

Кузьмина Юлия Андреевна

студентка

Научный руководитель

Дормидонтов Роман Александрович

канд. пед. наук, доцент

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

г. Липецк, Липецкая область

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ДЕСТРУКЦИИ У ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА В КОРРЕКЦИОННОЙ ШКОЛЕ. СПОСОБЫ ИХ ПРОФИЛАКТИКИ

***Аннотация:** в статье автор рассматривает основные факторы, способствующие возникновению профессиональных деструкций. Подробно изучено явление у педагогов-психологов в коррекционной школе, его причины и способы борьбы с ним.*

***Ключевые слова:** выгорание, педагог-психолог, профессиональная деструкция, коррекционная школа, профилактика.*

В современном образовательном пространстве, особенно в таких специализированных учреждениях, как коррекционные школы, профессиональные деструкции у педагогов-психологов являются актуальной и значимой проблемой. Учреждения, занимающиеся обучением и воспитанием детей с особыми потребностями, предъявляют к своим сотрудникам не только высокий уровень профессионализма, но и эмоциональную устойчивость. Однако, в связи с постоянным давлением и многочисленными трудностями, с которыми эти педагоги-психологи сталкиваются на ежедневной основе, они подвергаются риску профессионального выгорания и других деструктивных изменений. Важно осознавать, что подобные профессиональные деструкции могут иметь далеко идущие последствия, затрагивая не только самих педагогов, но и их учеников, а также всю образовательную среду, в которой они функционируют.

Профессиональные деструкции, или профессиональное выгорание, проявляются в снижении работоспособности, эмоциональном истощении и цинизме по отношению к своей работе. Важно осознавать, что такие состояния могут существенно повлиять на качество оказываемой помощи учащимся и на общую атмосферу в образовательном учреждении [1].

Профессиональное выгорание, которое также известно под термином эмоциональное выгорание, представляет собой состояние, характеризующееся глубоким чувством усталости и истощенности, возникающее в результате длительного и интенсивного воздействия профессиональных нагрузок. Это явление часто встречается среди работников различных сфер деятельности, особенно тех, кто ежедневно сталкивается с высоким уровнем стресса и эмоциональной нагрузки. Эмоциональное выгорание проявляется в снижении работоспособности, уменьшении чувства удовлетворения от выполненной работы и даже в потере интереса к профессиональной деятельности, что может негативно сказаться не только на личной жизни специалиста, но и на всей организации, в которой он трудится.

В нашем исследовании углубимся и более детально рассмотрим несколько мнений и точек зрения такого явления, как «профессиональная деструкция».

В своих трудах Э.Ф. Зеер уделяет особое внимание такой важной теме, как профессиональные деструкции. Он описывает их как те изменения, которые происходят в устоявшейся системе деятельности и в характере личности профессионала, при этом такие изменения оказывают негативное воздействие на эффективность его работы и на качество взаимодействия с коллегами и другими участниками профессионального процесса. Это явление, по мнению Зеер, может привести к снижению продуктивности и ухудшению рабочих отношений, что в свою очередь может негативно сказаться на общих результатах труда [3].

С другой стороны, Э.Э. Сыманюк в своих исследованиях также акцентирует внимание на профессиональных деструкциях, рассматривая их как процесс, который в любой момент времени представляет собой разрушение или нежелательное изменение какой-либо структуры, связанной с профессиональной деятельностью. Сыманюк подчеркивает, что такие деструкции часто являются следствием

различных кризисов, которые могут возникнуть в процессе профессионального становления и развития личности. Эти кризисы могут быть вызваны множеством факторов и, как правило, приводят к отрицательным изменениям в профессиональной сфере, что, безусловно, требует особого внимания и анализа со стороны специалистов в области психологии труда и менеджмента [6].

Н.Е. Водопьянова в своих исследованиях уделяет особое внимание такому явлению, как «выгорание». В своих трудах она описывает это состояние как хроническую стрессовую реакцию, что развивается в результате длительного воздействия на человека профессиональных стрессов, которые имеют среднюю интенсивность и продолжаются на протяжении значительного времени. Это состояние представляет собой синдром, который возникает не одномоментно, а накапливаясь постепенно, и в итоге может привести к серьезным последствиям как для эмоционального, так и для физического состояния человека [2].

А.К. Маркова уделяет особое внимание анализу профессиональных деструкций, рассматривая их как сложный и многогранный феномен, который может возникать под воздействием различных неблагоприятных факторов, связанных с профессиональной деятельностью человека. Она акцентирует внимание на том, что помимо внешних обстоятельств, таких как стрессовые ситуации на рабочем месте, недостаток ресурсов или неблагоприятный климат в коллективе, важным аспектом является и естественный процесс старения человека, который неизбежно влияет на его профессиональные способности и может привести к деструктивным изменениям в сфере труда. По мнению Марковой, ключевым критерием для определения профессиональных деструкций является именно нарушение профессионального роста и развития личности, что может иметь серьезные последствия как для самого работника, так и для организации в целом [5].

