

*Шамсеева Альфия Фаритовна*

студентка

*Научный руководитель*

*Пирязева Марина Владимировна*

старший преподаватель

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

г. Липецк, Липецкая область

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕФОРМАЦИИ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ,  
РАБОТАЮЩИХ В СИСТЕМЕ СПЕЦИАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

*Аннотация: в статье представлен анализ теоретических аспектов изучения профессиональной деформации педагогов-психологов, работающих в системе специального образования. Рассматриваются вопросы основных определений и признаков профессиональной деформации, выявляются её причины и механизмы развития, а также обсуждаются существующие теоретические модели её изучения. Особое внимание уделяется современным подходам к диагностике, профилактике и коррекции данной профессиональной проблемы. Актуальность исследования обусловлена повышенными трудовыми нагрузками и эмоциональными требованиями к специалистам в сфере инклюзивного и специального образования, что делает важным систематизацию теоретических основ данной темы для разработки эффективных методов профессиональной поддержки.*

*Ключевые слова: профессиональная деформация, педагог-психолог, специальное образование, профессиональный стресс, выгорание, психологическая устойчивость, профилактика, диагностика, профессиональная деятельность.*

Работа педагогов-психологов в сфере специального образования сопряжена с рядом особенностей, которые предопределяют высокий уровень профессиональных требований и эмоциональных нагрузок. Специалисты,

осуществляющие профессиональную деятельность с детьми с особенностями развития, находятся в постоянном контакте с трудными эмоциональными ситуациями, что способствует развитию профессиональной деформации – изменению личности и профессионального поведения под влиянием условий работы. Высокий уровень стресса, эмоциональное выгорание и психологическая усталость становятся серьёзными препятствиями для сохранения эффективности профессиональной деятельности, что негативно сказывается на качестве педагогического процесса и психологической поддержки детей.

Настоящая работа направлена на систематизацию теоретических основ изучения профессиональной деформации педагогов-психологов, работающих в системе специального образования. В рамках исследования предполагается анализ существующих подходов, выявление ключевых факторов, обуславливающих деформацию, а также рассмотрение возможностей её профилактики и коррекции.

На сегодняшний день проблема профессиональной деформации педагогов-психологов изучена в рамках психологии труда, педагогической психологии и педагогической психоанализы. В большинстве работ рассматриваются причины и проявления профессионального выгорания, особенности эмоциональной сферы специалистов и их психологическая устойчивость. Однако, существует недостаточная систематизация теоретических моделей, способов диагностики и методов профилактики профессиональной деформации, особенно в контексте специфики работы специалистов системы специального образования. Это обуславливает необходимость глубокого теоретического осмысления данной проблемы и разработки единых подходов к её решению.

Профессиональная деформация – это устойчивое изменение психологического состояния, личностных характеристик и профессиональных установок специалиста, возникающее в результате длительной профессиональной деятельности, особенно при высокой эмоциональной и интеллектуальной нагрузке [3]. Согласно В.В. Фрументу, профессиональная деформация проявляется в снижении эмоциональной отзывчивости, изменениях ценностных ориентиров и формировании деструктивных стереотипов поведения [1].

В научной литературе выделяют разные формулировки этого понятия, например: деформация личности вследствие профессиональной деятельности – как изменение психологического склада под влиянием условий работы; переход профессиональных качеств в противоположные – проявление утраты профессиональной эффективности и профессиональных ценностей. В разговорной педагогической практике – это «усталость», «выгорание» или «разочарование» в профессиональной деятельности [4].

Признаки профессиональной деформации могут включать: эмоциональную усталость и снижение мотивации, утрата интереса к профессиональной деятельности, склонность к деструктивному поведению, раздражительность, снижение уровня эмпатии, равнодушие к детям и коллегам, повышенная тревожность, когнитивная дисфункция, физиологические проявления – усталость, бессонница, головные боли.

Критерии диагностики включают соотнесение перечисленных признаков с психологическими тестами, наблюдением, интервью и опросниками, такими как опросник Брея или опросник профессионального выгорания (Maslach Burnout Inventory) [2].

Общие теоретические подходы к изучению данной проблематики включают три ведущих аспекта психологический, педагогический и социальный. Психологический подход подразумевает изучение внутреннего мира специалиста, его эмоциональных ресурсов, стрессоустойчивости и личностных характеристик. Эта модель фокусируется на психическом здоровье, внутренней мотивации и механизмах адаптации к профессиональным нагрузкам. В рамках психологического подхода широко применяются модели выгорания, стресс-менеджмента и психологической устойчивости.

