ція «Генеза буття особистості» (19-20 грудня 2011 року). – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2011. – Том ІІ. – С. 268-270.
8. Психодиагностические методы изучения личности: Учебное пособие. Ред. и составитель: Т.А. Ратанова, Н.Ф. Шляхта. – М, 2000.
9. Сонин В.А. Психодиагностическое познание профессиональной деятельности. – СПб., 2004. – С. 169-178.
10. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М.: Изд-во Института Психотерапии. 2000. – 490 с.

В статье детально описывается эмпирическое исследование самодетерминации познавательной деятельности студентами-первокурсниками. Благодаря корелляционному анализу определены условия развития самодетерминации познавательной деятельности. Обозначены дополнительные шкалы опросника и критерии экспертной оценки.

Ключевые слова: самодетерминация, познавательная деятельность, внешние и внутренние условия развития самодетерминации познавательной деятельности, шкалы диагностической методики.

In article details describe the empirical research of self-determination of cognitive activities by first-year students. Thanks to correlation analysis, conditions of development of cognitive activities are defined. Additional scales of a questionnaire and criteria of an expert assessment are designated.

Keywords: self-determination, cognitive activity, external and internal conditions of development of self-determination, scales of a diagnostic method.

Панасенко Н.М.

ОПТИМІЗАЦІЯ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ МОТИВАЦІЇ ТА СПРЯМОВАНОСТІ НА ЕТАПІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗАСОБАМИ МОТИВАЦІЙНОГО ТРЕНІНГУ

У статті розкриваються особливості оптимізації розвитку професійної мотивації та спрямованості на етапі професійної підготовки засобами мотиваційного тренінгу у студентів-медичних психологів. Проаналізовано теоретичні та практичні підходи до розробки тренінгових програм. Визначено ефективність застосування мотиваційного тренінгу щодо розвитку мотиваційного компоненту професійного становлення студентів та профілактики синдрому емоційного вигорання та

Ключові слова: мотив, мотивація, мотиваційний компонент, професійне становлення, синдром емоційного вигорання, тренінгова програма. тренінг.

Постановка проблеми. Результати проведеного дослідження вказують на те, що професійна мотивація та спрямованість студентів-медичних психологів недостатньо розвинені, і як результат, в процесі навчання в них втрачається

інтерес до обраної професії. Саме тому, необхідна робота по особистісно-професійному розвитку студентів. Відповідно до цього ми вважаємо за необхідне розробку низки заходів, що сприяють вдосконаленню роботи з розвитку мотиваційного компоненту професійного становлення студентів-медичних психологів.

Також було з'ясовано, що студенти нашої вибірки мали досить високий рівень сформованості синдрому емоційного вигорання, який має тенденцію підвищуватись в них від 1-го до 5-го курсу. Було встановлено, що чим вищим у них є рівень сформованості емоційного вигорання, тим нижчий в них рівень розвитку професійних мотивів, учбово-пізнавальних мотивів, мотивів професійної майстерності, мотивів творчої самореалізації та внутрішньої мотивації діяльності. Тобто, синдром емоційного вигорання у студентів-медичних психологів негативно впливає на мотиваційний компонент їхнього професійного становлення [8].

Оскільки структура мотивів студента, що сформована підчас навчання, стає стержнем особистості майбутнього фахівця, то розвиток мотиваційного компоненту особистості студента є невід'ємною складовою частиною розвитку його особистості як майбутнього фахівця.

Саме тому **метою нашої статті** є: розкриття особливостей оптимізації розвитку професійної мотивації та спрямованості у студентів на етапі професійної підготовки засобами мотиваційного тренінгу.

Нами висувається **гіпотеза** про те, що професія медичного психолога, яка відноситься до професій типу «людина-людина», вже на етапі професійної підготовки обумовлює значні психологічні навантаження на особистість майбутнього фахівця, змінює мотиваційний компонент та спрямованість особистості студента, у зв'язку з чим у них може розвиватися синдром емоційного вигорання. Застосування спеціально розробленої тренінгової програми може виступати в якості корекції, так і профілактики такої професійної деформації, як емоційне вигорання.