В свою очередь, О.Б. Полякова предлагает более широкое и глубокое понимание профессионально-личностных деструкций. Она определяет этот термин как комплексное явление, включающее в себя не только изменения личности человека в процессе выполнения профессиональной деятельности, но и трансформации в са-

мой структуре деятельности, которые могут оказывать негативное влияние на эффективность труда и качество взаимодействия с коллегами и партнерами. Полякова подчеркивает, что такие изменения могут иметь далеко идущие последствия, затрагивая не только индивидуальные аспекты работы, но и общую атмосферу в коллективе, что делает проблему профессионально-личностных деструкций особенно актуальной для современных организаций, стремящихся к поддержанию высокой продуктивности и здорового психологического климата [4].

Таким образом, профессиональная деструкция означает нарушение уже усвоенных способов профессиональной деятельности, появление стереотипов профессионального поведения, разрушение сформированных качеств специалиста и психологических барьеров при освоении новых технологий, новой профессии или специальности.

Как мы обсуждали ранее, деятельность психолога в условиях коррекционной школы сопряжена со значительными затратами не только физических ресурсов, но и требует значительных усилий на психологическом уровне. В связи с этим, мы хотели бы подробнее остановиться на некоторых ключевых факторах, которые могут способствовать развитию профессиональной деструкции, то есть постепенного ухудшения профессионального состояния и утраты первоначального энтузиазма, что так необходимо для успешной работы в данной сфере.

1. Трудности с поиском помощи. Это связано с тем, что профессионалы в области психологии привыкли быть опорой для окружающих, и обращение за помощью по личным проблемам может восприниматься как признак слабости. В результате, многие психологи предпочитают не делиться своими переживаниями и трудностями, что приводит к накоплению внутреннего напряжения и стрессов. Кроме того, существует проблема финансовой доступности профессиональной психологической помощи для некоторых специалистов, особенно в сфере образования. Не каждый школьный психолог имеет возможность регулярно посещать личного психолога, проходить супервизии и интервизии, что является важным аспектом поддержания профессионального благополучия и эффективности работы.

2. Размытые профессиональные границы. В коррекционных школах, где обучаются дети с различными интеллектуальными нарушениями, психологи нередко сталкиваются с проблемой размытых профессиональных границ. Дети, имеющие определенные особенности в понимании социальных норм и личных границ, могут не осознавать важность соблюдения дистанции в отношениях с взрослыми. Это приводит к тому, что психологи часто оказываются в ситуации, когда их личные границы подвергаются нарушению. Ученики могут проявлять излишнее любопытство, приближаться на слишком близкое расстояние, задавать неприличные вопросы или вести себя так, что психологам приходится постоянно напоминать о границах допустимого поведения. В связи с этим, специалисты в коррекционных школах испытывают постоянные трудности в поддержании профессионального дистанцирования, что требует от них значительных усилий и ресурсов для сохранения четких границ между личной жизнью и профессиональной деятельностью.

3. Скептицизм или цинизм. Длительное знакомство со сложными случаями и трудным поведением клиентов приводит к скептическому или циничному взгляду на ситуацию.

3. Стремление к идеалу. В мире профессиональной деятельности, особенно среди специалистов, что поставили перед собой высокие стандарты, часто можно наблюдать явление, которое можно охарактеризовать как стремление к идеалу. Это стремление к безупречности в выполнении своих задач, к достижению высочайшего качества в каждой детали работы, что, безусловно, является положительной чертой, но иногда может перерасти в перфекционизм, когда желание сделать всё идеально начинает оказывать давление на специалиста и мешать его работе.

4. Отсутствие прогресса в профессиональном росте. Этот аспект является одним из ключевых факторов, способствующих возникновению и развитию профессионального выгорания среди специалистов, работающих в сфере коррекционного образования. В частности, в коррекционных школах, где обучаются дети с различными особенностями развития, психологи сталкиваются с необходимостью регулярно возвращаться к одним и тем же методам работы, повторяя их множе-

ство раз. Это связано с тем, что у детей с особенностями развития часто наблюдается регресс, и психологам приходится прилагать значительные усилия, чтобы помочь им поддерживать хотя бы минимально стабильное состояние. В результате, специалисты зачастую не видят немедленных результатов своих трудов, что может вызывать чувство разочарования и усталости от постоянной борьбы за прогресс, который, к сожалению, не всегда заметен на поверхности [4].

