

Список использованной литературы

1. Отчет Digital 2025: The Russian Federation [Электронный ресурс]. – URL: <https://datareportal.com/reports/digital-2025-russian-federation>.
2. Технологии социальной работы в различных сферах жизнедеятельности : учеб. пособие ; под ред. проф. П.Д. Павленка. – М. : ИНФРА-М, 2009. – 379 с.
3. Фирсов, М.В., Цифровизация российской социальной работы: современная практика и пути развития / М.В. Фирсов // Теория и практика общественного развития, 2020. – № 9 (151). – С. 13–21.

ТЕХНИКИ САМОМЕНЕДЖМЕНТА В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА СОЦИАЛЬНОГО

Будько Марина (УО МГПУ им. И. П. Шамякина, г. Мозырь)

Научный руководитель – Журлова И.В., канд. пед. наук, доцент

Как показывает анализ социально-педагогической практики, наиболее частой проблемой в деятельности педагога социального является отсутствие самоменеджмента своей деятельности, что приводит к нарушенному графику работы, повышению стресса, развитию профессионального выгорания [1]. Самоменеджмент мы рассматриваем как использование методов управления и организации работы в повседневной практике с целью оптимально и конструктивно использовать свое время [2].

Для определения уровня самоменеджмента педагогов социальных нами была разработана анкета, цель которой – определение текущего уровня самоменеджмента в работе педагога социального; выявление сильных и слабых сторон в управлении своим временем и ресурсами. Анкета включает в себя 20 вопросов, охватывающих следующие аспекты самоменеджмента: управление временем, постановка целей, приоритеты и планирование, стресс-менеджмент, мотивация и самооценка. Интерпретация результатов анкетирования позволяет выявить уровни сформированности (низкий, средний, высокий) умений педагогов социальных в отношении названных аспектов самоменеджмента.

В анкетировании приняли участие педагоги социальные учреждений образования г. Петрикова общим количеством 10 человек с опытом работы в должности от 5 до 20 лет.

Ответы респондентов на вопросы анкеты показали следующие результаты: среди уровней управления временем преобладает средний, среди уровней постановки цели – высокий, среди уровней приоритета и планирования – средний, среди уровней стресс-менеджмента – высокий, среди уровней мотивации – низкий, среди уровней самооценки – средний.

По данным результатам видно, что педагоги социальные испытывают трудности с организацией своего времени. Дополнительный опрос о возможных причинах этого (применялся метод открытых вопросов) показал следующие результаты: наиболее частые ответы – «Поступление большого количества задач в короткий промежуток времени»; «В процессе работы часто изменяются задачи и время исполнения»; «Низкий уровень мотивации».

Также нами для конкретизации проблемы самоменеджмента была разработана анкета для педагогов социальных, позволяющая исследовать их стрессоустойчивость. Цель анкеты: определение уровня стресса и выявление факторов, способствующих его возникновению. Анкета состоит из 20 утверждений, связанных непосредственно с работой педагога социального.

Результаты опроса педагогов социальных показали, что у шести из десяти опрошенных уровень стресса – высокий. Наиболее высокими баллами респонденты

отмечали следующие утверждения: «Я часто испытываю нервное напряжение на работе», «Я сталкиваюсь с конфликтами в профессиональной среде». Низкими баллами были отмечены утверждения «Я чувствую, что моя работа ценится и приносит удовлетворение», «Я хорошо организую свое время». Представленные ответы позволяют заключить, что уровень стресса специалиста также зависит от уровня планирования в своей деятельности.

Исходя из результатов анкетирования в целях повышения уровня самоменеджмента педагогов социальных нами была разработана и внедрена в практику программа обучения самоменеджменту, включающая следующие направления:

➤ *тайм-менеджмент*, в рамках которого педагоги социальные могут обучиться методам планирования и расстановки приоритетов и использовать инструменты управления временем (например, матрица Эйзенхауэра, система «Помидор»);

➤ *стресс-менеджмент и эмоциональное благополучие* (практики осознанности и медитации; упражнения для отработки умений управления эмоциями в стрессовых ситуациях);

➤ *личностное развитие* (работа над самооценкой и уверенностью в своих силах; изучение новых методов и подходов в профессиональной деятельности);

➤ *развитие коммуникативных навыков* (тренинги эффективного общения с учащимися, коллегами и родителями; организация обратной связи и отработка навыков разрешения конфликтов).

Реализовать предложенные направления можно при помощи следующих форм работы: мастер-классы по тайм-менеджменту, стресс-менеджменту и другим ключевым аспектам; интерактивные формы (ролевые игры, дискуссии, вебинары, круглые столы по обмену опытом и т. д.); практические занятия по эффективному планированию дня, управлению задачами и постановке целей; создание платформы с обучающими видеолекциями, тестами и заданиями; индивидуальная работа с педагогами на основе анализа их навыков самоменеджмента и разработки персональных стратегий развития и т. д.

Внедрение данной программы имеет потенциал существенно повысить уровень самоменеджмента педагогов социальных, что позитивно скажется на их профессиональной деятельности и эмоциональном благополучии.

Список использованной литературы

1. Нагавкина, Л.С. Социальный педагог: введение в должность : сб. материалов / Л.С. Нагавкина, О.К. Крокинская, С.А. Косабуцкая. – СПб. : Питер, 2010. – 431 с.

2. Овчарова, Р.В. Справочная книга социального педагога / Р.В. Овчарова. – М. : ТЦ «Сфера», 2009. – 480 с.

КОРРЕКЦИОННО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА СПЕЦИАЛИСТА СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ С АГРЕССИВНЫМИ ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ

Вага Янина (УО МГПУ им. И. П. Шамякина, г. Мозырь)

Научный руководитель – И.В. Журлова, канд. пед. наук, доцент

Агрессивное поведение среди детей и подростков – одна из актуальных проблем современной системы образования. Оно может проявляться в различных формах: вербальной и физической агрессии, буллинге, деструктивном поведении и конфликтах с окружающими. Агрессивность не только мешает успешной