ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГОВ, РАБОТАЮЩИХ С ДЕТЬМИ С ОВЗ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Рябова Наталья Ивановна

студент, Удмуртский государственный университет, РФ, г. Ижевск

Кирпиков Алексей Рафаилович

научный руководитель, доцент, Удмуртский государственный университет, РФ, г. Ижевск

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы взаимосвязи работы учителя в школе с необходимостью обучения детей с ОВЗ и как следствие влияния данного вида работы на формирование профессионального выгорания.

Abstract. The article discusses the relationship of the teacher's work at school with the need to teach children with disabilities and as a consequence of the influence of this type of work on the formation of professional burnout.

Ключевые слова: профессиональная деятельность педагогов, эмоциональное выгорание, инклюзивное образование.

Актуальность проблемы профессионального выгорания педагогов, работающих с детьми с ОВЗ, отражена в профессиональном стандарте педагога, где обозначена ключевая роль педагога в реформировании образования. Это связано с необходимостью выполнения педагогом новых трудовых функций, в том числе умением работать с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

В профессиональном стандарте педагога определены профессиональные компетенции, которые необходимы для осуществления развивающей деятельности, среди которых:

- «готовность учить всех без исключения детей, вне зависимости от их склонностей, способностей, особенностей развития, ограниченных возможностей» ;
- «готовность принять разных детей, вне зависимости от их реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья. Профессиональная установка на оказание помощи любому ребенку».

По данным официального сайта территориального органа Федеральной службы по государственной статистике Удмуртской республики, численность инвалидов, состоящих на учете в органах социальной защиты населения Удмуртской Республики, на конец 2020 года составила более 105 тыс. человек, из них детей в возрасте (0-17) лет - около 5 тысяч. Неизменно увеличивается количество детей с ограниченными возможностями здоровья.

Учитывая статистические данные, можно предположить о значимости исследования синдрома профессионального выгорания педагогов, реализующих инклюзивное образование.

Педагогам, работающим с детьми с ОВЗ необходимы меры психологической поддержки для профилактики профессионального выгорания.

Рябова Н.И. ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГОВ, РАБОТАЮЩИХ С ДЕТЬМИ С ОВЗ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ // Молодежный научный форум: электр. сб. ст. по мат. CXLI междунар. студ. науч.-практ. конф. № 31(141). URL: https://nauchforum.ru/archive/MNF_interdisciplinarity/31(141).pdf (дата обращения: 04.09.2025)

Ведущее место по количеству опубликованных исследований по проблеме профессионального выгорания, занимают работы, касающиеся педагогов. Большинство авторов говорят о педагогах, как о той категории специалистов, которые ввиду специфики своей деятельности, наиболее подвержены риску профессионального выгорания. [3. с.21-22.]

Синдром профессионального выгорания формируется как следствие различных факторов: профессиональных, организационных, личностных.

В условиях современной педагогической деятельности с детьми с ограниченными возможностями здоровья уделяется значительное внимание повышению профессиональной компетентности педагога. Значительно расширяется функционал, к которому должен быть готов современный педагог, а именно: психолого- педагогическое сопровождение семьи ребенка с ОВЗ в условиях инклюзивного образования, сопровождение родителей на этапе обучения коррекционным приемам работы с детьми, использование в педагогической деятельности инновационных технологий, в том числе компьютерных, для овладения ребенком с ОВЗ необходимых компетенций.

Вопросу профессионально- личностной готовности педагога к работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья уделяется меньше внимания.

Педагог, работающий в инклюзивном классе должен учитывать психологические особенности детей с ОВЗ, которые отличаются неустойчивостью внимания, соответственно педагогу требуется включать в работу приемы активизации внимания. Снижена познавательная активность, отмечается замедленный темп переработки информации. Может быть снижена потребность в общении со сверстниками , а также со взрослыми. Дети с ОВЗ характеризуются низкой работоспособностью, недостаточной учебной мотивацией. Задания дети выполняют в медленном темпе. Могут возникать сложности в понимании инструкций взрослого. Большое количество детей с ОВЗ характеризуются повышенной тревожностью, болезненно реагируют на тон голоса учителя. Для таких детей характерна повышенная утомляемость, для них представляет сложность сосредоточение на задании, неудачи вызывают отказ от выполнения задания. Как следствие, у детей с ограниченными возможностями здоровья возникают трудности планирования работы, отсутствует контроль за деятельностью, недостаточная сформированность предпосылок к овладению навыками учебной деятельности.

Все это требует со стороны учителя больших энергетических затрат, поиск новых способов и методов обучения. Педагог, работающий с детьми с ОВЗ сталкивается с необходимостью разработки специальных адаптированных программ для данных детей. [1. с 168.]

