

Уманская Эльвира Энзировна

директор

АНО Центр интеллектуальной культуры и спорта «Каисса»

г. Москва

**ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ
У ТРЕНЕРОВ-ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ПО ШАХМАТАМ И ПЕДАГОГОВ,
РЕАЛИЗУЮЩИХ В ШКОЛЕ ПРОГРАММЫ
ШАХМАТНОГО ВСЕОБУЧА**

Аннотация: в статье содержатся результаты сравнительного анализа эмоциональных проявлений у тренеров-преподавателей по шахматам и учителей, реализующих программы шахматного всеобуча в школе, синдрома эмоционального выгорания. Выявлена специфика развития данного синдрома, в зависимости от содержания деятельности педагогов шахматного образования.

Ключевые слова: тренер-преподаватель по шахматам, профессиональное выгорание, эмоциональное истощение, редукция профессиональных достижений.

Проблема профессионального выгорания тренера-преподавателя по шахматам еще не стала предметом научных исследований, несмотря на то что их профессиональная деятельность сопряжена с огромными рисками психоэмоциональных состояний и переживаний.

Исследователями отмечается, что психологические особенности профессиональной деятельности тренера по шахматам заключаются в повышенных требованиях к его аналитическим, прогностическим, метакогнитивным способностям [7], а также к профессионально важным качествам личности даже не педагога, а психолога [4].

Следует также акцентировать внимание на том факте, что, согласно новым профессиональным стандартам, профессия тренера рассматривается сейчас как

синтез тренера и педагога, выполняющего функции не только спортивного развития обучающихся, но и гармоничного развития их личности, функции образования, формирования личности, воспитания, оздоровления [6].

Тренер-преподаватель по шахматам, по сути, учит воспитанников самостоятельно мыслить [1]. При этом исследователями отмечается, что эффективность тренировочного процесса достигается только при определенном высоком уровне психического напряжения [3]. Поддержание такого уровня, управление функциональным состоянием спортсмена – одна из сложных задач тренера по шахматам [2].

Выполнение такой задачи неизбежно связано с риском возникновения и развития у тренеров по шахматам эмоционального выгорания, что приводит не только к снижению качества их профессиональной деятельности, но и к ухудшению их психического здоровья [5]. Среди немногочисленных работ, посвященных рассмотрению особенностей труда тренера-преподавателя по шахматам, отсутствуют исследования проблемы его профессионального выгорания. Помимо этого, в связи с развитием шахматного всеобуча, актуальными становятся и проблемы профессионального (эмоционального) выгорания учителей общеобразовательных школ, реализующих программы шахматного образования. Для разработки продуктивных стратегий и программ психологической поддержки педагогов по шахматам необходимы эмпирически подтвержденные сведения об особенностях проявлений и уровня сформированности у них синдрома эмоционального выгорания.

В связи с актуальностью обозначенной проблемы, целью исследования стало изучение особенностей эмоциональных проявлений профессионального выгорания тренеров-преподавателей по шахматам и учителей, реализующих программы шахматного всеобуча в школе.

В исследовании приняли участие 118 тренеров-преподавателей по шахматам, чей стаж профессиональной деятельности составил от 3-х до 26 лет (средний возраст – 43,4 года) и 118 учителей начальных классов, реализующих программы

шахматного образования в школе. Методическую основу исследования составили: известный опросник Maslach Burnout Inventory (MBI) и Определение психического выгорания (ОПВ).

Выявлено, что эмоциональные проявления профессионального выгорания значимо выше в группе учителей, чем в группе тренеров-преподавателей.

Так, результаты исследования, проведенного с помощью методики MBI, свидетельствуют о том, что между двумя исследовательскими группами существуют статистически достоверные различия в показателях каждого структурного компонента профессионального выгорания. При этом, если показатели эмоционального истощения ($t = 2,42$; $p < 0,05$) и деперсонализации ($t = 3,93$; $p < 0,001$) значимо ниже в группе тренеров, чем в группе учителей, то показатели редукции личностных достижений, напротив, значимо выше именно в группе тренеров ($t = 2,02$; $p < 0,05$) (рис. 1).