Педагогический подход акцентирует внимание на профессиональных качествах, педагогической культуре и профессиональной идентичности. Здесь рассматривается влияние педагогического стажа, методы профессиональной подготовки и непрерывного развития, а также особенности взаимодействия педагогов с обучающимися и коллегами.

Социальный подход исследует влияние организационной среды, условий труда, социальных факторов, поддержки со стороны администрации и коллег, а также культурных аспектов профессиональной деятельности. В рамках этого подхода подчеркивается значимость корпоративной культуры, социальной поддержки и условий труда для профилактики профессиональной деформации.

Остановимся более подробно на причинах и условиях развития профессиональной деформации у педагогов-психологов в системе специального образования.

Эмоциональное выгорание и стресс. Эмоциональное выгорание – это состояние психологического истощения, потеря эмоциональной энергии и разочарование в профессиональной деятельности. У педагогов-психологов оно развивается при постоянной необходимости эмоциональной вовлеченности в работу с детьми с особенностями развития. Стress связан с высоким уровнем ответственности, непредсказуемостью ситуации, сложными взаимоотношениями с родственниками и коллегами, а также с невозможностью полностью контролировать результат работы.

Условия возникновения: постоянное эмоциональное напряжение при работе с трудными случаями. Чрезмерные требования к профессиональным и личностным ресурсам. Нехватка методов и техник для эффективного управления стрессом.

Перегрузки, связанные с особенностями работы с детьми с особенностями развития. Физиологическая и психологическая перегрузка связана с интенсивной работой, которая требует высокой концентрации, терпения, гибкости и чуткости. Особенности работы включают: значительную эмоциональную вовлеченность, постоянное взаимодействие с детьми с разнообразными нарушениями (расстройства аутистического спектра, задержки развития, двигательными нарушениями) Необходимость постоянного обновления знаний и владения новыми методиками.

Условия работы: большой объем работы и недостаток времени, недостаточное техническое и методологическое обеспечение, часто работа связана с высокой ответственностью за благополучие и развитие ребенка.

Недостаток поддержки и профессиональных ресурсов. Отсутствие системной поддержки (от руководства, коллег, психологов-супервизоров) создает

ощущение изоляции. Недостаток ресурсных условий – нехватка времени на повышение квалификации, ограничения в использовании современных методов, недостаток методической литературы и оборудования. В последствии все выше перечисленное создает усиление чувства беспомощности, повышение риска профессионального выгорания и деформации личности.

Внутренние психологические установки и личностные особенности. Личные установки, такие как перфекционизм, чрезмерная ответственность и завышенные требования к себе, способствуют стрессу и разочарованию. Личностные особенности, включая низкую стрессоустойчивость, недостаточную эмоциональную устойчивость, сочувствие и эмпатию, могут усиливать восприимчивость к профессиональной деформации. Психологические факторы такие как склонность к самокритике, страх негативных оценок со стороны коллег и родителей, неспособность разграничивать личное и профессиональное пространство.

Среди теоретических моделей изучения профессиональной деформации наиболее выделяется, на наш взгляд, модель Фрумента [1]. Модель профессионального выгорания В.В. Фрумента (1978) является одной из классических и широко используемых. Она представляет выгорание как многокомпонентное состояние, складывающееся из трех основных аспектов: эмоциональное истощение-усталость, потеря жизненных сил, снижение эмоциональных ресурсов, связанная с постоянным эмоциональным напряжением, деперсонализация (циничность) – развитие негативных, отстраненных или циничных установок по отношению к объекту профессиональной деятельности (например, детям или коллегам), снижение профессиональной эффективности – ощущение неспособности обеспечить качественную работу, потеря уверенности в своих профессиональных способностях. Суть модели: выгорание возникает вследствие длительных стрессовых воздействий и недостатка ресурсов для их преодоления. Эта модель помогает понять механизмы внутриличностных изменений при профессиональной деформации.

Концепция психической безопасности (теория Дж. Готтлера и др.) предполагает наличие системы психологической защиты и условий, способствующих сохранению психологической устойчивости. В контексте профессиональной

деформации эта модель подчеркивает важность формирования условий, где педагог и психолог чувствует себя эмоционально защищенным и поддержаным. Роль этой модели: создание безопасных условий труда, разработка систем поддержки, профилактики стрессов и выгорания способствуют формированию устойчивости и предотвращению развития деформации [3].