Основными составляющими готовности педагога к работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья являются: удовлетворенность педагогической деятельностью, профессиональное самосовершенствование, удовлетворенность общением с детьми и профессиональными контактами с коллегами, положительный эмоциональный настрой в педагогической деятельности, уровень сопротивляемости трудностям, самоконтроль и другие.

Важный компонент личностной готовности педагога к работе с детьми с ОВЗ- готовность оказать помощь, способность к сопереживанию, толерантность, высокая эмпатия, оптимистическая жизненная позиция. Одним из важнейших качеств педагога, работающего с детьми с ОВЗ является толерантность, которая подразумевает под собой достаточный уровень стрессоустойчивости, устойчивость к агрессивному поведению и поведенческим отклонениям. Педагогу, работающему с детьми с ОВЗ необходимо уметь регулировать свою деятельность, уметь контролировать себя в стрессовых ситуациях. Он должен иметь в своей педагогической копилке методы и приемы устранения стрессовых ситуаций, умение владения собой, методы саморегуляции. [2. с 83-92]

Сказанное выше, позволяет сделать вывод, что готовность педагога к работе с детьми с ОВЗ напрямую зависит от эмоционального состояния самого педагога, отсутствия у него проявлений профессионального выгорания.

Большое значение приобретает изучение уровня профессионального выгорания педагогов, работающих с детьми с ОВЗ которое оказывает негативное влияние на эмоциональное и

физическое здоровье учителя и эффективность его работы в образовательной организации.

В семидесятые годы 20 века исследователи заметили закономерность, что у людей, профессий «человек- человек» часто встречается состояние эмоционального истощения. По этой причине данное явление изначально изучалось среди специалистов социально значимых профессий. [5. с 110-113.]

Интерес к исследованию синдрома профессионального выгорания возник после систематизации американскими учеными Джексон и Маслач характеристик синдрома. Ими был разработан опросник для количественной оценки синдрома профессионального выгорания. По мнению авторов, синдром проявляется в следующих группах переживаний: 1.Эмоциональном истощении, а именно в переживании бессилия, опустошенности. Появляется ощущение, что невозможно отдаваться работе, как раньше ;

2. Деперсонализация- проявление грубости по отношению к другим людям, черствости, цинизма. Могут возникать вспышки раздражения.;

3.Редукции личных достижений- нежелание вкладывать собственные усилия на рабочем месте, занижение собственных достижений, чувство собственной несостоятельности, безразличие к работе. [9. с.381.]

С учетом этого была выбрана тема нашего практического исследования.

В качестве диагностического инструментария исследования были выбраны следующие методики:

- «Методика диагностики уровня эмоционального выгорания» В. В. Бойко [4. С.278.] «Методика диагностики профессионального выгорания» (MBI) К. Маслач и С. Джексон в адаптации Н.Е. Водопьяновой .

Объект исследования : педагоги, МБОУ СОШ 77 г.Ижевска Удмуртской республики, работающие в начальном звене с детьми с ОВЗ и нормотипичными детьми;

Выборка исследования представлена двумя группами педагогов школы в количестве 14 человек. Первая группа (далее группа «А»), в ее состав входят педагоги, работающие в инклюзивных классах (7 человек). Вторая группа испытуемых (далее группа «В») представлена педагогами, работающими с нормотипичными детьми . Тестирование проводилось индивидуально.

Предмет исследования: Уровень профессионального выгорания педагогов.

Цель исследования: изучить особенности проявления синдрома эмоционального выгорания у педагогов, работающих с детьми с ОВЗ.

Задачи:

1.Разработать программу исследования, сформировать контингент обследуемых, определить методы и комплекс диагностических методик.

2. Провести эмпирическое исследование особенностей эмоционального выгорания у педагогов, работающих с детьми с ОВЗ и педагогов, работающих с нормотипичными детьми в начальном звене общеобразовательной школы.

3. Провести сравнительный анализ полученных результатов, сформулировать выводы.

4.Выявить факторы риска профессионального выгорания.

5. Проанализировать систему работу образовательной организации по профилактике профессионального выгорания.

6. Разработать рекомендации по профилактике профессионального выгорания педагогов.

В целом, результаты исследований можно представить в виде таблиц.

«Методика диагностики уровня эмоционального выгорания» В. В. Бойко.

Опросник предназначен для диагностики синдрома профессионального выгорания. С помощью данной методики определены симптомы профессионального выгорания среди учителей начальной школы, работающих с детьми с ОВЗ, а также у учителей, работающих с нормотипичными детьми.