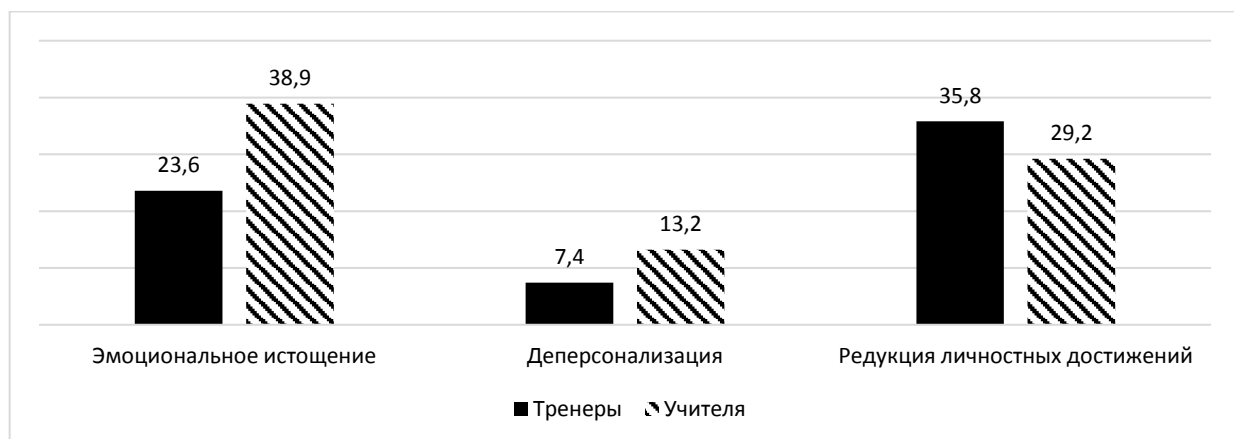


Рис. 1. Результаты исследования профессионального выгорания по методике MBI

У многих тренеров по шахматам выявлено снижение самооценки своих профессиональных достижений. Негативная оценка своей значимости, снятие с себя ответственности за спортивные неудачи своих учеников могут свидетельствовать, во-первых, о неудовлетворенности профессиональной деятельностью, об эмоциональном напряжении, связанном с нарастанием переживаний по поводу отсутствия спортивных результатов, развитию убеждения в том, что их профессиональная деятельность «никому не нужна» и в целом бесполезна.

Так или иначе, но содержание эмоционального выгорания учителей и тренеров-преподавателей по шахматам отличается друг от друга.

Об этом свидетельствуют результаты дальнейшего исследования.

Так, изучение степени выраженности у респондентов двух исследовательских групп психического выгорания показало, что многие тренеры-преподаватели обладают высоким уровнем профессиональной мотивации ($t = 3,10$; $p < 0,01$) в сочетании, однако, с формирующейся усталостью и эмоциональной отстраненностью от переживаний успехов-неудач в достижении целей профессиональной деятельности (рис. 2).

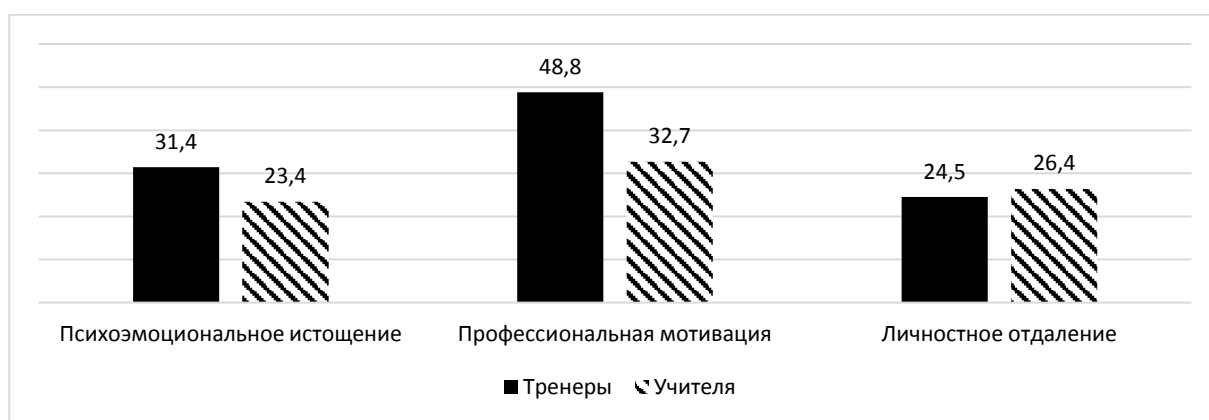


Рис. 2. Результаты исследования психического выгорания по методике ОПВ

Таким образом, накопление негативных эмоций, связанных с профессиональной деятельностью в связи с наличием и высокой профессиональной мотивацией, и завышенной оценкой себя как профессионала и шахматиста, не находят выхода и становятся источником неудовлетворенности результатами своей деятельности. Если у учителей, реализующих программы шахматного образования, выявлен значимо высокий уровень эмоционального выгорания, что связано скорее с их педагогической деятельностью, то у тренеров-преподавателей по шахматам – неудовлетворенность результатами своей деятельности, снятие с себя ответственности за такие результаты, обвинение в них внешних обстоятельств и, как следствие, обесценивание тренерской работы, критика себя за излишние переживания по поводу недостаточных, в их представлении, спортивных результатов своих учеников.

Список литературы

1. Алифиров А.И. Развитие интеллектуальных способностей студентов посредством игры в шахматы / А.И. Алифиров, А.В. Зарывкина // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2016. – №1. – С. 12–24. EDN XINQHR
2. Результаты лонгитюдного диагностического исследования по проекту «Шахматы для общего развития» / О.В. Глухова, С.В. Воликова, Ю.В. Зарецкий, В.К. Зарецкий // Консультативная психология и психотерапия. – 2022. – Т. 30. №4. – С. 49–75. DOI 10.17759/cpp.2022300404. EDN BUSGQY
3. Гутенев М.Ю. Влияние шахматной игры на развитие творческого потенциала личности / М.Ю. Гутенев // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Социально-гуманитарные науки. – 2014. – Т. 14. №3. – С. 57 – 62. EDN SSYPPI
4. Задохина Н.А. Влияние игры в шахматы на развитие познавательной активности младших школьников / Н.А. Задохина // Аллея науки. – 2020. – №11 (50). – С. 5–10.
5. Марков К.К. Тренер – педагог и психолог / К.К. Марков. – Иркутск: ИрИИТ, 1999. – 252 с.
6. Уманская Э. Социокультурные функции шахмат / Э.Э. Уманская // Двигатель. – 2012. – №1 (79). – С. 61–62.
7. Щербинин М.Н. Шахматы как форма самопознания / М.Н. Щербинин, В.С. Мартиш // Вестник Челябинского государственного университета. – 2017. – №13 (409). Вып. 46. – С. 78–81. EDN QHTRZF