

Коробкова Анастасия Александровна

студентка

Научный руководитель

Романова Юлия Владимировна

канд. пед. наук, доцент, преподаватель

ФГБОУ ВО «Липецкий государственный педагогический
университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского»

г. Липецк, Липецкая область

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГА КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНОЙ НЕУСПЕШНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

***Аннотация:** многочисленные исследования ученых показывают, что профессиональное выгорание является распространенным негативным явлением среди педагогов. Учитель, страдающий от профессионального «выгорания», влияет на развитие личностных качеств и учебной успеваемости своих учеников таким образом, что они проявляют большую тревожность, имеют менее высокие показатели самооценки, школьной мотивации и успеха в учебе.*

***Ключевые слова:** профессиональное выгорание, школьная неуспешность, эмоциональное истощение, профессиональная эффективность, удовлетворенность, психологический климат.*

В последние десятилетия в России произошли изменения в экономике, политике, обществе и культуре, которые повысили требования к педагогам. Теперь от них требуется более высокий уровень интеллекта, профессионализма, а также развитие способностей и талантов. Поэтому, необходимо переоценить понятие успеха в образовании, перефразируя его, чтобы включить в эту концепцию не только академические достижения, но и здоровье и благополучие учащихся.

При проведении уроков с акцентом на личностно-ориентированном обучении важно изучить факторы, которые могут помешать созданию гуманных от-

ношений между учителем и учеником. В таких условиях роль личности учителя, влияющей на развитие его учеников, становится более значимой.

Исследователи интересуются тем, как изменяется личность специалиста, который подвержен синдрому профессионального «выгорания» [3–4].

Различие между увеличивающимся рабочим давлением в социально-экономических профессиях, включая педагогическую, которое приводит к профессиональному «выгоранию», и отсутствием изучения влияния этого синдрома на личностное и профессиональное развитие младших школьников, было обнаружено в работах многих исследователей данной проблемы.

По мнению Ц. Сунь, профессионально выгорающий педагог испытывает эмоциональное напряжение, уменьшение активности организма, усталость, чувство истощения, недовольство условиями работы, а также нехватку внутренних ресурсов для комфортной деятельности [3]. М.И. Эльбуздукаева отмечает, что с течением времени у педагога появляется формальное отношение к своей работе, отсутствие интереса к целям и ценностям организации, что несовместимо с педагогической профессией, в которой учитель должен быть искренне заинтересован в личностном развитии каждого ученика. Учитель, по мнению автора, должен не только передавать знания и воспитывать, но и вдохновлять своим личным примером, пробуждать у учеников интерес к поиску истины, разжигать в них искру любопытства, инициировать школьников к собственным открытиям, увлекать их выполнением практических работ, активно помогать извлекать знания из опыта. Все это требует полной преданности, эмоциональной вовлеченности и самоотдачи [5].

Согласно М.Д. Алехину, профессиональное выгорание учителя может привести к деформации личности, что может негативно сказаться на психологическом благополучии учащихся [1]. По словам Ю.А. Власовой, оно также свидетельствует о нарушении определенных аспектов психического здоровья учителя [2].

Субъективное благополучие учителей является ключевым фактором для создания психологически комфортной и безопасной образовательной атмосферы. Оно сильно влияет на психологический климат в классах, на взаимоотно-

шения с учащимися и другими участниками образовательного процесса, а также на уровень удовлетворенности трудом.

В работах В.В. Бойко, Д.Р. Мерзляковой и Ю.С. Мороза анализируются различные аспекты проблемы эмоционального выгорания в профессиональном общении.

Различные факторы, такие как личностные, социальные, эргономические, экономические и другие, называются влияющими на профессиональное выгорание педагога.

Несмотря на изучение отдельных аспектов выгорания педагогов в исследованиях ученых, современные условия цифровизации образования требуют отдельного изучения причин этого феномена [3]. Следовательно, чтобы решить основную проблему, стоящую перед учеными и практиками сегодня, необходимо обеспечить психологическую безопасность личности в процессе обучения в условиях цифровизации, создать удобную психологическую среду, сохранить и укрепить психическое здоровье учащихся, принимая меры по устранению или смягчению рисков развития профессионального выгорания у учителей.

В современных условиях педагоги должны быстро осваивать различные информационные технологии и цифровые платформы обучения, а также приспособливаться к различным форматам занятий (онлайн, в классе), что приводит к появлению новых проявлений синдрома профессионального выгорания. Однако обязательно требуется провести более детальное исследование и установить причины, приводящие к развитию этого синдрома [5].

Появление выгорания вызвано физическим, эмоциональным и умственным истощением и служит психологическим механизмом защиты личности.

Также существуют исследования, где изучается профессиональное выгорание независимо от травматических ситуаций, возникающих на рабочем месте [2].

Процесс выгорания учителя – это постепенно развивающийся сложный процесс с определенными этапами и причинами, которые имеют свои особенности при цифровизации [2].

Характерные признаки этого расстройства проявляются на разных этапах его формирования, и их количество может достигать до сотни. Некоторые из них связаны с психосоматическими проблемами, а другие – с личностными особенностями.

В формировании синдрома профессионального «выгорания» эмоциональный аспект имеет большое значение. Рассмотрим, как эмоции учителя влияют на процесс обучения учеников.

Во многом обучающиеся оценивают свои предметы изучения в эмоциональном отношении в большей степени благодаря личности учителя, который играет важнейшую роль в учебном процессе [4].

