**ІНТЕРАКТИВНІ МЕТОДИ НАВЧАННЯ ЯК ЗАСОБИ ПРОФІЛАКТИКИ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У СТУДЕНТІВ ВИЩИХ**

**МЕДИЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ**

**Сафаргаліна-Корнілова Н.А.**

кандидат медичних наук, доцент,

доцент кафедри патологічної фізіології ім. Д.О. Альперна

Харківський національний медичний університет

м. Харків, Україна

Сучасну медичну освіту розглядають як сферу конкуруючих концепцій, в якій використовуються сучасні наукові технології, інформаційні продукти, кваліфіковані фахівці, які складатимуть інтелектуальний потенціал країни. Вища освіта має великий вплив на формування психіки студента, розвиток та удосконалення його інтелектуальної особистості. В процесі навчання у вищому навчальному закладі студент постійно розвивається: зміцнюються його ідейні переконання, професійна спрямованість і накопичується певний досвід. На основі соціального та професійного досвіду у студентів формується загальна зрілість і стійкість особистості, професійні якості, готовність до майбутньої лікарської діяльності [3. с. 3].

Основою реформи вищої медичної школи є перехід від інформаційно що повідомляють моделей навчання до інноваційних, що сприяє активному формуванню у студентів компетенцій як системи цінностей і особистісних якостей, знань, умінь, навичок і здібностей, що забезпечують їх готовність до компетентного виконання професійної діяльності.

Для організації компетентнісного навчання в європейській вищій освіті закріпився термін «студентоцентрована освіта» (СЦО). Основна мета СЦО – формування у студентів самостійної позиції в процесі навчання, означає «створення можливостей», а не «інформування» і передбачає зміщення акценту з викладання навчального матеріалу на активну освітню діяльність студента, покладаючи на нього велику відповідальність, спонукаючи його думати, обробляти, аналізувати, синтезувати, критикувати, застосовувати, вирішувати проблеми і т.п. [5. с. 136].

Дослідження американських вчених Р. Карнікау і Ф. Макелроя виявили достовірну закономірність навчання: людина пам'ятає 10% прочитаного; 20% почутого; 30% побаченого; 50% побаченого і почутого; 80% того, що говорить сам; 90% того, до чого дійшов у процесі самостійної діяльності [7. с. 37].

Сучасна підготовка лікарів немислима без використання інноваційних технологій, що дозволяють в поєднанні з традиційною освітою сформувати їх високу компетентність, що відповідає вимогам практики, забезпечити якість їх майбутньої діяльності. [5. с.136]. Основні методичні інновації у вищій школи пов'язані із застосуванням інтерактивних методів навчання, основаних на принципах взаємодії, активності студентів, опорі на колективний досвід, обов'язково зворотного зв'язку.

Інтерактивні методи навчання (ІМН), на відміну від активних методів, орієнтовані на більш широку взаємодію студентів не тільки з викладачем, але і один з другом, на домінування активності студентів в процесі навчання. Роль викладача на інтерактивних заняттях зводиться до направлення діяльності студентів на досягнення цілей заняття [1. с.18]. ІМН з використанням ділових ігор, рольових ігор, кейс-методу, диспутів, студентських конференцій, олімпіад дозволяє створити в навчальній аудиторії атмосферу освітнього спілкування, відкритості, взаємодією учасників на рівних правах. Це дозволяє забезпечити високу мотивацію, міцність знань, розвиток творчості, комунікабельності, зберегти активну життєву позицію, індивідуальність, свободу самовираження, взаємоповагу і демократичність.

Отже, «інтерактивність» означає здатність взаємодіяти чи знаходитись в режимі бесіди, діалогу з ким-небудь (людиною) або чим-небудь (комп'ютером). Іншими словами, студенти легше розуміють і запам'ятовують матеріал, який вони вивчали шляхом активного залучення в навчальний процес [1. с.16].

В.М. Мясищев підкреслював, що результати, яких досягає людина у своєму житті, лише на 20-30% залежать від її інтелекту, а на 70-80% - від мотивів, які спонукають її певним чином поводитися [4. с.65]. Так і успішність студента визначається не стільки його здібностями, скільки мотивацією його навчання. Мотив – це внутрішнє спонукання особистості до активності (дії), пов'язаної із задоволенням певної потреби. Мотивація особистості – сукупність стійких мотивів певної ієрархії, що виражають спрямованість особистості [6. с.154].

Крім цього, високий рівень розумового і психоемоційного напруження, порушення режиму праці та відпочинку, повторні стресові ситуації, а також індивідуальні психовегетативні особливості призводять до зриву процесів соціально-психологічної адаптації студентів, розвитку стрес-індукованих психосоматичних порушень, зокрема – синдрому емоційного вигорання (СЕВ).

СЕВ – це реакція організму, що виникає внаслідок тривалого впливу негативних професійних факторів середньої інтенсивності; це процес поступової втрати емоційної, когнітивної та фізичної енергії, що виявляється у симптомах емоційного, розумового та фізичного виснаження та незадоволення виконаною роботою. Причинами його виникнення є внутрішній особистісний конфлікт, гострий психологічний стрес і гостра або хронічна фрустрація. В.В. Бойко стверджує, що емоційне вигорання – це вироблений особистістю механізм психологічного захисту у формі повного або часткового виключення емоцій у відповідь на певний психотравмуючий вплив. [2. с.46]. Серед чинників, що провокують розвиток СЕВ у студентів-медиків виділяють ті, що пов’язані з оточуючим середовищем і власною особистістю. При цьому стресові життєві ситуації, пов'язані з навчанням на молодших курсах, іноді стають ініціальними для формування СЕВ і депресії в зрілому віці.