Для досягнення мети та перевірки гіпотези були поставлені такі **завдання**: 1) на базі вивчення відповідних літературних джерел теоретично обґрунтувати концептуальні засади мотиваційного тренінгу; 2) розробити мотиваційний тренінг, провести його апробацію; 3) проаналізувати результати проведення мотиваційного тренінгу та його ефективність.

Аналіз досліджень і публікацій. Проаналізувавши результати проведеного емпіричного дослідження було визначено, що мотиваційний компонент професійного становлення студентів-медичних психологів потребує корекційного та розвивального впливів. Використання мотиваційного тренінгу, на нашу думку, надасть змогу студентам підвищити рівень професійної мотивації та визначитися зі спрямованістю власної особистості. А також він сприятиме зниженню емоційного навантаження на мотиваційний компонент професійного становлення студентів-медичних психологів. Оскільки багатьма дослідниками сьогодні визначається, що у студентів формується синдром емоційного виго-

рання, у зв'язку з чим доцільно вже під час навчання проводити заходи з профілактики професійного вигорання [2; 9; 11].

В мотиваційний тренінг було включено вправи для підвищення рівня учбово-пізнавальних мотивів, професійних мотивів та мотивів професійної майстерності й творчої самореалізації, а також внутрішніх мотивів трудової діяльності. Важливим аспектом тренінгової програми є вправи на зниження емоційної напруги, налагодження стосунків з однокурсниками і викладачами, підвищення рівня самооцінки, професійних знань та вмінь, рівня зацікавленості у навчанні. Особливу увагу студентів було звернуто й на стан їхнього здоров'я, бо від нього залежить не тільки якість життя, а й працездатність впродовж і навчального дня, і навчального тижня. Також було застосовано вправи, спрямовані на формування позитивних, оптимістичних установок і цінностей щодо себе, щодо інших людей, щодо майбутньої професії.

При розробленні мотиваційного тренінгу для студентів-медичних психологів ми спиралися на думку А.А.Тюкова [12], що при проведенні тренінгу повинні виконуватися наступні вимоги: 1) *цілісність імітації професійної сфери* (гра повинна мати загальний сюжет або тему, які визначаються типом професійної діяльності і задачами, що стоять перед учасниками); 2) *спрямованість на самоорганізацію* (оскільки кожний учасник гри має свої індивідуальні особливості, виникає необхідність спільної організації їх дій і рефлексії); 3) *проблемність навчання* (в організаційно-діяльнісних іграх формування способів дій здійснюється в процесі рішення виникаючих по ходу гри проблемних ситуацій, в ході гри зіткнення точок зору, конфлікти, суперечності повинні бути представлені свідомості учасників у вигляді змістовних проблем (на противагу міжособистісним конфліктам).

Психологічний тренінг, спрямований на розвиток мотивації - це сукупність способів, прийомів і методик активного навчання людей навичкам пізнання й осмислення мотиваційних особливостей їх діяльності, в ході якого використовуються спеціальні психологічні засоби, моніторинг та програмування мотиваційної поведінки [4].

Ми погоджуємося з тим, що використання ігрових технологій у підготовці фахівців підвищує рівень мотивації студентів до навчання, зацікавленість в оволодінні майбутньою професією [10].

Фахівцями визначається, що в умовах ВНЗ психологічний тренінг є найбільш ефективним методом формування професійної мотивації студентів, яке відбувається через надбання, аналіз і переоцінку власного життєвого досвіду в процесі групової взаємодії. На думку Т.В. Зайцевої, психологічний тренінг є «культурним знаряддям», яке використовується для засвоєння нової чи зміни старої поведінки, що базується на «оволодінні новим (знаннями, навичками, вміннями) в рамках «зони найближчого розвитку» учасників в результаті спільної діяльності ведучого і учасників» [4].