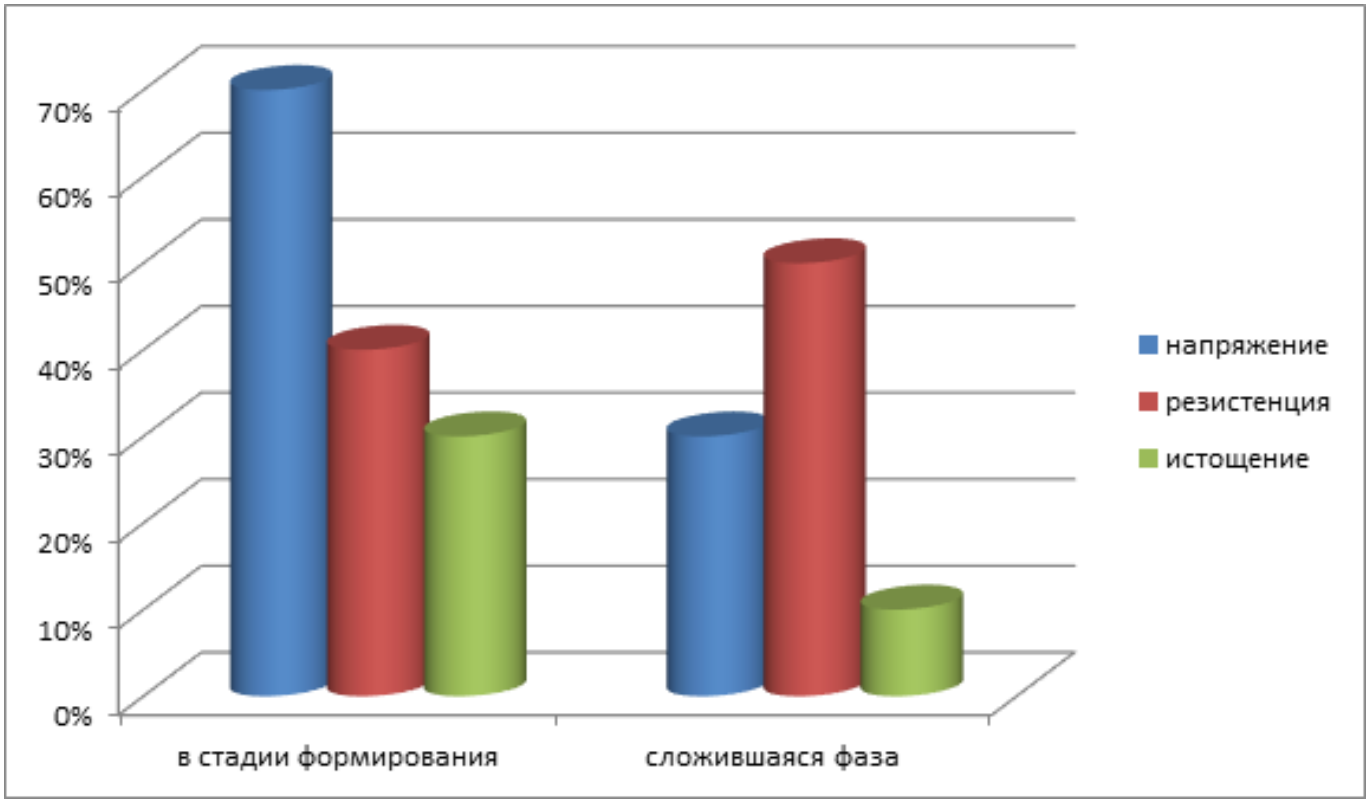

Рисунок 1. Результаты исследования уровня эмоционального выгорания у педагогов группы А(в процентном соотношении)

У педагогов, работающих с детьми с ОВЗ в стадии формирования находятся следующие фазы профессионального выгорания: фаза «напряжение» - 70% педагогов, фаза «резистенция»- 40%, фаза «истощение»- 30%.

В сформировавшейся форме – фаза «напряжение»- у 30% педагогов. Фаза «резистенция» сформирована у 50% обследованных, фаза «истощение»- у 10% респондентов .

Таким образом, у педагогов, работающих с детьми с ОВЗ, наиболее выраженной фазой в стадии формирования является фаза «напряжения», в стадии сложившейся- фаза «резистенции».