Для діагностики емоційного «вигорання» враховуються його складові: емоційне виснаження (відчуття емоційного перенапруження), деперсоналізацію (байдужість або негативне ставлення до людей) та зниження продуктивності (негативне ставлення до себе як особистості), а також фази його розвитку: напруги, резистенції і виснаження [2. с.48]..

З метою виявлення СЕВ і вивчення взаємозв'язку мотивації професійної та навчальної діяльності з академічною успішністю студентів на кафедрі було проведено анкетування 145 студентів 3 курсу (19-22 року, юнаків 53, дівчат - 92). Серед студентів були виділені 4 групи: 1) відмінники - «трудоголіки», які постійно відвідують заняття і своєю працею досягають хороших результатів; 2) відмінники - «ерудити», які володіють високим інтелектом, сильною шкільної базою; 3) «хорошисти», які дуже багато займаються, але в силу своїх розумових здібностей успіхами в навчанні не блищать; 4) «трієчники».

Рівень емоційного вигорання визначався за методикою В.В. Бойко і низкою запитань для оцінки рівня професійного самовизначення і успішності [3].

Аналіз результатів дослідження показав, що лише у 18,62% студентів не виявилося ніяких ознак вигоряння і стресу, а у 81,38% помітні окремі симптоми формування СЕВ. В залежності від успішності студентів високий рівень емоційного вигоряння виявлено у відмінників 1 групи (фаза резистенції 64,82%, виснаження 21,38%) і «трієчників» (фаза резистенції - 41,38%, виснаження - 27,58 %, напруги -11,03%) у порівнянні з «хорошистами» (фаза резистенції - 42,07%, напруги -26,9%). Серед причин розвитку СЕВ і зниження адаптаційних можливостей провідне місце займає проблема емоційної напруги: велике навчальне навантаження, небажання вчитися або розчарування у професії.

Аналіз мотивації професійної та навчальної діяльності за результатами анкетування та співбесіди показав, що більшість студенти (40,4%) на перше місце поставили соціальні мотиви (навчання майбутньої професії, приносити користь суспільству, надавати допомогу іншим людям), мотиви престижу (19,1%), матеріальних благ (17,6%) і благополуччя (11,7%); найменьша кількість студентів (5,3%) на перше місце поставили мотиви змісту (подобається нове, хочу більше знати) і 2,3% (4 група) відзначили тиск з боку, яке змушує їх вчитися.

Серед «сильних» студентів (1-2 групи) були більш виражені «пізнавальний» і «соціальний» мотиви, ніж у середньо успішних студентыв (3-4 групи), а «прагматичний» мотив (одержати не знання, а диплом) – у останніх був виражений сильніше, ніж у перших. Так, «сильні» студенти мали потребу в освоєнні професії на високому рівні і були орієнтовані на отримання міцних професійних знань, а у «слабких» студентів в структурі мотиву переважали зовнішні мотиви (не позбутися стипендії, уникнути осуду, покарання за погане навчання). Отже, для успішного навчання «сильних» студентів фактор мотивації виявився сильнішим, ніж фактор інтелекту (більшість цих студентів при співбесіді відзначили, що зараз їм вчитися цікавіше, ніж у середній школі).

З метою профілактики та своєчасної корекції виявлених у студентів порушень соціально-психологічної адаптації у вигляді СЕВ нами запропоновано змінювати стиль педагогічного спілкування з використанням ІМН: чим більше у студентів було сформовано професійне самовизначення і виражена пізнавальна мотивація, тим більш демократичний стиль педагогічного спілкування може бути використаний, а саме: ділові ігри, рольові ігри, кейс-метод, диспути, студентські конференції; і навпаки, в роботі зі студентами «трієчниками» демократичний стиль спілкування викликав у них занепокоєння і невідомість, що є передумовою для формування СЕВ.

Таким чином, успішність студента і СЕВ мають складну диференційовану залежність, яка визначається професійним самовизначенням, що включає в себе мотиви навчання і вибір професії; а також ступенем прийняття студентом відповідальності за процес і результат навчання.

Розвиток СЕВ у студентів-медиків проявляється як стрес-реакція на емоційно-напружену навчальну і комунікативну діяльність у вигляді поступового наростання окремих психо-вегетативних і психологічних симптомів та свідчить про порушення їх соціально-психологічної адаптації. Використання ІМН з метою профілактики та корекції порушення «емоційного вигорання» дозволяє в процесі навчання знімати нервово-емоційне та психічне напруження у студентів, дає можливість змінювати форми їх діяльності, перемикати увагу на ключові питання заняття, сприяє розвитку комунікативних умінь і навичок майбутнього фахівця, нівелює негативний вплив «кризи третього курсу».

На підставі проведених досліджень нами розроблені рекомендації щодо корекції організації навчального процесу і контролю знань, індивідуальний підхід до студентів з різними типами відношення до навчання, що є ефективним засобом попередження розвитку СЕВ як у студентів, так і у викладачів.

**Література:**

1. Богданова І. М. Використання інтерактивних технологій у підготовці

майбутніх соціальних працівників. *Вісник Національної академії Державної прикорд. служби України. Педагогічні науки*. 2011. № 11. С. 15 –20.

2. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. Москва. 1996. 122 с.

3. Леонова А.Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса. *Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы*. 2001. №11. С. 2–16.

4.Мясищев В.Н. Личность и отношения человека. *Материалы симпозиума «Проблемы личности»*. Москва.1970. С. 63–73.

5. Носко И.В. Студентоцентрированное образование как основополагающий принцип болонских реформ в высшей школе. *Вектор науки ТГУ*. 2011. № 1(4). С. 136–138.

6. Реан А.А., Бордовская Н.В., Розум С.И. Психологияи педагогика. Питер. 2005. 432 с.

7. Karnikau, R. Communication for the safety professional. Chicago. 1975. 215 p.