5. Рассогласованность отдельных звеньев профессиональных знаний, умений и навыков психолога, когда одна сфера забегает вперёд, а другая отстаёт. В этом пункте стоит также сказать, что зачастую у психолога в школе также может происходить так, что ты очень часто будешь заниматься не своей работой (постоянно выходить на замены, проводить уроки и занятия других педагогов) из-за чего ты будешь больше развиваться и делать работу не по своей специальности.

6. Неспособность к релаксации, постоянная работа. Одним из наиболее значимых признаков профессионального выгорания является неспособность к полноценному расслаблению и отдыху. Это состояние часто сопровождается непрерывной занятостью рабочими задачами, что приводит к постоянному ощущению усталости и снижению эффективности труда. Люди, столкнувшиеся с такой проблемой, часто не могут отключиться от рабочих процессов даже в личное время, что негативно сказывается на их здоровье и качестве жизни.

7. Прекращение профессионального развития, связанное с профессиональными заболеваниями и потерей работоспособности (нервное истощение, чрезмерная самоотдача) [1].

Кроме того, существует ряд других факторов, которые могут способствовать профессиональной деструкции. Среди них стоит выделить постоянный страх потерять свою работу, что создает дополнительное психологическое давление и способствует развитию стресса. Жёсткое ролевое поведение, требующее от специалиста строгого соблюдения определенных стандартов и норм, также может стать причиной профессионального выгорания. Высокая степень ответственности за обучающихся, в частности для педагогических работников, часто приводит к эмоциональному истощению и снижению мотивации к работе. Эти и

другие факторы требуют особого внимания и своевременного реагирования со стороны как самих специалистов, так и руководства организаций, в которых они трудятся.

Поговорив о причинах профессиональной деструкции, стоит сказать о способах борьбы с ней и как не прийти к эмоциональному выгоранию.

Для профилактики профессиональных деструкций важно обеспечить следующие меры.

1. Необходимость саморазвития и самосовершенствования личности педагога-психолога является фундаментальной. Это подразумевает не только стремление к накоплению знаний и профессиональных навыков, но и глубокий, осознанный поиск смысла жизни, который помогает находить внутренние ресурсы для преодоления трудностей и поддержания высокой мотивации к работе.

2. Целенаправленная работа, направленная на повышение компетентности в различных областях, таких как социальная, психологическая и образовательная сферы, играет не менее важную роль. Это включает в себя активное использование инновационных технологий и методик, что способствует не только личностному росту специалиста, но и повышению эффективности его профессиональной деятельности. Самообразование, участие в специализированных курсах и семинарах также являются важными элементами, которые помогают оставаться на передовой профессионального развития.

3. Объективная и всесторонняя оценка личностных и профессиональных качеств педагога, а также его вклада в коллективное дело, является неотъемлемой частью создания здоровой рабочей атмосферы. Это позволяет не только признавать достижения каждого специалиста, но и выявлять области, требующие дополнительного внимания и развития, что в свою очередь способствует созданию условий для предотвращения профессиональных деструкций и поддержания высокого уровня профессионализма в коллективе.

4. Процесс формирования и развития четкого представления о своих будущих профессиональных достижениях и жизненных перспективах играет ключевую роль в личностном росте каждого человека. Важно осознавать, что наличие

в жизни человека яркой, вдохновляющей и оптимистичной цели, которая может быть охарактеризована как значительная мечта, способно кардинально изменить его восприятие текущих трудностей и жизненных препятствий. Когда перед человеком открывается перспектива достижения такой великой цели, многие из его проблем и забот начинают казаться менее значительными, словно они отступают на второй план, позволяя сосредоточиться на главном и двигаться вперед с новой силой и энергией. Это состояние, когда каждая мелочь отступает перед величием задуманного, является мощным источником мотивации и вдохновения, который способствует успешному преодолению всех жизненных трудностей.

Таким образом, своевременное выявление и эффективная профилактика профессиональных деструкций у педагогов-психологов в коррекционных школах являются важными задачами для поддержания высокого уровня профессионализма и качества образовательного процесса.

Список литературы

1. Безносков С.П. Профессиональная деформация личности / С.П. Безносков. – СПб.: Речь, 2004. – EDN QXHLNJ
2. Водопьянова Н.Е. Синдром психического выгорания в коммуникативных профессиях / Н.Е. Водопьянова // Психология здоровья. – 2000.
3. Зеер Э.Ф. Психология профессий / Э.Ф. Зеер. – М.: Фонд «Мир», 2005.
4. Лобанова А.В. Эмоциональное выгорание педагога коррекционного образовательного учреждения / А.В. Лобанова, Э.В. Кондракова, А.П. Бурсова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2014.
5. Маркова А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. – М., 1996. – EDN YQCSJKT
6. Сыманюк Э.Э. Актуальные проблемы современной психологии: учебное пособие / Э.Э. Сыманюк, А.А. Печеркина. – 2021. – EDN GKQBJX