсії. — Прим. авт.

Вплив властивостей  
темпераменту



**Емоційна збудливість властива 59,0%** досліджених. 29,5% вихователів показали ознаки як емоційно збудливого, так і емоційно стійкого темпераменту, і лише 11,5% були визначені як емоційно стійкі.

Звернула на себе увагу велика кількість (52,6%) вихователів **з ознаками пасивності**, натомість про активність свідчили результати лише у 9,0%.

Щодо темпу реакції, то 43,6% досліджених вихователів **характеризувала неквапливість**.

За шкалою відвертості вихователі показали такі рівні **надійності результатів**:

- високий — 70,5%;
- середній — 23,1%;
- низький — 5,1%.

Це засвідчило надійність отриманих нами результатів і дало змогу узагальнити їх.

Узагальнюємо результати дослідження

Дослідження проявів темпераментальних особливостей вихователів виявило, що більшості притаманні ознаки екстраверсії та емоційної збудливості — це є **позитивною ознакою для діяльності фахівців**, дає їм змогу успішно адаптуватися до вимог професії.

Середні значення показників у чималій кількості досліджуваних свідчать, що за певних зусиль і самомотивації вони **зможуть активізувати необхідні позитивні властивості** темпераменту. Це значно сприятиме їхній реалізації, повнішому розкриттю особистісних можливостей у професійній діяльності.

Отже, коректно організоване дослідження темпераментальних властивостей вихователів та рівня сформованості в них СЕВ дасть практичному психологу змогу дібрати ефективні методики для допомоги фахівцям на шляху професійної самореалізації. Своєю чергою, вихователі завдяки цій інформації зможуть обрати стратегію власної поведінки, що не сприятиме розвитку СЕВ, ефективніше організувати процес саморозвитку й самоосвіти, повсякчас піклуватися про свій емоційний стан. ψ

## МУЗИЧНИЙ КЕРІВНИК



### У 2016 році читайте:

- Дитячий голос: розкриваємо потенціал
- Як перетворити музичну залу на сучасний творчий майданчик
- Діти-творці — не міф, а реальність. Психологія дитячої музичної творчості
- Експериментальні методики музичного виховання та багато іншого

ПЕРЕДПЛАТНИЙ  
ІНДЕКС — 49580

■ 0 44 586 56 06  
■ peredplata@mcfr.ua

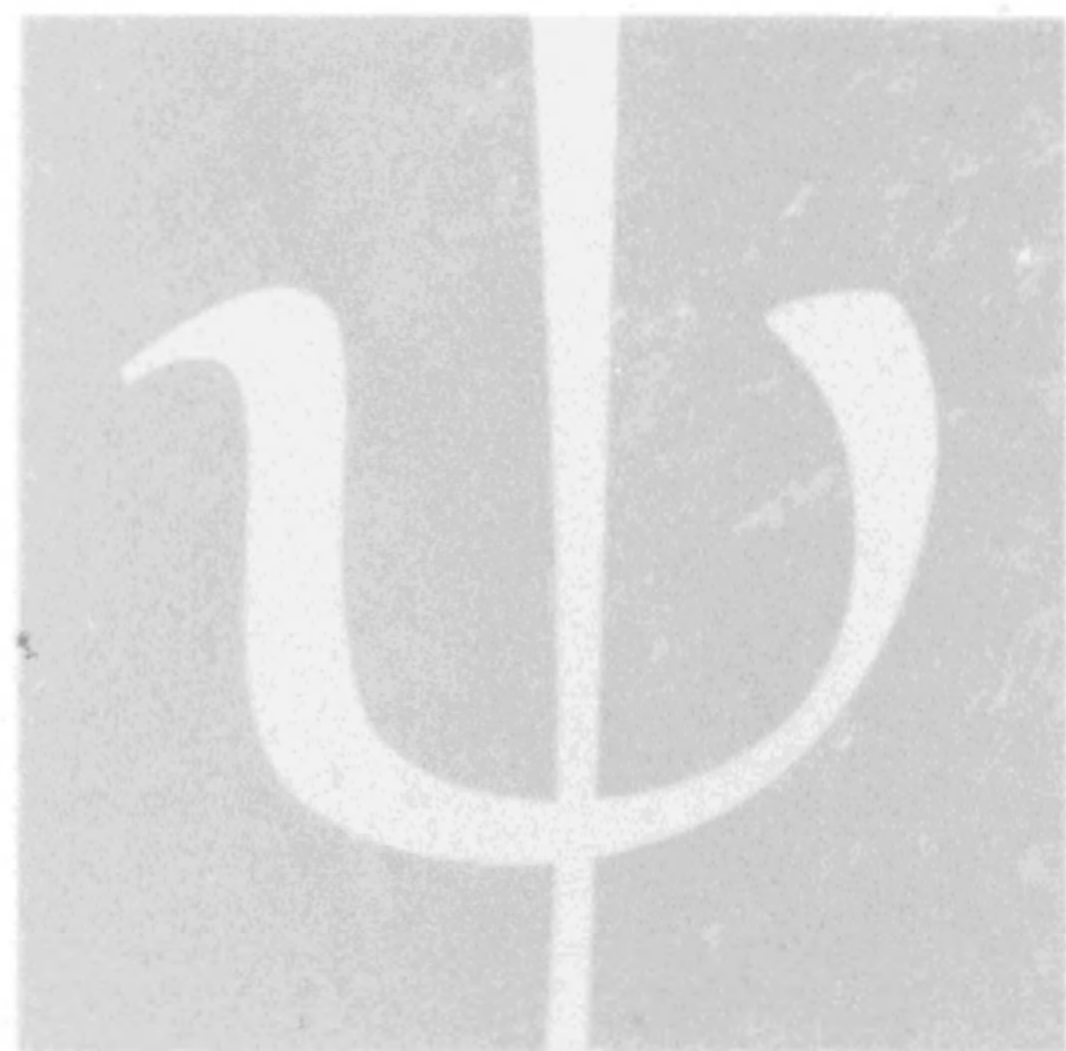
■ 0 800 212 012 (callback)  
■ pedrada.com.ua