Визначаючи межі поняття «психологічний тренінг», І.В. Вачков зазначає, що сучасне його розуміння включає у себе багато традиційних методів групової психотерапії і психокорекції [1]. На сьогодні в психології широко відомі такі

поняття, як тренінг, групова психотерапія, психокорекційні групи, групи досвіду, групи активного навчання, що позначають активну групову психологічну роботу і нерідко за своєю суттю є дуже близькими між собою. Т.В. Зайцева зауважує, що тренінги, які найчастіше включають елементи психотерапії, психокорекції і навчання, переважно спрямовуються на вирішення задач розвитку, вдосконалення, гармонізації психологічного благополуччя особистості [4].

Розроблений нами мотиваційний тренінг включає в себе запозичені й модифіковані елементи тренінгів, описаних в психологічній літературі [1; 3; 6; 13 - 20].

Організація та експериментальна база дослідження. Дослідження проводилося в 2010 - 2011 роках на базі факультету медичної психології Національного медичного університету ім. О.О. Богомольця серед студентів спеціальності «медична психологія» (загальна кількість - 124 студенти).

Загальна мета тренінгу полягає у розвитку мотиваційного компоненту професійного становлення через корекційний та розвивальний впливи на такі його складові, як: мотиви професійної майстерності, мотиви соціальної значущості праці, учбово-пізнавальні та комунікативні мотиви, мотиви творчої самореалізації, а також на внутрішню мотивацію професійної діяльності та на емоційний компонент. Розвиток кожної складової було забезпечено комплексом тренінгових вправ та ігор.

Були визначені завдання тренінгу:

1) підвищення рівня мотивів: професійних, учбово-пізнавальних та професійної майстерності;
2) підвищення рівня внутрішньої мотивації трудової діяльності;
3) налагодження стосунків з однокурсниками та викладачами;
4) усунення синдрому емоційного вигорання та зниження емоційного напруження;
5) розвиток здатності розуміти свій емоційний стан і стан іншої людини;

формування навичок позитивних установок щодо себе, щодо інших людей та щодо обраної професії.

Для вирішення зазначених завдань були використані наступні методи і техніки: метод позитивної психотерапії (притчі, метафори, позитивна реінтерпритація), бесіди, релаксаційні методи, аналіз ситуацій, рольові ігри, завдання на самопізнання, метод «тренування поведінки», інформаційні повідомлення тощо. Також в структуру тренінгових занять входять: а) *рольові ігри* (моделювання ситуацій); б) *групові дискусії* («Як досягти успіху», «Як ставити цілі», «Як керувати своєю мотивацією» тощо); в) *тренінгові вправи* з подальшим обговоренням та аналізом результатів.

Зазначимо, що кожна психологічна вправа, гра чи дискусія сприяли вирішенню одночасно не однієї, а декількох задач, які у комплексі сприяли досягненню основної мети тренінгу.

Мотиваційний тренінг включає в себе наступні п’ять блоків: діагностичний, просвітницький, розвивальний, профілактичний та завершальний. Кількість занять - 12, кожне розраховано на 3 години, тобто тренінг розрахований на 36 годин. Періодичність занять – 1 раз на тиждень, кількість учасників тре-

нінгової групи – 10-14 осіб. Кожне заняття включає у себе наступні елементи: ритуал вітання («Перше коло»), основний зміст, рефлексія з приводу даного заняття і ритуал прощання (Останнє коло»). Також обов'язковим елементом кожного заняття є домашнє завдання, яке надає можливість продовжувати роботу над собою й поза межами тренінгової групи з метою самопізнання та самопосилення, усвідомлення власних мотивів, перенесення досвіду в життя.

Спілкування в умовах мотиваційного тренінгу базується на наступних принципах:

«Тут і зараз», розмова про те, що відбувається в групі в кожен конкретний момент; виключення загальних, абстрактних міркувань.

Персоніфікація висловів, відмова від знеособлених думок;

Активність, включеність в інтенсивну роботу кожного з членів групи, дослідницька позиція учасників.

Довірче спілкування, щирість, відкрите вираження своїх думок.