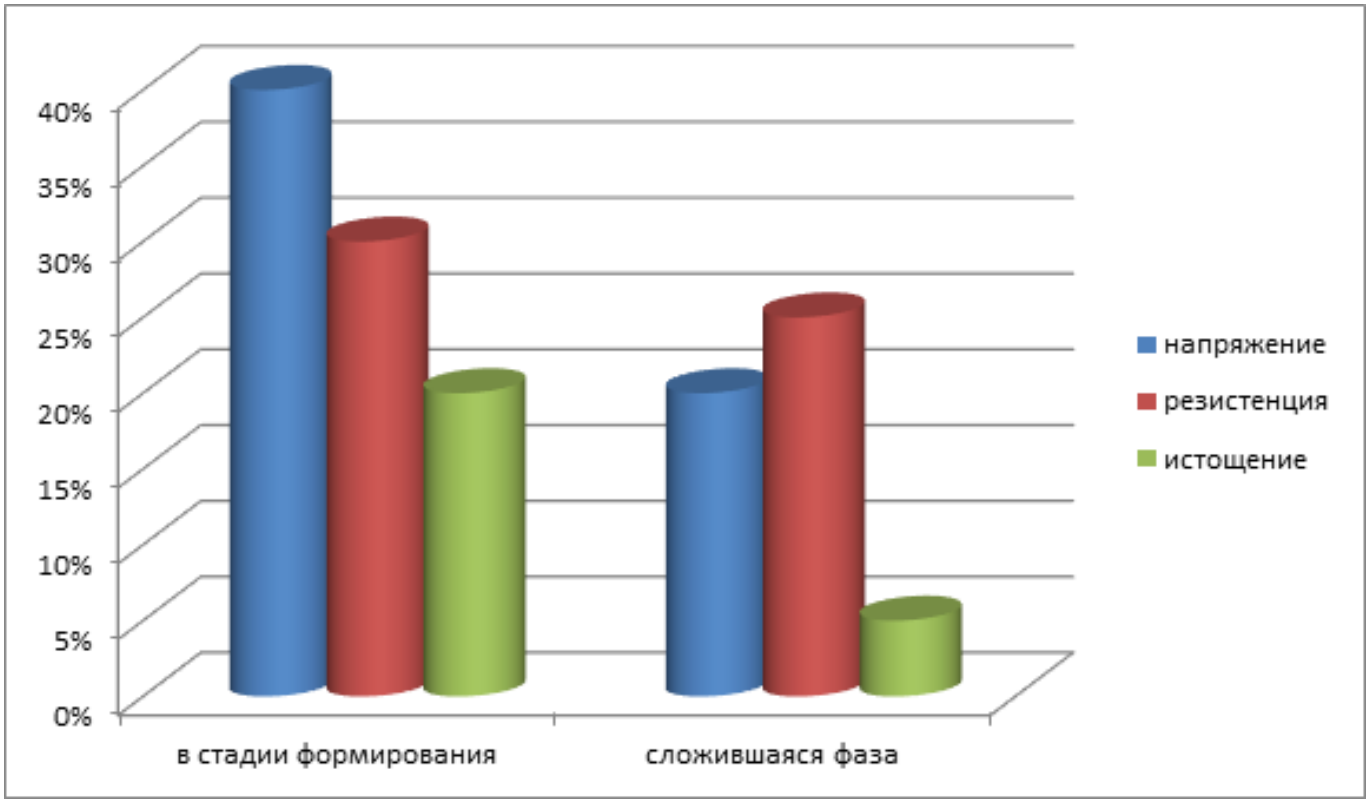

Рисунок 2. Результаты исследования уровня эмоционального выгорания у педагогов группы В (в процентном соотношении)

У педагогов, работающих с нормотипичными детьми в стадии формирования находятся следующие фазы профессионального выгорания: фаза «напряжение» - 40% педагогов, фаза «резистенция»- 30%, фаза «истощение»- 20%.

В сформировавшейся форме – фаза «напряжение»- у 20% педагогов. Фаза «резистенция» сформирована у 25% обследованных, фаза «истощение»- у 5% респондентов .

Таким образом, у педагогов, работающих с нормотипичными детьми, наиболее выраженной фазой в стадии формирования является фаза «напряжение», в сложившейся стадии-фаза «резистенции».

Рисунок 3. Сравнительная таблица результатов диагностики степени эмоционального выгорания педагогов первой и второй группы (в процентном соотношении)

Рисунок 4. Сравнительная таблица результатов диагностики степени эмоционального выгорания педагогов первой и второй группы (в процентном соотношении)

Проанализировав полученные данные, можно сделать вывод о том, что:

У первой группы педагогов (работающих с детьми ОВЗ) выражены все фазы синдрома профессионального выгорания в большей степени, чем у педагогов, работающих с нормотипичными детьми.

Рассмотрим результаты исследования, полученные с помощью «Методики диагностики профессионального выгорания» (MBI) К. Маслач и С. Джексон в адаптации Н.Е. Водопьяновой. (Приложение 2)