# ПРАКТИЧНИЙ • ДИТЯЧИЙ ПСИХОЛОГ • САДОК

№03/2016

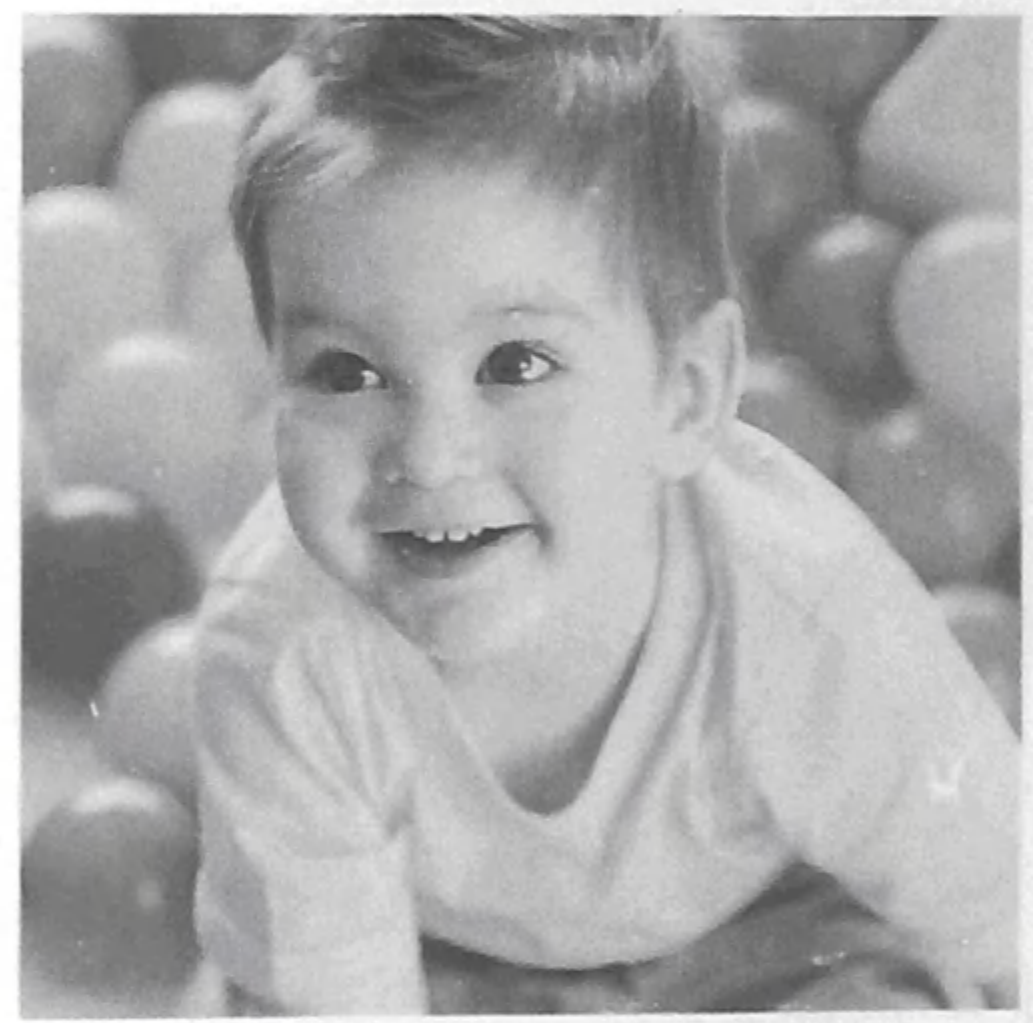
ВИДАЄТЬСЯ ЗА ІНФОРМАЦІЙНОЇ ПІДТРИМКИ  
Міністерства освіти і науки України  
та Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України



Релаксаційні  
сеанси в сенсорній  
кімнаті



Просвітницька  
робота  
з помічниками  
вихователів



РОЗПОЧАТО  
ПЕРЕДПЛАТУ  
НА ІІ ПІВРІЧЧЯ  
2016 РОКУ!



