

УДК 159.942.5

А. Т. Багаутдинова,факультет экономики, менеджмента, сервиса и туризма,
Омский государственный педагогический университет
Научный руководитель: канд. пед. наук, доц. М. М. Амренова

Исследование проблемы эмоционального выгорания у педагогов профессионального образования

Аннотация. В статье рассматривается процесс исследования проблемы эмоционального выгорания у педагогов профессионального образования, представлены факторы на основе изучения теоретических источников, а также экспериментальные результаты, полученные исследователями, по проблемам эмоционального выгорания у педагогов колледжа.

Ключевые слова: факторы эмоционального выгорания, педагог профессионального образования, эмоциональное общение.

Ежедневно миллионы преподавателей по всему миру посвящают себя сложной и ответственной миссии — подготовке будущих специалистов. Их работа, особенно в профессиональных учебных организациях, играет критически важную роль в формировании личности и профессиональном становлении обучающихся. Педагоги не просто передают знания, но и формируют будущее, обучая квалифицированных работников, способных эффективно функционировать на своих рабочих местах. Эта роль, несомненно, очень важна, и именно поэтому на педагогов профессионального образования возложена колоссальная ответственность за качественное и эффективное сопровождение образовательного процесса. Преподаватели выступают в качестве наставников, координаторов и менторов, помогая обучающимся в освоении материала. Их вклад далеко выходит за рамки простого преподавания, вследствие чего может быть положено начало для формирования многочисленных основополагающих причин синдрома «эмоционального выгорания» у педагогов. Данное понятие представляет собой набор психических переживаний, возникающий из-за частых стрессов и насыщенности эмоционального общения в профессиональной жизни [3].

И. В. Демидова и Т. С. Кожевникова обращают внимание на то, что профессия преподавателя относится к «группе риска» по частоте нарушений здоровья, так как это, прежде всего, нагрузка на морально-психологическое состояние педагогов [2].

Очень часто педагогам профессионального образования, работающим в сфере «человек —

человек», в частности молодым преподавателям, приходится непросто в процессе взаимодействия с обучающимися. Причинами этого могут являться неспособность педагогов мгновенно погрузиться в трудовую деятельность, отсутствие опыта и практических навыков, недостаточная поддержка старших товарищей и коллег. И, как следствие, возникают стрессовые ситуации. Что касается опытных преподавателей, у них проявляется эмоциональная и энергетическая недостаточность из-за больших нагрузок на рабочем месте. Это может пагубно отразиться на состоянии иммунитета на фоне когнитивного и психологического напряжения.

Н. С. Пряжников и Е. Г. Ожогова подразделяют основные факторы эмоционального выгорания на несколько групп:

- 1) индивидуальные (семейное положение, образование, самооценка, стиль сопротивления и др.);
- 2) организационные (условия работы, рабочие перегрузки, содержание труда, стиль руководства и т. д.);
- 3) особенности профессиональной деятельности и требования профессии [4].

Все эти факторы оказывают негативное влияние на состояние педагога и выбивают из привычного ритма жизни.

Изучение психолого-педагогической литературы по теме статьи показало, что для диагностики проблемы эмоционального выгорания у педагогов профессионального образования был проведен ряд исследований в основном с использованием методики В. В. Бойко «Диагностика “эмоционального выгорания”».

В. С. Третьякова и Н. А. Галюк с М. В. Зуевой описывают исследование проблемы эмоционального выгорания у педагогов колледжей. Экспериментальная выборка состояла из 63 педагогов различных возрастных категорий (В. С. Третьякова) и из 124 педагогов, среди которых были преподаватели, профессиональный стаж которых составлял до пяти лет и более лет (Н. А. Галюк, М. В. Зуева). Исследования проводились с использованием методов изучения литературы, систематизации, наблюдения.

В результате выяснилось, что наименее выраженными симптомами эмоционального выгорания у педагогов являются «эмоциональный дефицит», «неудовлетворенность собой» и «тревога и депрессия». Однако доминирующими симптомами стали «редукция профессиональных обязанностей», «расширение сферы экономии эмоций», «психосоматические и вегетативные нарушения» и «эмоционально-нравственная дезориентация».

Преподаватели с более продолжительным стажем работы (более пяти лет) сильнее расположены к возникновению эмоционального выгорания [1; 5].

В заключение можно отметить, что проблема эмоционального выгорания не теряет свою актуальность в педагогической профессии. Для предотвращения развития эмоционального выгорания необходимо принять комплексные меры для оптимизации рабочей среды и организовать доступность психологической помощи. Только в этом случае можно обеспечить здоровье и благополучие преподавателей и гарантировать высокое качество образовательного процесса. Дальнейшие исследования должны быть направлены на разработку более эффективных методов профилактики синдрома «эмоционального выгорания» у педагогов профессионального образования, учитывающих специфику их профессиональной деятельности и индивидуальные особенности преподавателя.

1. Галюк Н. А., Зуева М. В. Особенности эмоционального выгорания у педагогов с разным стажем профессиональной деятельности // Молодой ученый. — 2023. — № 9 (456). — С. 338–342.

2. Демидова И. В., Кожеевникова Т. С. Профессиональное выгорание педагогов среднего профессионального образования // Медицина и здравоохранение : материалы III Междунар. науч. конф. (г. Казань, май 2015 г.). — Казань : Бук, 2015. — 102 с.

3. Ожогова Е. Г. Синдром «психического выгорания» в работе педагога и профессиональные стратегии поведения // Психология и школа. — 2006. — № 2. — С. 107–120.

4. Пряжников Н. С., Ожогова Е. Г. Стратегии преодоления синдрома «эмоционального выгорания» в работе педагога // Психологическая наука и образование. — 2008. — № 2. — С. 103.

5. Третьякова В. С. Исследование синдрома эмоционального выгорания в педагогической среде // Профессиональное образование и рынок труда. — 2019. — № 2. — С. 71–85.