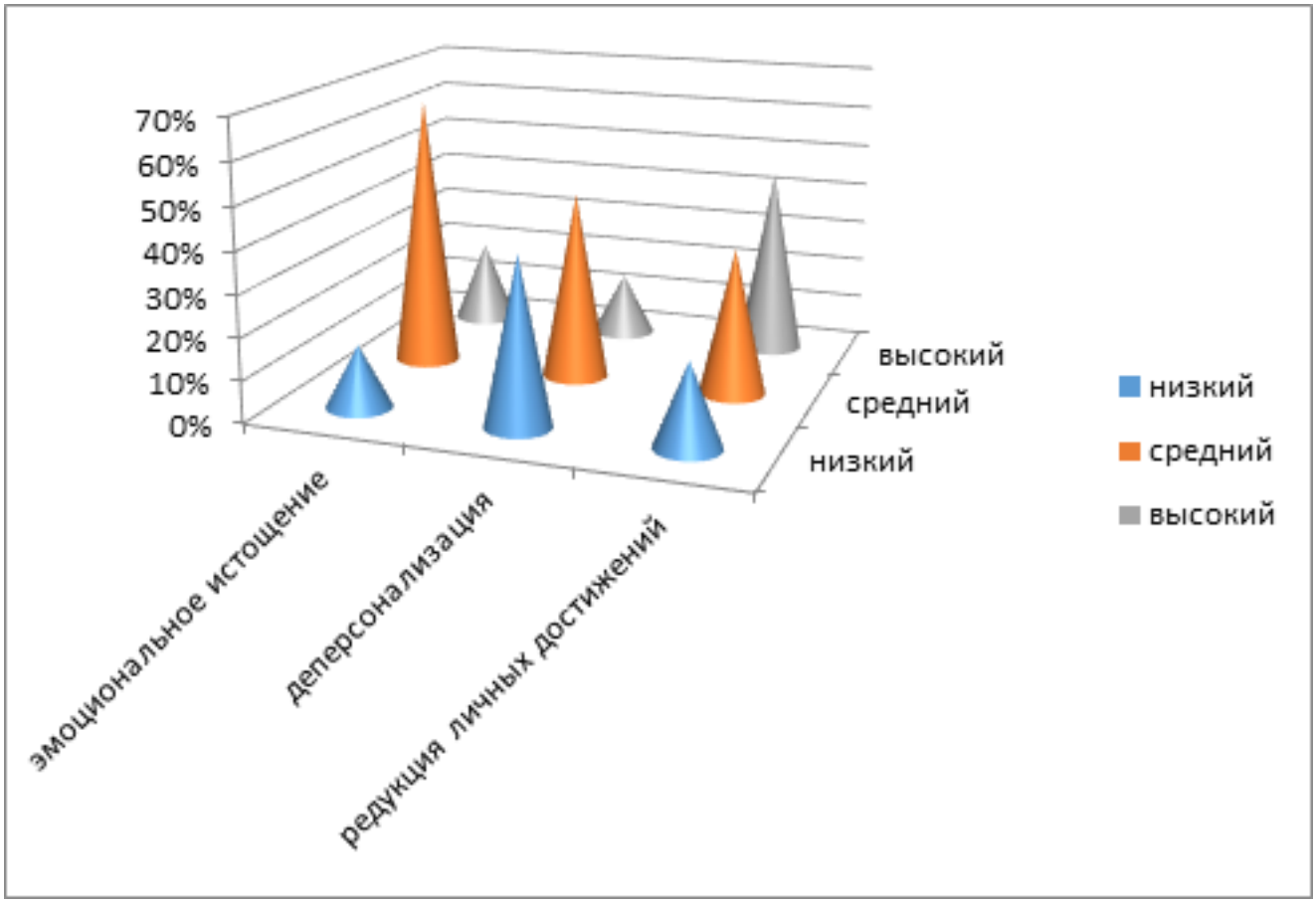

Рисунок 5. Распределение степени выраженности профессионального выгорания педагогов первой группы (в процентном соотношении)

«Редукция личных достижений» проявляющаяся в негативном оценивании себя и результатов своего труда проявляется в высокой степени у 45% опрошенных педагогов. В средней степени у 35%, в низкой- 20%.

«Деперсонализация» , проявляющаяся в формальном выполнении своих обязанностей , в высокой степени диагностирована у 15% педагогов, в средней- у 45%, в низкой у 40%.

«Эмоциональное истощение», проявляющееся в снижении эмоционального тонуса, наблюдается в высокой степени у 20% педагогов, в средней степени- у 65%, в низкой- у 15%

педагогов.

Таким образом, наиболее выраженным в группе педагогов, работающих с детьми с ОВЗ является редукция личных достижений. Высокие показатели по данной шкале говорят о том, что имеется тенденция к негативной оценке своей компетентности, снижение профессиональной мотивации, нарастание негативизма в отношении профессиональных обязанностей, как следствие избегание работы, сначала психологически, а затем и физически.