Когда педагог объединяет доброту, внимательность, естественную открытость и справедливость с образованностью, талантом и способностью пробуждать интерес к учебе, это оказывает особое воздействие и вызывает у учеников положительные эмоции от него. Именно поведение учителя оказывает влияние на формирование отношений с учащимися в процессе их обучения и воспитания. В атмосфере любви, доброты, доверия и уважения ученики становятся более открытыми для педагогического воздействия. Проявление внимания и доброго отношения со стороны учителя приносит ученикам радость и благодарность, способствует установлению душевного контакта и улучшению отношений между учителем и учениками [4].

Важную роль в воздействии на эмоции играет то, насколько эмоционально и выразительно выступает учитель. Особое значение имеет общая эмоциональная атмосфера, отношение к учащимся и уровень коммуникативных умений.

Экспрессивность учителя, его эмоциональная окраска речи и использование интонационных средств помогают создать эмоциональную выразительность, что способствует более глубокому пониманию учебного материала и ярче описываемым событиям для учеников.

Учителем, сочетающим передачу знаний с эмоциональной поддержкой, обеспечивается более глубокое усвоение и запоминание информации, а также ее более эффективное использование в будущем.

Учитель выделяет учебный материал, добавляя эмоциональные элементы, чтобы сделать его более привлекательным и запоминающимся для учеников, и способствует формированию позитивного отношения к нему [5].

Актуальность изучаемого материала, интересное проведение уроков, использование разнообразных методов обучения, вовлеченность учителя и его эмоциональное отношение к предмету – все это способствует улучшению обучения и вызывает положительные эмоции учеников.

Важное значение имеет эффективное общение между участниками образовательного процесса, так как оно способствует созданию благоприятной атмосферы для учащихся. Взаимодействие с другими участниками образовательной среды помогает удовлетворить потребность учащихся в социальной активности.

Эффективная коммуникация влияет на эмоциональное состояние участников учебного процесса, поддерживает интерес к совместной работе, стимулирует обмен опытом и знаниями, и способствует активизации любой деятельности [1].

Для успешного учебного взаимодействия необходимо сотрудничество с целью достижения общего результата. Это можно достичь различными способами, такими как использование организационных форм, деловые игры, ролевые игры, совместная деятельность с распределением задач, работа в малых группах.

Это вызывает интерес, приносит радость и вызывает позитивные чувства. В процессе общения происходит взаимная оценка личностных качеств участников, важности темы разговора и отношений друг к другу. Чтобы обеспечить успешное общение, необходимо, чтобы оно привлекало эмоциональный интерес у всех участников.

Учитель должен проявлять такое поведение по отношению к учащимся, чтобы они чувствовали свою важность для него. Чтобы достичь этого, важно выявить индивидуальные качества каждого ученика и активно поддерживать их, а не только обнаружить, но и сообщить им об этом.

Также важно, чтобы учащийся ощущал искренний интерес со стороны учителя к его делам, чувствам и настроению. Положительная оценка усилий учащегося и его результатов должна быть выражена через поощрение, похвалу

и создание ситуаций успеха в процессе обучения, чтобы учащиеся относились к урокам и учителю с позитивными эмоциями.

Можно сделать вывод, что эмоциональный фактор играет ключевую роль в учебно-воспитательной деятельности, влияя на успех эмоционального воздействия, мобилизацию учащихся и их активность в образовательном процессе [3]. Субъективное благополучие учителей играет ключевую роль в создании психологически комфортной и безопасной образовательной среды. Оно оказывает значительное влияние на психологический климат в классах и коллективе педагогов, на стиль общения и взаимоотношения с учениками и другими участниками образовательного процесса, а также на удовлетворенность своей работой и другие аспекты.

Таким образом, уровень устойчивости к синдрому профессионального выгорания является уникальной чертой каждого учителя. Эта устойчивость имеет большое значение для профессиональной деятельности учителя и оказывает существенное влияние на взаимодействие между учителем и учеником. Различные аспекты синдрома профессионального «выгорания», такие как эмоциональное истощение, деперсонализация и снижение личных достижений, отрицательно влияют на личностные черты и учебную активность школьников. Ученики, которые учатся у учителей, находящихся на стадии профессионального «выгорания», проявляют большую тревожность, имеют низкие показатели самооценки, мотивации к учебе и успеваемости в школе.

Список литературы

1. Алехин М.Д. Профилактика профессионального выгорания учителей / М.Д. Алехин [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46182598> (дата обращения: 17.01.2024).

2. Власова Ю.А. Профессиональное выгорание учителя как проявление деструктивных стратегий адаптации к современным проблемам в образовании / Ю.А. Власова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://s.esrae.ru/ovv/pdf/2020/1/1319.pdf> (дата обращения: 17.01.2024).

3. Сунь Ц. Профессиональное выгорание учителей с позиции личностных особенностей и занимаемой должности / Ц. Сунь, О.А. Анисимова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?edn=efijpu> (дата обращения: 17.01.2024).

4. Шпаковская О.А. Инновационное поведение учителя в современном образовательном процессе: как не получить эмоциональное выгорание / О.А. Шпаковская [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?edn=ngfycu> (дата обращения: 17.01.2024).

5. Эльбуздукаева М.И. Синдром эмоционального выгорания учителей / М.И. Эльбуздукаева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36868737> (дата обращения: 17.01.2024).