Существуют также интегративные подходы, объединяющие психологические и педагогические аспекты. Эти модели ориентированы на объединение знаний о внутренней психологической динамике специалистов и условий их профессиональной деятельности. Пример: интегративная модель, предложенная В.В. Дмитриевым, включает: психологические компоненты (эмоциональное состояние, стрессоустойчивость), педагогические компоненты (методики профессионального развития, организационные условия). Такой подход помогает комплексно понять и диагностировать профессиональную деформацию, а также разрабатывать профилактические и коррекционные программы [5].

На данный момент известны различные пути профилактики и коррекции профессиональной деформации. Психологическая подготовка и супервизия. Психологическая подготовка включает обучение профессионалов навыкам эмоциональной устойчивости, эмпатии и управления стрессом. Это помогает снизить риск эмоционального выгорания. Супервизия – регулярная профессиональная консультационная деятельность, которая создает безопасное пространство для обсуждения сложных ситуаций, анализа своих реакций и получения поддержки. Она способствует осознанию личных границ и снижению риска профессиональной деформации. Обучение методам стресс-менеджмента включает развитие навыков осознанности, релаксации, техники дыхания, физиологических методов снятия напряжения. Обучение планированию работы и отды whole, тайм-менеджменту. Освоение техник когнитивной перестройки – изменение негативных мысленных установок, связанных с профессиональной нагрузкой. Эти методы помогают специалистам лучше справляться с эмоциональной нагрузкой и сохранять психологическое здоровье.

Внутренние ресурсы и развитие профессиональной саморегуляции. Повышение уровня личной устойчивости через развитие навыков самоконтроля, рефлексии и эмоциональной компетентности. Саморазвитие и личностный рост (например, самостоятельное обучение, развитие позитивных стратегий восприятия). Внедрение практик саморегуляции, таких как ведение дневников, медитации, йога. Эти меры формируют внутреннюю опору, которая помогает избегать профессионального истощения и сохранять баланс.

Организационные меры и создание поддерживающей среды. Обеспечение оптимальных условий труда: снижение рабочей нагрузки, предоставление своевременной профессиональной поддержки. Формирование культуры поддержки, командной взаимопомощи и открытого диалога. Внедрение программ повышения квалификации, развития профессиональных компетенций. Создание условий для отражения и обсуждения трудных ситуаций в коллективе. Рекомендуется внедрение системы поощрений, профилактических мероприятий и создание инфраструктуры психологической поддержки.

Подводя итог, следует отметить, что модели профессиональной деформации и выгорания, такие как модель Фрумента, позволяют систематизировать понимание процессов ухудшения психологического состояния специалистов в условиях интенсивной профессиональной деятельности. Они подчеркивают важность эмоциональных ресурсов и профессиональной саморегуляции. Концепция психической безопасности играет ключевую роль в профилактике профессиональной деформации, способствуя формированию условий, при которых работники чувствуют себя защищенными и поддержанными, что снижает риск эмоционального выгорания. Интегративные подходы успешно объединяют психологические и педагогические аспекты, обеспечивая комплексное понимание и эффективные пути профилактики и коррекции профессиональных деформаций. Психологическая подготовка, стресс-менеджмент и развитие внутренних ресурсов являются надежными средствами сохранения психического здоровья специалистов и предупреждения профессиональной деформации. Организационные меры и создание поддерживающей среды оказывают существенное влияние на профилактику

профессиональных деформаций, подчеркивая необходимость системного подхода на уровне организаций.

На данный момент существует объективная необходимость исследования влияния новых технологий и цифровых платформ на профессиональное выгорание и деформацию. Разработка и апробация комплекса программ психологической профилактики, ориентированных на разные профессиональные группы. Изучение индивидуальных различий в восприимчивости к профессиональной деформации и применении адаптивных стратегий. Анализ долгосрочных эффектов интегративных методов профилактики и их внедрения в профессиональную практику. Исследование роли организационной культуры и климата в формировании условий, снижающих риск профессиональной деформации.

### ***Список литературы***

1. Фрумент В.В. Стресс и выгорание в профессиональной деятельности / В.В. Фрумент. – М.: Психологический институт РАО, 1978.
2. Maslach C. Burnout: The Cost of Caring / C. Maslach, S.E. Jackson, M.P. Leiter. – New York: Personal Psychology, 1996.
3. Готтлер Дж. Психическая безопасность и стресс-устойчивость для профессионалов / Дж. Готтлер. – СПб.: Питер, 2010.
4. Чепурная Н.В. Профессиональное выгорание и пути его предотвращения / Н.В. Чепурная // Психология профессиональной деятельности. – М.: Академический проект, 2015.
5. Дмитриев В.В. Интегративный подход к профилактике профессиональных деформаций / В.В. Дмитриев // Вестник психологии и педагогики. – 2018. – №3.