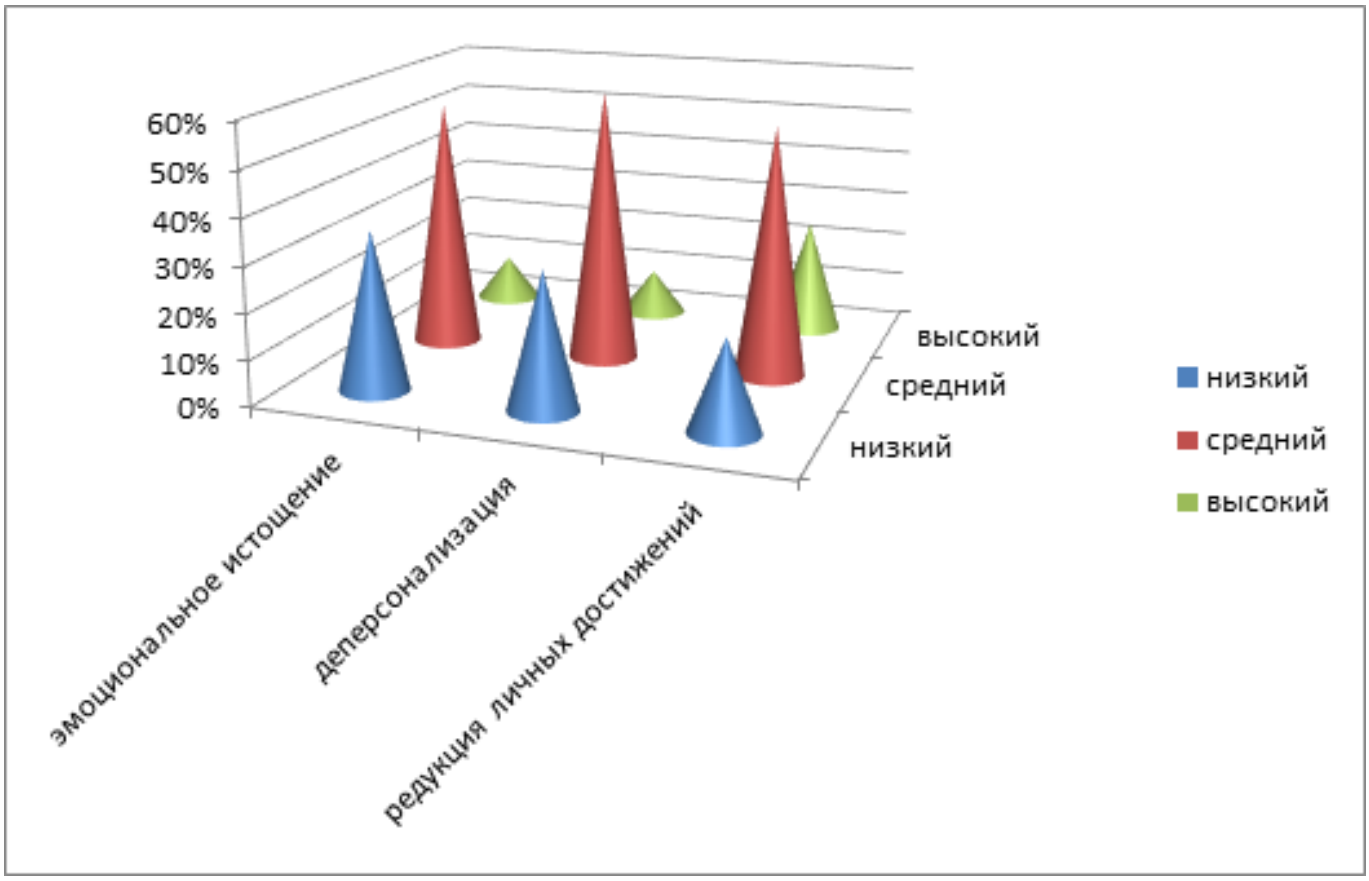

Рисунок 6. Распределение степени выраженности профессионального выгорания педагогов второй группы (в процентном соотношении)

«Редукция личных достижений» проявляющаяся в негативном оценивании себя и результатов своего труда проявляется в высокой степени у 25% опрошенных педагогов. В средней степени у 55%, в низкой- 20%.

«Деперсонализация» , проявляющаяся в формальном выполнении своих обязанностей , в высокой степени диагностирована у 10% педагогов, в средней- у 60%, в низкой у 30%.

«Эмоциональное истощение», проявляющееся в снижении эмоционального тонуса, наблюдается в высокой степени у 10% педагогов, в средней степени- у 55%, в низкой- у 35% педагогов.

Проанализировав полученные данные, можно сделать вывод о том, что симптомы эмоционального выгорания среди педагогов, работающих с нормотипичными детьми выражены в средней степени.