Також робота учасників тренінгової групи базувалася на реалізації гуманістичних засад тлумачення природи особистості, а саме:

1) людина є відкритою для світу; людське життя розглядається як безперервний процес становлення;

2) людина наділена потенціями до безперервного розвитку і самореалізації, які є частиною її природи;

3) людина володіє, певною мірою, свободою від зовнішньої детермінації завдяки смислам і цінностям, якими вона керується в своєму виборі;

4) людина – це активна, інтенційна, творча істота [7].

Структуру тренінгу наведено у таблиці 1.

Кожне заняття обов'язково включає в себе три основні частини:

1. *Вступна частина* (розминка), вправа «Перше коло». Її метою було виявлення настрою учасників групи, їх активізація, налаштування на роботу в групі на певну тему, включення в ситуацію «тут і тепер».

2. *Основна частина* – забезпечувала здійснення впливу незалежної змінної, іншими словами рефлексію смисложиттєвих орієнтацій, побудову життєвих цілей. У процесі реалізації основної частини відслідковувалась групова динаміка, виявлялися актуальні стани учасників, відповідно до яких деякі елементи заняття змінювалися. Тут також обговорювалися як наявні ситуації, так і колишні життєві ситуації учасників. Все, що відбувалося в групі, ставало єдиним груповим досвідом, який усвідомлювався й інтегрувався як окремими учасниками відповідно до їх індивідуальних особливостей, так і групою в цілому.

3. *Завершальна частина* (підсумкова чи розслаблююча), вправа «Останнє коло». У цій частині здійснювався аналіз проведеної роботи кожним учасником, визначались орієнтири формування перспективної лінії отриманого досвіду, проводилось обговорення загальної атмосфери роботи групи.

Структура занять обов'язково передбачає рефлексію попереднього заняття, інформаційну та практичну частину.

Інформаційна частина здійснювалась переважно в груповій формі з використанням методів бесіди, міні-лекції, дискусії, круглого столу, мозкового штурму, брифінгу, розповіді тощо.

Таблиця 1

Блок	Заняття	Вправи	Тривал. (год.)
Блок № 1 **«Діагностичний»**	Заняття № 1	Психодіагностика	3
	Заняття № 2	«Моє ім'я», «Зустріч руками», «Комплімент»	3
Блок № 2 «**Просвітницький»**	Заняття № 3	«Сильні сторони мого «Я», «Успіхи в минулому»	3
	Заняття № 4	«Вираження і відображення емоцій і почуттів», «Перебільшення»	3
Блок № 3 **«Корекційно-розвиваючий»**	Заняття № 5	«Приховані почуття», «Плюси і мінуси», «Незаселений острів», «Список Робінзона»	3
	Заняття № 6	«Усвідомлення мотиву», «Катастрофа на повітряній кулі», «Життєва дорога», «Повинен або вибираю»	3
	Заняття № 7	«Система цінностей», «Хвалько», «Коло нашого життя», «Мої ресурси»	3
Блок № 4 **«Профілактичний»**	Заняття № 8	«Позитивне тлумачення», «Емоційне насичення», «Мінливий світ»	3
	Заняття № 9	«Хочу досягнути», «Я вмію», «Сформуй позитивний Я-образ»	3
	Заняття № 10	«Чарівний магазин», «Плюси і мінуси моєї майбутньої професії», «Праця і професія»	3
Блок № 5 **«Завершаючий»**	Заняття № 11	«Подяка», «Нове ім'я», «Досягнення мети»	3
	Заняття № 12	«Два королівства», «Задоволення», «Беру з собою в дорогу»	3
		Всього:	36

Практична частина занять передбачає використання системи тренінгових вправ, рольових ігор, виконання творчих завдань, здійснення самодіагностики.

Наведемо зміст мотиваційного тренінгу.

Метою *діагностичного* блоку є діагностика провідних мотивів вступу студентів до ВНЗ, мотивів навчальної діяльності та професійних мотивів, визначення рівня розвитку та динаміки мотивації в процесі навчання студентів, спрямованості їхньої особистості, а також визначення рівня розвитку синдрому емоційного вигорання.

