

Галуцких Ирина Викторовна

педагог-психолог

Жарикова Марина Юрьевна

тьютор

Ермакова Елизавета Романовна

тьютор

МДОУ «ЦРР – Д/С №4»

п. Майский, Белгородская область

**СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ
В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕФОРМАЦИИ ПЕДАГОГОВ-
ПСИХОЛОГОВ, РАБОТАЮЩИХ С ДЕТЬМИ
С ОСОБЕННОСТЯМИ В РАЗВИТИИ**

***Аннотация:** статья посвящена исследованию эмоционального выгорания в структуре профессиональной деформации педагогов-психологов, работающих с детьми, имеющими особенности в развитии. Авторами представлены результаты исследования эмоционального выгорания педагогов-психологов и рекомендации по профилактике их профессиональной деформации.*

***Ключевые слова:** профессиональная деформация, синдром профессионального выгорания, профессиональная деформация педагога-психолога, профилактика эмоционального выгорания.*

В процессе профессионального развития, так или иначе, происходят изменения личности профессионала: под влиянием требований профессии усиливаются профессионально важные качества, появляются новые, ранее не существовавшие, которые могут негативно сказываться на других сферах жизни специалиста. Если все эти профессиональные изменения приводят к дезинтеграции личности, ее дезадаптации, разрушают ее полноценное функционирование, психологическое и физическое здоровье, то специалисты говорят о возникновении профессиональной деформации. Также возникновение профессиональной деформации связывают с чрезмерным усилением какой-либо одной

черты личности, отдельного профессионально важного качества. Чем дольше продолжается негативное воздействие профессиональной деятельности на человека, тем больше вероятность утверждения изменений в структуре личности, возникновения пограничных состояний. Детерминантами формирования рассматриваемого синдрома выступают производственные условия, содержание и интенсивность труда, психологические особенности личности профессионала. Основываясь на мнениях исследователей, в фокусе внимания которых были изменения личности педагогов-психологов под влиянием профессии, мы можем сделать вывод о том, что профессиональная деформация педагогов-психологов возникает вследствие действия: – собственно факторов профессиональной среды и деятельности, объективных условий ее осуществления; – специфических черт, качеств личности педагога-психолога. Степень и глубина выраженности профессиональной деформации позволяют определить ее различные виды. Профессиональные деформации проявляются на мотивационном, когнитивном, эмоциональном, поведенческом уровнях. В качестве симптомов профессиональной деформации педагога-психолога мы можем выделить следующие ее проявления: – снижение личной значимости и потеря социальной ценности профессиональной деятельности; – восприятие клиента профессиональной деятельности как объекта воздействия, обезличенного обладателя симптоматики; – снижение смысловой составляющей и профессиональной ответственности из-за большого потока клиентов; – преобладание негативного и скептического отношения к родителям и детям; – рост раздражительности и агрессивности из-за высокого уровня нервно-психической напряженности; – повышение уровня конфликтности в сфере межличностных отношений; – апатия и социальная изоляция.

Особую остроту эти проявления приобретают у педагогов-психологов, работающих с детьми, имеющими особенности в развитии.

Нагрузка на педагога-психолога в профессиональной деятельности с указанным контингентом усиливается из-за: – необходимости постоянного повышения теоретической подготовленности специалиста; – высокого уровня ин-

тенсивности познавательной, мыслительной, аналитической деятельности; – сильной перегруженности негативными эмоциями, обусловленными тяжестью заболеваний детей, переживаниями родителей; – низкой динамики, а часто ее отсутствия в состоянии или психологическом статусе ребенка; – неопределенности прогноза развития и трудности оценки результативности профессиональной деятельности.

Данные моменты приводят к утрате чувства значимости собственной деятельности, потере смысла и веры в свои силы. В силу этого, новшества и творческий подход утрачивают свою актуальность, педагог-психолог использует традиционные апробированные методики и средства, так как их эффективность не вызывает сомнения и снимает тревожность по поводу своей несостоятельности в работе.

Педагог-психолог начинает удовлетворяться малым в работе с ребенком с ОВЗ, перестает формулировать социально значимые цели, так как не верит в их достижение. Поэтому усилия педагога-психолога по реализации творческого потенциала ребенка настолько малы, что действительно сводят на нет все взаимодействие с ребенком, делая его безрезультатным. Центрация на формировании жизненных компетенций (согласно ФГОС) часто нарушает осуществление коррекционно-развивающей функции. Общение педагога-психолога и его подопечных переполнено эмоционально, так как специалист оказывает детям поддержку, демонстрирует понимание и готовность быть рядом. Дети эмоционально привязываются, усиливая личную ответственность психолога за их психологическое благополучие и жизнь.

Таким образом, дети с ОВЗ выступают внешним фактором возникновения профессиональных деформаций педагога-психолога, и это проявляется в возникновении эмоциональной зависимости у детей, созависимого поведения у педагога-психолога, искажении профессиональной деятельности специалиста, которое выражается в постановке заведомо легких целей, обеспечивающих психологический комфорт детям. Основным показателем по эмоциональному критерию профессиональных деформаций выступает синдром эмоционального

выгорания. По мнению В.В. Бойко, эмоциональное выгорание – это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующие воздействия. Эмоциональное выгорание представляет собой стереотип эмоционального, чаще всего профессионального поведения. «Выгорание» отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. В то же время могут возникать и дисфункциональные следствия, когда «выгорание» отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности, особенно в стрессогенных видах труда, к которым относится работа с людьми с ограниченными возможностями здоровья. Профилактика профессиональных деформаций предполагает комплексное воздействие на профессионально-личностное развитие специалиста по следующим направлениям: – построение модели эффективного профессионально-личностного развития, моделирование профессиональной деятельности с точки зрения достижения его продуктивности; – контроль процесса профессионально-личностного развития, определение ресурса креативности и создание условий для его реализации; – контроль процесса возникновения синдрома эмоционального выгорания, профессиональных деформаций, разработка комплекса мер по их предотвращению и преодолению; – развитие навыков регуляции поведения и формирование стрессоустойчивости в условиях реализации программы профилактики; – формирование коммуникативной и конфликтологической компетентности педагогов-психологов, работающих с детьми с особенностями в развитии и их родителями. В этой связи можно сделать вывод о том, что программа профилактики профессиональных деформаций должна носить комплексный характер, включая в себя: – психологический компонент, реализация которого происходит посредством: а) психологизации среды, которая выражается в постоянном психологическом просвещении, создании условий для релаксации, формирования навыков психологической само- и взаимопомощи; б) повышения уровня психолого-педагогической компетентности специалиста, формирования его аутопсихологической компетентности через психологическое консультиро-

вание, психотерапию, включение в тренинговые формы работы; – педагогический компонент, реализация которого происходит посредством организации различных форм оценки компетентности и обмена педагогическим опытом, повышения квалификации, реализации профессионально-личностного потенциала в деятельности, участия в конкурсах профессионального мастерства.

Список литературы

1. Гнедова С.Б. Особенности синдрома «эмоционального выгорания» у специалистов коррекционно-развивающего обучения / С.Б. Гнедова // Проблемы исследования синдрома «выгорания» и пути его коррекции у специалистов «помогающих» профессий (в медицинской, психологической и педагогической практике) / под ред. В.В. Лукьянова, С.А. Подсадного. – Курск: Изд-во КГУ, 2011. – С. 35–38.
2. Гусева А.С. Развитие аутопсихологических способностей личности. Методы и технологии / А.С. Гусева, В.В. Лешин.