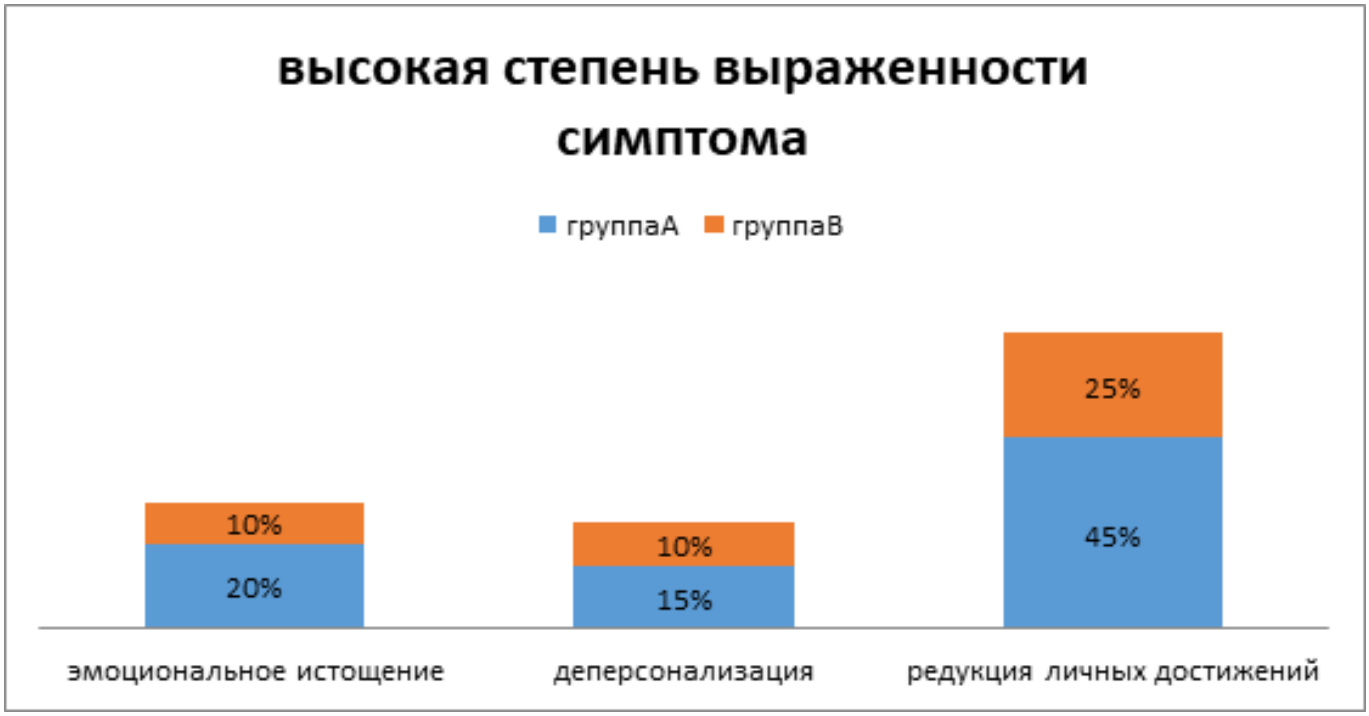

Рисунок 7. Сравнительная диаграмма степени выраженности профессионального выгорания у педагогов первой и второй групп (в процентном соотношении)