На *занятті № 1* студенти знайомляться з метою тренінгу та метою проведення психодіагностики мотиваційного компоненту професійного становлення. В даному блоці використовується блок психодіагностичних методик, який складається з:

- анкети «Мотиви вибору»;
- методики Джона Голанда;
- методики «Вивчення мотивів навчальної діяльності студентів» (Реана - Якуніна);

- методики «Структура мотивації трудової діяльності» (К. Замфір);
- методики «Діагностика рівня емоційного вигорання» (В.В. Бойко).

На *занятті № 2* відбувається обговорення результатів психодіагностики. Після чого студенти беруть участь у вправах: «Прийняття правил», «Перше коло», «Моє ім'я», «Зустріч руками», «Комплімент», «Останнє коло». По завершенні заняття студенти отримують домашнє завдання.

Метою *просвітницького* блоку є інформування про професійно значущі якості медичного психолога, підвищення рівня професійної спрямованості.

На *занятті № 3* студенти беруть участь у вправі «Перше коло» (з обговоренням домашнього завдання). Далі - інформаційний блок (міні-лекція «Професійно важливі якості медичного психолога») та вправи: «Сильні сторони мого «Я», «Успіхи в минулому», «Останнє коло». По завершенні заняття студентам дається домашнє завдання.

На *занятті № 4* студенти беруть участь у вправі «Перше коло» (з обговоренням домашнього завдання). Далі - інформаційний блок (міні-лекція «Спрямованість особистості») та вправи: «Вираження та відображення емоцій і почуттів», «Перебільшення», «Останнє коло». По завершенні заняття студентам дається домашнє завдання.

Метою *корекційно-розвиваючого* блоку є корекція емоційного вигорання та розвиток вміння розуміти як власний емоційний стан, так і стан іншої людини, розвиток складових мотиваційного компоненту професійного становлення.

На *занятті № 5* студенти беруть участь у вправі «Перше коло» (з обговоренням домашнього завдання). Далі - інформаційний блок (міні-лекція «Емоційне вигорання як професійна деформація») та вправи: «Приховані почуття», «Плюси і мінуси», «Незаселений острів», «Список Робінзона», «Останнє коло». По завершенні заняття студенти отримують домашнє завдання.

На занятті № 6 студенти беруть участь у вправах: «Перше коло» (з обговоренням домашнього завдання), «Усвідомлення мотиву», «Катастрофа на повітряній кулі», «Життєва дорога», «Повинен або вибираю», «Останнє коло». По завершенні заняття студентам дається домашнє завдання.

На *занятті № 7* студенти беруть участь у вправах: «Перше коло» (з обговоренням домашнього завдання), «Система цінностей», «Хвалько», «Коло нашого життя», «Мої ресурси», «Останнє коло». По завершенні заняття студентам надається домашнє завдання.

Метою *профілактичного* блоку є підвищення рівня професійних мотивів та внутрішньої мотивації; профілактика негативного ставлення до майбутньої професії та до власного здоров'я; налагодження стосунків з оточенням.

На *занятті № 8* студенти беруть участь у вправах: «Перше коло» (з обговоренням домашнього завдання), «Позитивне тлумачення», «Емоційне насичення», «Мінливий світ», «Останнє коло». По завершенні заняття студентам дається домашнє завдання.

На *занятті № 9* студенти беруть участь у вправах: «Перше коло» (з обговоренням домашнього завдання), «Хочу досягнути», «Я вмію», «Сформуй по-

зитивний Я-образ», «Останнє коло». По завершенні заняття студентам дається домашнє завдання.

На *занятті № 10* студенти беруть участь у вправах: «Перше коло» (з обговоренням домашнього завдання), «Чарівний магазин», «Плюси і мінуси моєї майбутньої професії», «Праця і професія». «Останнє коло». По завершенні заняття студентам дається домашнє завдання.

Метою *завершаючого* блоку є узагальнення результатів попередніх занять та підведення підсумків тренінгу.

На *занятті № 11* студенти беруть участь у вправах: «Перше коло» (з обговоренням домашнього завдання), «Подяка», «Нове ім'я», «Досягнення мети», «Останнє коло». По завершенні заняття студентам дається домашнє завдання.

На *занятті № 12* студенти беруть участь у вправах: «Перше коло» (з обговоренням домашнього завдання), «Два королівства», «Задоволення», «Беру з собою в дорогу». «Останнє коло» (прощання, підведення підсумків).

Досвід проведення мотиваційного тренінгу дає змогу виокремити такі чинники і умови, що сприяють перенесенню набутих у тренінгу психічних новоутворень і навичок керування власною мотивацією до традиційного навчального процесу:

1. Опанування студентами психологічним інструментарієм (психотехніками) керування власною мотивацією.
2. Посилення у студентів прагнення до самодетермінації і саморозвитку, що забезпечує використання набутого досвіду з мотиваційної саморегуляції в умовах самостійної роботи.
3. Зв'язок тренінгових завдань з навчальним процесом, зокрема, застосування мотиваційних вправ у ході вивчення тем із загальної психології або самостійної роботи студента (наприклад, теми курсової роботи), а також виконання студентами тренінгових вправ на семінарських заняттях.

Також мотиваційний тренінг може проводитися як практикум із психології або як тренінг у структурі університетських дисциплін (таких як «Загальна психологія», «Психологія особистості», «Диференційна психологія», «Гештальт психологія», «Основи психотренінгу» тощо). Передбачається, що розроблений нами комплекс вправ мотиваційного тренінгу може використовуватися як у структурі академічних занять (лекціях, семінарах, практикумах, тренінгах), так і самостійно студентами.

Після проведення мотиваційного тренінгу для перевірки його ефективності було проведено контрольне тестування студентів, які брали в ньому участь. В результаті аналізу результатів було з'ясовано, що у студентів значно знизився рівень емоційного вигорання ($p < 0,05$), а також значно підвищився рівень сформованості професійних мотивів ($p < 0,001$), учбово-пізнавальних мотивів ($p < 0,05$), мотивів професійної майстерності ($p < 0,05$), мотивів творчої самореалізації ($p < 0,05$) та внутрішньої мотивації діяльності ($p < 0,001$).

Отже, ми можемо зробити висновок, що розроблений нами мотиваційний тренінг може вважатися ефективним засобом оптимізації розвитку професійної мотивації та спрямованості на етапі професійної підготовки.

Висновки

В умовах вузу мотиваційний тренінг є ефективним засобом формування професійної мотивації студентів, яке відбувається через надбання, аналіз і переоцінку власного життєвого досвіду в процесі групової взаємодії.

В мотиваційному тренінгу студенти набувають досвіду і оволодівають психологічним інструментарієм свідомого керування власною мотивацією учіння. Цей досвід (і відповідні психотехніки) вони в подальшому можуть застосовувати на семінарських заняттях і в самостійній роботі (при підготовці до семінарів), тобто в ситуаціях традиційного навчального процесу. Окрім того, у студентів після тренінгу покращується як ставлення до навчання, так і ставлення до своєї майбутньої професійної діяльності.

Професія медичного психолога дійсно вже на етапі професійної підготовки викликає Значні психологічні навантаження на особистість студента, змінює мотиваційний компонент професійного становлення та спрямованість особистості, у зв'язку з чим у студентів розвивається синдром емоційного вигорання. Саме застосування спеціально розробленого мотиваційного тренінгу виступає в якості корекції, так і профілактики такої професійної деформації, як емоційне вигорання.

Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у розробці та апробації тренінгової програми розвитку мотиваційного компоненту професійного становлення на етапі професійної майстерності.

