(cc) BY

Павленко Ольга Геннадьевна
студентка
ФГБОУ ВО «Чувашский государственный
педагогический университет им. И.Я. Яковлева»
г. Чебоксары, Чувашская Республика

ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ

Аннотация*: в статье проанализирован феномен профессионального выгорания педагогов. Автором определены его причины и последствия профессионально-личностного выгорания. В работе представлена разработанная учеными модель профессиональных стрессоров педагогов.*

Ключевые слова*: профессиональное выгорание, профессиональные деструкции, педагогическая деятельность, стресс.*

Одним из главных направлений в исследовании эмоционального выгорания человека является изучение его через призму профессиональной деятельности. Стрессогенные причины профессиональной деятельности педагога являются приоритетным направлением, поскольку данная деятельность требует высочайшей степени мобилизации ресурсов личности педагога, истощение которых влечет нарушения его психологического здоровья.

С постоянным изменением новых ФГОС усиливается психологическое напряжение педагогов, ведь в меняющихся условиях педагог постоянно меняет привычный стиль педагогической деятельности, ищет мотивационные ресурсы для последующей реализации происходящих изменений, систематически улучшает свое профессиональное мастерство и квалификацию. Данные причины повышают риск профессионального выгорания педагогов.

Первой группой причин, обуславливающих профессиональное выгорание педагогов, являются коммуникативные факторы. Педагогическая деятельность – это длительная, интенсивная и эмоционально-насыщенная коммуникация с субъектами образовательных отношений. Возможны конфликтные ситуа-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

ции, поскольку «выгоревшие» опытные педагоги часто доминируют над другими и не готовы воспринимать доводы оппонента по конфликту [5].

Вторая группа причин – личностные факторы. Синдрому профессионального выгорания больше склонны педагоги, которые испытывают постоянный личностный конфликт, особенно связанный с профессиональной деятельностью (например, конфликт между работой и семьей, при котором профессиональная деятельность ущемляет семейные отношения).

Также одной из причин является стремление постоянно доказывать свою компетентность вследствие общественной оценки деятельности педагога.

Быстрее выгорают педагоги-интроверты либо с педантичной и застревающей акцентуациями характера. Их психические процессы инертны, они склонны долго переживать травмирующие события, имеют стойкий аффект и сверхценные идеи.

Профессиональному выгоранию в большей степени подвержены педагоги, профессиональная деятельность которых сопровождается чувством неопределенности и страхом потери рабочего места [5]. В России к ним относятся педагоги старше 50-ти лет, испытывающие страх, связанный с трудностями поиска нового рабочего места, если текущее место работы будет потеряно.

Третьей группой причин являются факторы среды, когда педагог, на фоне постоянного стресса, попадает в условия, в которых от него требуют высокую эффективность профессиональной деятельности. Также к факторам среды, влияющим на профессиональное выгорание педагогов, относится повышенная продолжительность рабочего дня, переработки, высокая динамика работы, значительный объем работы в крайне ограниченные сроки, социальная оценка результатов его деятельности.

Исследователи разработали модель профессиональных стрессоров педагогов, которые они объединяют в три блока.

1. Социально-психологические и социально-экономические предпосылки: уровень развития системы социальных связей и служб социально-психологической поддержки; социально-экономический уровень развития страны; уровень развития системы образования.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

2. Условия трудовой деятельности: морально-социально-психологический климат в рабочем коллективе; тип управленческой деятельности в организации; тип организационной структуры; специфика организационных процессов.

3. Содержание труда: объем работы; стремления и мотивы самого педагога; соответствие его должности профессиональному уровню; особенности общения с руководством, коллегами, детьми (педагог может там найти эмоциональную и профессиональную поддержку); интенсивность профессионального совершенствования педагога.

Исследования С.В. Пазухиной [4] показали, что на уровень профессионально-личностного выгорания педагогов оказывают влияние такие психологические и социальные причины, как индекс жизненной удовлетворенности (интерес к жизни, последовательность этапов в достижении поставленных целей, адекватная в сторону положительной оценка самого себя, особенности настроения); самооценка профессиональной самоэффективности (самооценка профессиональных успехов, удовлетворенность своими достижениями в труде; желание достигать высокие цели), профессионально-педагогическая мотивация (профессиональные потребности, интерес к педагогической работе, любознательность, неравнодушное отношение к результатам своей деятельности).

У педагогов, загруженных различными функциями в условиях контактного и цифрового, меняется режим труда и отдыха, диагностируется уровень жизненной удовлетворенности. В результате они имеют недостаточный уровень самоэффективности, испытывают страх перед сложными или новыми задания, особенно в условиях цифровизации.

Причинами и следствием профессионально-личностного выгорания педагогов, даже начинающих [1], меняется мотивация: снижается уровень выраженности профессиональных потребностей, интереса к профессионально-творческой деятельности. На смену этому приходит равнодушие и показная значимость деятельности.

О.А. Веселова также выявила корреляцию уровня профессиональной мотивации и уровня личностно-профессионального выгорания у педагогов, о которых речь идет в статье [3].

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Профессиональное выгорание педагогов однозначно сказывается на педагогической деятельности: выявляются психоэмоциональное истощение, глубокая усталость циничное или безразличное отношение к субъектам педагогической деятельности, снижается профессиональная мотивация, появляются чувства некомпетентности [2].

В связи с вышеизложенной актуальной проблемой являются вопросы наставничества для молодых педагогов и непрерывного психологического сопровождения деятельности опытных педагогов для пропедевтики либо устранения синдрома профессионального выгорания.

Список литературы

1. Велиева С.В. Особенности психических состояний у начинающих воспитателей с разной степенью профессионального выгорания / С.В. Велиева, Н.Ю. Ярабаева // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2021. – Т. 10. №4 (37). – С. 290–294. DOI 10.26140/anip-2021-1004-0070. EDN FONZMQ

2. Велиева С.В. Связь симптомов профессионального выгорания и психических состояний педагогов / С.В. Велиева, О.С. Пиняева // Культурогенезные функции дошкольного образования: развитие инновационных моделей. – 2019. – С. 60–62. EDN UFJMWO

3. Веселова О.А. Профессиональная мотивация и уровень эмоционального выгорания у педагогов / О.А. Веселова // Вестник науки и образования. – 2019. – №18 (72). – С. 96–98. EDN IRMOTK

4. Пазухина С.В. Психолого-социальные причины профессионально-личностного выгорания современного школьного педагога / С.В. Пазухина // Концепт. – 2022. – №12. – С. 47–61.

5. Погорелов Д.Н. Факторы, обуславливающие профессиональное выгорание педагогов в условиях введения федеральных государственных образовательных стандартов общего образования / Д.Н. Погорелов // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. – 2018. – №2 (35). – С. 78–85. EDN XQZFRB

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)