

за рахунок яких досягається вирішення завдань управління в освітній сфері: адміністративні, організаційні, методи правового регулювання, економічні та психологічні методи [2].

У сучасній науці з соціально-психологічними методами управління виникає досить багато проблем, адже відбувається підміна психологічних методів таким психологічним впливом як маніпулятивні технології.

Багато фахівців в галузі управління освітою відзначають, що в суспільстві існує негласне уявлення про допустимі межі маніпулятивного впливу. Причинами, які змушують керівника освітнього закладу застосовувати маніпулятивні дії, є: розбіжність інтересів працівників, суспільства чи іншої організації; неможливість компромісу або нездатність його досягнення серед працівників освітнього закладу; відсутність можливості задоволення визначеної потреби працівників і заміна її іншою. У даних випадках ефективні маніпуляції для керівника освітнього закладу стають рятівним засобом.

Оскільки керівник прагне керувати діями і поведінкою інших людей, він повинен знати спосіб мислення співробітників і передбачити їхню реакцію на свою діяльність. Для того, щоб маніпуляція була здійснена успішно, зовнішній стимул повинен бути значущим для об'єкта. Не прийнявши зовнішнього стимулу, об'єкт, відповідно, проігнорує прихований стимул. Суть даного ефекту точно сформулював Дейл Карнегі [3].

Варто пам'ятати, що маніпуляція посідає особливе місце серед соціально-психологічних механізмів впливу керівників освітніх закладів (як засіб досягнення мети) і також є невід'ємною частиною життя сучасного суспільства [4]. Отож, вибір відповідних до ситуації способів технік маніпулятивного впливу на працівників пов'язаний з моральною та психологічною культурою спілкування навіть у діловій освітянській сфері.

#### Література

1. Психологія конфлікту. Зміст переговорного процесу. [Електронний ресурс]. - Режим доступу: [http://studme.com.ua/17910407/psihologiya/soderzhanie\\_peregovornogo\\_prot\\_sessa.htm](http://studme.com.ua/17910407/psihologiya/soderzhanie_peregovornogo_prot_sessa.htm)
2. Психологія професіоналізму управлінської діяльності. [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://studentam.net.ua/content/view/3323/97/>
3. Дейл Карнегі. Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей. [Електронний ресурс]. - Режим доступу: [http://www.f-kotler.narod.ru/download/deyl\\_karnegi\\_kak\\_zavoevyvat\\_druzey.pdf](http://www.f-kotler.narod.ru/download/deyl_karnegi_kak_zavoevyvat_druzey.pdf)
4. Особливості маніпуляції свідомістю в процесі комунікації. [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://naub.org.ua/?p=812>

#### УПРАВЛІННЯ ПСИХОЛОГІЧНИМ ЗДОРОВ'ЯМ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ

*Капраль Світлана Святославівна, Швед Ольга Петрівна*  
Національний університет "Львівська політехніка"

79053, вул. В. Великого, 85/22, м. Львів, Україна, Svitlana\_96k@i.ua

Психологічне забезпечення професійної діяльності в даний час тісно пов'язане з проблемою збереження здоров'я професіонала. Стан здоров'я робить істотний вплив на процес і результат діяльності, а також професійна діяльність впливає на здоров'я працівника. Основні підсумки експериментальних робіт показали, причиною підвищеної уваги до здоров'я у професійній діяльності є те, що серед безлічі соціально-психологічних факторів, що впливають на стан здоров'я, одне з найбільш

вагомий вплив надає фахова робота. Наповнення конкретним змістом програми професійного самозбереження є процес досить індивідуальний, тому в цій справі не може бути раз і назавжди заданих стандартних рішень. Для зменшення кількості проблем психічного здоров'я, пов'язаних з роботою, державні органи влади, установи й роботодавці повинні вживати заходів щодо мінімізації впливу на здоров'я працюючого населення, пов'язаного з роботою стресу й інших психосоціальних ризиків. Адже професійні захворювання часто є наслідком погано організованою професійної діяльності, а також можуть бути розглянуті як один з істотних чинників, що перешкоджають професіоналізації.

Введення поняття «професійне здоров'я» стало відображенням потреби суспільства у визначенні можливостей організму людини стосовно умов професійної діяльності. Гуманістичний характер цього нового наукового підходу спрямований на забезпечення безпеки життєдіяльності, збереження здоров'я, працездатності та професійного довголіття людини у процесі трудової діяльності.

Чинники, які впливають на психологічне здоров'я у професійній діяльності утворюють трикомпонентну систему (згідно з Маслачем і Джесоном), що складається з емоційного виснаження (відчуття втоми і спустошеності, викликане власною роботою), деперсоналізації (цінічне ставлення до роботи та її об'єктів) та редукції особистісних прагнень (виникненням у працівників почуття некомпетентності у своїй професійній сфері). Таким чином бачимо, що психологічне здоров'я при виконанні професійних обов'язків залежить від багатьох чинників, проте деякі з них різняться залежно виду діяльності. Тому доцільно розглянути дану тему детально на прикладі однієї із професій – дипломата.

Дипломат — це посадова особа, яка уповноважена урядом вести переговори з представниками іноземних держав. Професія дипломата не така легка як здається, особливо це помітно сьогодні, коли українським, а також інших професіоналам дипломатичної справи доводиться працювати в екстремальних умовах. Хоча дипломат — це професія миру та діалогу, проте зважаючи на сучасні обставини є обов'язком вести переговори для вирішення конфліктів та війн, що помітно впливає на здоров'я спеціалістів даної сфери.