НАУКОВО  
ОБГРУНТОВАНО

 МЦФЕР  
Освіта

**ТЕМА ЧИСЛА:**  
Плекаємо  
психологічне здоров'я



**Практичний психолог:  
Дитячий садок**

№ 3, березень 2016

Щомісячний спеціалізований журнал  
Виходить із серпня 2012 року

Видається за інформаційної підтримки  
Міністерства освіти і науки України  
та Інституту психології імені Г. С. Костюка  
НАПН України

0 44 586 56 06  
0 800 212 012 (callback)  
pedrada.com.ua  
shop.mcfr.ua

**Засновник і видавець**  
ТОВ «Міжнародний центр фінансово-  
економічного розвитку — Україна»  
mcfr.ua

**Генеральний директор**  
Артем Тепляков  
aTeplyakov@mcfr.ua

**Директор з контенту**  
Наталія Лисенко  
nLysenko@mcfr.ua

**Керівник напрямку «МЦФЕР: Освіта»**  
Лариса Ільченко  
liichenko@mcfr.ua

**Шеф-редактор**  
Наталія Савінова  
nSavinova@mcfr.ua

**Головний редактор,  
відповідальний за випуск**  
Тетяна Гурковська  
tHurkovska@mcfr.ua

**Керівник Об'єднаної редакції  
напрямку «МЦФЕР: Освіта»**  
Яна Шевченко

**Редактори**  
Марина Агеєва, Наталія Вишинська,  
Сергій Плахотнюк, Анна Савченко,  
Тетяна Скороход

**Дизайн та верстка**  
Юлія Карась, Тетяна Атрощенко  
Департамент освітніх програм  
seminar@mcfr.ua

**Відділ реклами**  
reklama@mcfr.ua

**Відділ передплати**  
peredplata@mcfr.ua

**Відділ доставки**  
dostavka@mcfr.ua

**Менеджер з персоналу**  
cv@mcfr.ua

Редакція не несе відповідальності за зміст  
рекламних матеріалів. Позиція редакції  
може не збігатися з позицією автора.

Передрук матеріалів журналу  
«Практичний психолог: Дитячий садок»,  
будь-яке їх цитування, публікація  
іх анотованих оглядів допускаються  
лише з письмового дозволу Видавця

Свідоцтво про державну реєстрацію  
друкованого засобу масової інформації:  
серія КВ № 18695-7495P від 31.01.2012

Підписано до друку 01.03.2016.  
Формат 84 × 108 1/16. Папір офсетний.  
Наклад 8400 прим. Замовлення № 1068

**Поштова адреса редакції і видавця**  
МЦФЕР-Україна

вул. Євгена Сверстюка, 11-А, а/с 170,  
м. Київ, 02002  
0 44 586 56 06  
0 800 212 012 (callback)

Надруковано в друкарні  
ТОВ «Видавничий Будинок «Аванпост-прим»:  
вул. Сурикова, 3, корпус 3, Київ, 03035  
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи  
ДК № 3843 від 22.07.2010

Журнал розповсюджується лише  
за передплатою, яку можна оформити  
в редакції, усіх відділеннях зв'язку  
та передплатних агенціях вашого міста.

**Передплатні індекси**

у Каталозі видань України:

37775 — передплата на місяць

99801 — передплата на півріччя

37847 — комплект «Зразковий дошкільний

заклад»

86336 — комплект «Зразковий дошкільний

заклад + Expertus: Дошкільний

заклад»

© ТОВ «МЦФЕР-Україна», 2016

## Перелік практичних матеріалів, наведених у журналі «Практичний психолог: Дитячий садок» № 3/2016

Завдання з використанням світлового обладнання темної сенсорної кімнати для активізації психічних функцій дошкільників .....	43
Конспект релаксаційного сеансу в сенсорній кімнаті для дітей дошкільного віку .....	34
Пам'ятка-тест для батьків «Як визначити ступінь залежності дитини від комп'ютера» .....	47
План-конспект заняття «Помічник вихователя: особливості професійної взаємодії з колегами» .....	26
Приклад організації релаксаційного сеансу в сенсорній кімнаті для дорослих .....	35
Прояви синдрому емоційного вигорання .....	16
Рекомендації для батьків щодо профілактики комп'ютерної залежності у дитини .....	47
Тематичний план роботи «Школи помічника вихователя» .....	25

## Читайте в наступних числах журналу:

### Заробітна плата практичного психолога у запитаннях та відповідях

Так, кожна праця має бути оплаченою. До того ж оплаченою відповідно до законодавчих норм і правил. А чи завжди нарахування заробітної плати є адекватним? Чи вміє працівник обстоювати своє право на встановлені виплати? На жаль, далеко не завжди...

Тож редакція журналу «Практичний психолог: Дитячий садок» вирішила надати кваліфіковану допомогу своїм читачам та присвятити питанням оплати праці квітневе число журналу. На п'ятдесятьох шести сторінках журналу ви знайдете експертні матеріали, що розглядатимуть такі питання: встановлення тарифних розрядів та визначення розміру заробітної плати, а також надбавок, доплат і підвищень тощо.

Відповіді експертів журналу на нагальні питання оплати праці стануть у пригоді кожному.