Література

1. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга / И.В. Вачков. – М.: Ось-89, 2005. – 256 с.
2. Водопьянова Н.Е. Синдром «психического выгорания» в коммуникативных профессиях / Н.Е. Водопьянова //Психология здоровья / Под. ред. Г. С. Никифорова. СПб.: Изд-во СпбГУ, 2000. – 498 с.
3. Емельянова Ю.Н. Теоретические и методические основы социально-психологического тренинга / Ю.Н. Емельянова, Е.С. Кузьмин — JL: ЛГУ, 1983. – 134 с.
4. Зайцева Т.В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие / Т.В. Зайцева. – СПб.: Речь, М.: 2002. – 80 с.
5. Ковалев, В.П. Мотивационная сфера личности и ее динамика в процессе профессиональной подготовки / В.П. Ковалев, В.Н. Дружинин // Психологический журнал. 1982. – Т.3. - № 6. – С. 35-44.
6. Козлов Н.И. Лучшие психологические игры и упражнения / Н.И. Козлов. – Екатеринбург: АРД ЛТД, 1997. – 144 с.
7. Максименко С.Д. Психологія особистості / С.Д. Максименко, К.С. Максименко, М.В. Папуча. – К.: Видавництво ТОВ «КММ», 2007, – 296 с.
8. Панасенко Н.М. Особливості впливу синдрому емоційного вигорання на мотиваційний компонент професійного становлення студентів-медичних психологів / Н.М. Панасенко // Актуальні проблеми психології. – Том V: Психофізіологія. Експериментальна психологія. Психологія праці. – 2011. – Випуск 11. – С. 128-140.

9. Рогинская Т.И., Синдром выгорания в социальных профессиях // Психологический журнал, № 3, 2002. – С. 85-95.
10. Сидоренко Е.В. Мотивационный тренинг / Е.В. Сидоренко. – М.: Речь, 2005. – 240 с.
11. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти] / За наук. ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки, Т.В. Зайчикової – К.: Міленіум, 2004. – 264 с.
12. Тюков А.А. Организационные игры как метод и форма активного социального обучения / А.А. Тюков / Под ред. А.А. Бодалева, Г.А. Ковалева // Актуальные методы обучения педагогическому общению и его активизация. – М., 1983. – С. 15-34.
13. Орлова И.В. Тренинг профессионального самопознания: теория, диагностика и практика педагогической рефлексии / И.В. Орлова. СПб.: Речь, 2006.– 128 с.
14. Психогимнастика в тренинге / Под ред. Хрящевой. – СПб.: 2001. – 256 с.
15. Пузиков В.Г. Технология ведения тренинга / В.Г. Пузиков. СПб.: «Речь», 2005. – 224 с.
16. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика / К. Рудестам. М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
17. Саенко Ю.В. Регуляция эмоций: тренинги управления чувствами и настроениями / Ю.В. Саенко. – СПб.: Речь, 2011. – 232 с.
18. Самоукина Н.В. Игры, в которые играют… Психологический практикум / Н.В. Самоукина. – Дубна: Феникс, 1996. – 160 с.
19. Цзен Н.В. Психотренинг: игры и упражнения [изд. 2-е, доп.] / Н.В. Цвен, Ю.В. Пахомов. – М.: Независимая фирма "Класс", 1999. – 272 с.
20. Jean-Marie Robine. La Gestalt-therapie. P.: Morisset, 1994; М.: МГИ, 1998.

В статье раскрываются особенности оптимизации развития профессиональной мотивации и направленности на этапе профессиональной подготовки средствами мотивационного тренинга у студентов-медицинских психологов. Проанализированы теоретические и практические подходы к разработке тренинговых программ. Определена эффективность применения мотивационного тренинга по развитию мотивационного компонента профессионального становления студентов и профилактики синдрома эмоционального выгорания.

Ключевые слова: мотив, мотивация, мотивационный компонент, профессиональное становление, синдром эмоционального выгорания, тренинговая программа. тренинг.

The article describes the optimization of the development of professional motivation and focus on the stage of motivational training means training students in health psychology. Theoretical and practical approaches to developing training programs. Determined the effectiveness of motivational training for the development of the motivational component of professional development of students and prevent emotional burnout syndrome and

Key words: motive, motivation, motivational component, professional development, a syndrome of emotional burnout, training program. training.