Однією з основних характеристик потрібних дипломату є стресостійкість, адже невід'ємною частиною його роботи є виконання завдань у несприятливих обставинах. Серед головних таких загроз є: висока стресовість ситуацій, екстремальні умови небезпечні для життя, значний рівень напруження особливо при прийнятті важливих рішень, емоційний тиск з боку різних чинників, відповідальність за життєво важливі рішення та різка зміна обставин. Дані чинники помітно здійснюють вплив на психологічний стан спеціаліста, що безпосередньо позначається на його роботі. Тому, щоб уникнути негативних наслідків, доцільно застосовувати різноманітні методи забезпечення психологічного здоров'я, такі як коучинг керівництва, корпоративні тренінги, арт-терапія, релаксація, концентрація, ауторегуляція дихання, аутогенне тренування та багато інших.

Доцільно відзначити ряд пунктів програми, які орієнтовані на підтримку фізичного та психічного здоров'я людини, що активно включена в професійну діяльність. До них належать готовність до постійної самозміни, внутрішня відповідальність та оволодіння прийомами самовідновлення після перевантажень. Саме вони визначають збалансованість між двома типами здоров'я та забезпечують професійний успіх.

Отже, надзвичайно важливим є приділення уваги до психологічного здоров'я кожної людини, і особливо тієї, що займає посаду в органах державної влади, а саме представляє державу на міжнародній арені. Адже ця робота характеризується напруженістю повсякденної діяльності та відповідальністю, необхідністю приймати управлінські рішення, від яких часто залежить ефективність державної влади.

## Література

1. Аршава І.Ф. Психологія здоров'я: навч. посіб. / І. Ф. Аршава, О. Г. Капшукова. – Д.: ВРК ДНУ, 2006. – 96 с.
2. Здоров'я людини як багатоаспектна проблема/В.Гриценко, В. Белов, А. Котова, О. Пустовойт // Вісн. Академія наук України. – 2006. - №6. – С. 56.

## ДЕЯКІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ ПЕРСОНАЛЬНИХ КОМП'ЮТЕРІВ У ШКОЛІ

*Катренко Любов Антонівна, Кім Юрій Володимирович*

Національний університет «Львівська політехніка», Львів, С. Бандери, 12,  
lubowkatrenkoma@gmail.com

В навчально-виховному процесі з використанням персональних комп'ютерів повинні чітко дотримуватися вимоги до санітарно-гігієнічних умов праці, безперервної роботи та відповідного програмного забезпечення.

Застосування новітніх інформаційних технологій у галузі освіти зумовлене необхідністю підготувати учня до його майбутнього комп'ютеризованого робочого місця, а також ефективніше передати знання. Використання інформаційно-комунікаційних технологій позитивно впливає на способи подання змісту навчання, об'єктивність контролю і перевірки засвоєння навчального матеріалу, управління навчально-пізнавальною діяльністю, сприяє підвищенню інтересу й загальної мотивації до навчання; впливає на формування вмінь та навичок, покращує самостійну роботу учнів, збільшує обсяг виконаних на уроці завдань, дозволяє продемонструвати недоступні для безпосереднього спостереження явища та процеси в розвитку та динаміці. Процес навчання стає цікавішим, різноманітнішим, інтенсивнішим.

Робота за персональним комп'ютером (ПК) негативно впливає на органи зору – виникає погіршення зору та функціональні зміни зорового аналізатора; нервову систему – загальна втома, порушення сну, депресії, стрес; кістково-м'язеву систему людини – захворювання хребта, кистей рук. Щоб робота за комп'ютером приносила лише користь і позитивно впливала на розвиток учнів, на процес сприйняття та запам'ятовування інформації, необхідно оцінити: доцільність використання програмних засобів, дотримання санітарно-гігієнічних умов праці та особливості організації навчально-виховного процесу з використанням ПК.

Використання програмних засобів на певному етапі навчання є доцільним, якщо забезпечується вища ефективність навчання, ніж під час використання традиційних засобів навчання, а також неможливість застосування певних засобів навчання у вигляді матеріальних об'єктів. Крім того, необхідно провести експертизу програмного забезпечення щодо придатності її для використання у загальноосвітніх школах.

Дотримання санітарно-гігієнічних умов праці при використанні ПК є надзвичайно важливим та актуальним, оскільки використання ПК на уроках збільшує навантаження на дитину. Тому керівники навчальних закладів повинні мати відповідні знання з питань безпечної роботи з ПК в навчальних закладах та здійснювати контроль за дотриманням вимог Державних санітарних правил і норм «Влаштування і обладнання кабінетів комп'ютерної техніки в навчальних закладах та режиму праці учнів на персональних комп'ютерах». Всі гігієнічні норми щодо організації навчання із застосуванням ПК в основному однакові для учнів молодшого, середнього та старшого шкільного віку, відмінність є лише в часі роботи за ПК.

Особливу увагу при організації навчально-виховного процесу з використанням ПК необхідно приділити саме зоровій роботі: після безперервної роботи за монітором (згідно вікових категорій) проводити впродовж 1,5-2 хвилин вправи для профілактики зорової втоми, а також комплекс вправ для профілактики загальної втоми.