

СЕКЦІЯ «АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ»

УДК 615.8:159.947.5:37.013.3

Акопян Р.Р.

старш. викл НУ «Запорізька політехніка»

РОЛЬ САМОАНАЛІЗУ ТА САМОРЕФЛЕКСІЇ У ПРОФЕСІЙНОМУ ЗРОСТАННІ ФІЗИЧНИХ ТЕРАПЕВТІВ ТА ЕРГОТЕРАПЕВТІВ

Самоаналіз і саморефлексія є головними складовими професійного зростання фізичних терапевтів. У сучасних умовах, коли вимоги до якості медичних послуг та реабілітації постійно зростають, здатність до самостійного аналізу власної діяльності набуває особливої важливості. Самоаналіз дозволяє терапевтам критично оцінювати свої професійні навички, виявляти сильні сторони та зони для покращення. Саморефлексія, у свою чергу, сприяє глибшому розумінню власних дій, емоцій і реакцій, що допомагає не лише вдосконалити професійні компетенції.

В умовах складного і часто емоційно напруженого характеру роботи фізичних терапевтів, здатність до рефлексії допомагає уникати професійного вигорання, сприяє побудові ефективних стратегій взаємодії з пацієнтами та колегами, а також стимулює розвиток міждисциплінарної співпраці.

Метою роботи є дослідити роль самоаналізу та саморефлексії у професійному зростанні фізичних терапевтів, визначити їх значення для розвитку професійних компетенцій, підвищення якості надання послуг і збереження емоційної стабільності.

Результати дослідження. У ході проведеного дослідження було виявлено вагомий вплив самоаналізу та саморефлексії на професійне зростання фізичних терапевтів. Результати підтвердили значущість цих процесів у різних аспектах їх професійної діяльності.

По-перше, регулярний самоаналіз дозволив фізичним терапевтам критично оцінювати власну практику, виявляти сильні сторони та визначати області, які потребують вдосконалення. Такий підхід забезпечив системне підвищення професійної компетентності та сприяв більш ефективному застосуванню сучасних методик реабілітації.

По-друге, було встановлено, що рефлексивний підхід допомагає значно зменшити рівень професійного вигорання. Фізичні терапевти, які практикують саморефлексію, більш усвідомлено ставляться до своїх емоційних реакцій, що дозволяє зберігати емоційну стабільність навіть у складних робочих ситуаціях.

По-третє, інтеграція саморефлексії у щоденну роботу позитивно вплинула на взаємодію з пацієнтами. Фахівці, які аналізували свої попередні

рішення та підходи, змогли краще адаптувати методики до індивідуальних потреб кожного пацієнта, що підвищило загальну ефективність лікування.

На основі отриманих результатів були сформульовані рекомендації щодо інтеграції самоаналізу та саморефлексії в професійну практику фізичних терапевтів: Ведення рефлексивних щоденників для регулярного аналізу професійної діяльності організація групових обговорень і супервізій для обміну досвідом і отримання зворотного зв'язку, участь у тренінгах і семінарах, спрямованих на розвиток рефлексивних навичок.

Висновки. Проведене дослідження продемонструвало вагому роль самоаналізу та саморефлексії у професійному зростанні фізичних терапевтів. Самоаналіз та саморефлексія є ефективними інструментами для вдосконалення професійних навичок.

Дані процеси дозволяють фізичним терапевтам систематично аналізувати свою практику, виявляти сильні сторони і слабкі місця, а також розробляти конкретні стратегії для їхнього покращення. Застосування рефлексивного підходу допомагає попереджати професійне вигорання.

Перспективи подальшого дослідження. В подальшому планується аналіз та вивчення довгострокового впливу цих процесів на якість надання реабілітаційних послуг. Крім того, головним та важливим напрямком є розробка інтегративних програм, які поєднують рефлексивний підхід із сучасними технологіями для оптимізації професійного розвитку.