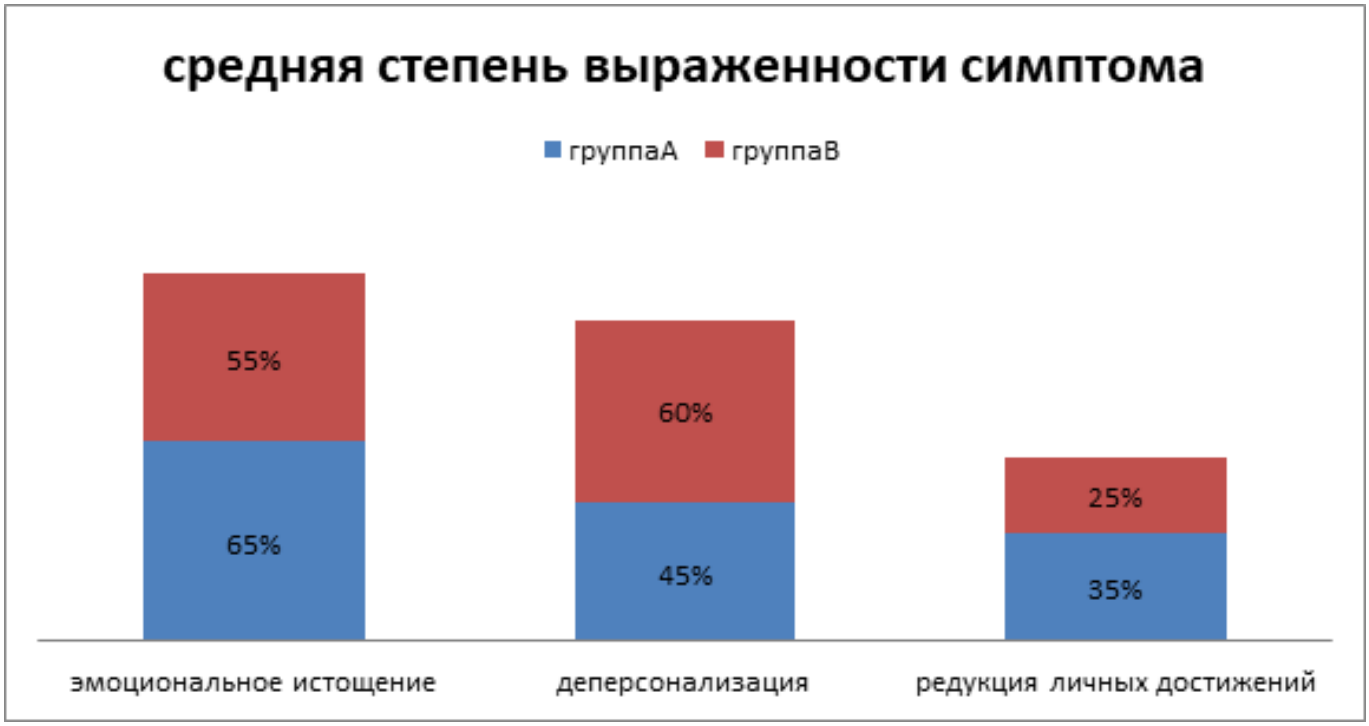

Рисунок 8. Сравнительная диаграмма степени выраженности профессионального выгорания у педагогов первой и второй групп (в процентном соотношении)

Проанализировав результаты диагностики , можно сделать следующие выводы:

1.«Эмоциональное истощение» - высокий уровень проявления симптомов фазы отмечается в большей степени у педагогов, работающих с детьми с ОВЗ, чем у педагогов, работающих с нормотипичными детьми.

2.«Деперсонализация»-симптомы проявления фазы более выражены в группе педагогов, работающих с детьми с ОВЗ. Среди педагогов, работающих с нормотипичными детьми, данная фаза выражена в средней степени.

3.«Редукция личных достижений»-высокий уровень проявления симптомов фазы – у педагогов , работающих с детьми с ОВЗ, у педагогов, работающих с нормотипичными детьми, данная фаза выражена в средней степени.

Результаты проведенных исследований показывают взаимосвязь необходимости работы с детьми с ОВЗ и риском возникновения синдрома профессионального выгорания. У данной категории педагогов в большей степени выражены все симптомы выгорания (психоэмоциональное напряжение, эмоциональное истощение, негативное оценивание себя и продуктов своей деятельности и д.р).

По этой причине представляется важным изучение взаимосвязи личностных факторов педагогов с формированием и проявлениями симптомов профессионального выгорания на примере педагогов, работающих с детьми с ОВЗ, поскольку вопросы инклюзивного образования и проблема сохранения кадров в образовании на сегодняшний день очень актуальна.

После проведения исследований по проблеме профессионального выгорания, необходимо:

Продолжить в образовательной организации систему работы по наставничеству, а именно, привлекать педагогов к участию в сетевом инновационном проекте, организованном **АОУ ДПО УР ИРО** - это совместная инновационная деятельность нескольких образовательных организаций, организованная и руководимая Институтом с использованием возможностей сети «Интернет» и нацеленная на решение актуальных проблем развития системы образования Удмуртской Республики. В 2020-2021учебном году в данном проекте приняли участие 12 педагогов МБОУ СОШ 77 города Ижевска Удмуртской республики, 4 педагога прошли обучение в качестве наставников. В рамках курсов повышения квалификации «Технологии инклюзивного образования» педагоги- стажеры проходили стажировку в образовательных организациях, реализующих инклюзивное образование в объеме 72 часов. Из них 18 часов- очное обучение , 36 часов- стажировка в организациях, 18 часов- самостоятельная работа.

Целью стажировки являлось формирование и совершенствование компетенций, связанных с профессиональной деятельностью в условиях инклюзивного образования; развитие умений профессионального взаимодействия с коллегами в процессе освоения компетенций, обобщать и структурировать опыт в формате корпоративного обучения.

В период стажировки педагоги выявляли в ходе наблюдения поведенческие и личностные проблемы обучающихся, связанных с особенностями их развития. Осваивали и применяли психолого-педагогические технологии (в том числе инклюзивные), необходимые для адресной работы с различными контингентами учащихся: одаренные дети, социально уязвимые дети, дети, попавшие в трудные жизненные ситуации, дети-мигранты, дети-сироты, дети с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.), дети с ограниченными возможностями здоровья, дети с девиациями поведения, дети с зависимостью.

Взаимодействовали с другими специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума. Осваивали и учились адекватно применять специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу.

Участие в данном сетевом проекте позволило педагогам сформировать компетентности, необходимые им для работы в условиях инклюзивного образования. В результате прохождения курсов повышения квалификации педагоги овладели способами обучения детей с различными образовательными потребностями. Научились анализировать и рефлексировать опыт профессиональной деятельности. Структурировать информационные, методические материалы для обучения детей в условиях инклюзивной группы. