

УДК 37.088.2

А. Е. Дупиенко,

факультет психологии и педагогики,

Омский государственный педагогический университет

Научный руководитель: канд. пед. наук, доц. А. Ю. Асриев

Система профилактики синдрома профессионального выгорания педагогов в образовательной организации, работающей с детьми с ОВЗ

Аннотация. В статье рассматривается понятие профессионального выгорания, его признаки и стадии, а также особенности его проявления у педагогов, работающих с детьми с ОВЗ. Изучаются возможности социально-психологической службы в профилактике данного явления. Представлен опыт работы профилактической работы на базе Городского центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи г. Омска.

Ключевые слова: синдром профессионального выгорания, профилактика выгорания, выгорание педагогов, дети с ОВЗ.

Общество невозможно представить без системы образования, а следовательно, без представителей педагогических профессий. Современная педагогика очень сильно развита и имеет множество ответвлений, каждое из которых требует от человека определенных, иногда весьма специфических, умений, навыков и знаний. В данный момент представители педагогических профессий находятся в обстановке, где очень быстро происходят множественные изменения, и, чтобы соответствовать требованиям системы образования, им необходимо прикладывать немалые усилия и успевать за новшествами. Такой стремительный темп среды приводит к тому, что человек находится в состоянии эмоционального, психического и физиологического возбуждения, а это приводит к возникновению стрессов. Стрессы, в свою очередь, создают благоприятную среду для развития у человека синдрома профессионального выгорания.

Профессиональное выгорание человека — тема, которая долго не освещалась в психологических и тем более в педагогических науках. Первые данные о феномене выгорания появились в американской психологии в 1974 г. в работах Г. Дж. Фрейденберга [7]. На первых этапах изучения данного психологического явления ученые активно обращали внимание на основные составляющие феномена выгорания, а также на его внутренние и внешние связи в системе влияния на человека или группу людей, затем вывели конкретное

определение данного синдрома как полноценного психологического явления. Под термином «профессиональное выгорание» стали понимать следующее: форма трудового стресса, которая связана с такими явлениями, как организационная культура, удовлетворенность трудом, текучесть кадров [4, с. 455].

В 1970-х гг. проблему профессионального выгорания активно разрабатывали в своих исследованиях американские ученые К. Маслач и С. Джексон. Они смогли разработать многофакторную теорию эмоционального выгорания [3], в которой данное явление имеет три основных симптома, проявляемых в разной степени: эмоциональное истощение, деперсонализация и редукция профессиональных достижений

Среди отечественных ученых изучением симптомов профессионального выгорания занимались Т. А. Труфанова и Н. Ф. Синяткина [6]. В своих трудах они разделили симптомы профессионального выгорания на три группы: поведенческие, психофизические и социально-психологические.

Также известны факторы, влияющие на возникновение синдрома профессионального выгорания, которые можно разделить на две большие группы: личностные и организаторские [5].

Говоря о факторах выгорания, важно отметить, что существуют рабочие сферы, специалисты которых в наибольшей степени подвержены синдрому профессионального выгорания. Педагогическая профессиональная сфера подразумевает, что

сотрудник обязан постоянно взаимодействовать с различными категориями людей. Больше всего педагоги контактируют с детьми, а это требует больших затрат эмоциональных, временных и даже физиологических ресурсов. Конечно, каждый человек, имеющий работу, подвержен влиянию выгорания, однако работники педагогической сферы имеют куда больше причин для выгорания, чем представители многих других профессиональных сфер.

Нельзя обойти стороной педагогов, которые работают с детьми с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Их труд имеет отдельную специфику, которая усугубляет проблему выгорания у данной профессиональной группы. Дети с ограниченными возможностями здоровья — дети, которые имеют различные психические или физические отклонения в развитии [3]. Нарушения развития могут быть самыми разнообразными и часто присутствуют у ребенка в комплексе. По этой причине педагог детей с ОВЗ обязан уметь использовать специальное оборудование и техники, а также постоянно обучаться новым способам работы с особенностями детей. Помимо технологического аспекта немалую роль играет и эмоциональная сторона данной работы. Педагог должен бороться с чувством жалости к детям, а также, в особо сложных случаях, где очень трудно помочь ребенку, нужно перебарывать чувство собственной бесполезности и беспомощности.

Отметим и социальную специфику работы с детьми с ОВЗ. Педагог должен грамотно выстраивать диалог с родителями этих детей, и чаще всего это сделать крайне сложно, ведь родители либо агрессивно отрицают диагноз ребенка, либо пытаются переложить всю ответственность на педагогов [1]. Редки те случаи, когда родители идут на сотрудничество.

Таким образом, мы видим, что педагоги, работающие с детьми с ОВЗ, действительно в огромной степени подвержены влиянию синдрома профессионального выгорания, а это говорит о том, что с ними необходимо проводить профилактическую работу. Данная работа должна включать в себя несколько направлений: информационное, деятельностное и консультативное. Так, в рамках информационного направления будут предусмотрены групповые лекции и беседы, которые позволят педагогам получить необходимые знания о синдроме выгорания и о способах борьбы с ним. Деятельностное направление будет содержать тренинговые занятия, которые позволят педагогам на практике отработать необходимые навыки, чтобы самостоятельно бороться с выгоранием. Консультативное направление позволит проводить групповые и индивидуальные консультации с педагогами, чтобы помочь им найти ответы на конкретные и личные вопросы.

В данный момент программа находится на начальной стадии реализации.

1. Кузьмичева Т. В., Афонькина Ю. А. Взаимодействие родителей детей с ОВЗ с педагогами в условиях инклюзивного образования // Проблемы современного педагогического образования. — 2022. — № 77-3. — С. 111–114.
2. Маслач К. Профессиональное выгорание: как люди справляются // Практикум по социальной психологии. — СПб. : Питер, 2001. — 234 с.
3. Михайлова М. Ф. Особенности работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья // Проблемы науки. — 2022. — № 3 (71). — С. 70–76.
4. Неруш Т. Г. Основные этапы изучения синдрома выгорания // Изв. Саратов. ун-та. Новая серия. Сер. «Филология. Психология. Педагогика». — 2017. — Т. 17, вып. 4. — С. 454–458.
5. Перепелкина Н. А. Профессиональное выгорание педагога как препятствие на пути к профессиональной самореализации // Гуманитарный научный журнал. — 2017. — № 1. — С. 38–42.
6. Труфанова Т. А., Синяткина Н. Ф. Профессиональное выгорание персонала: причины, симптомы, профилактика // Эффективные HR-технологии и практики в современных компаниях России : сб. ст. Всерос. науч.-практ. конф. — Тамбов : Изд-во Тамбов. гос. ун-та им. Г. Р. Державина, 2014. — С. 167–177.
7. Freudenberger H. Staff burnout // Journal of Social Issues. — 1974. — Vol. 30. — P. 159–165.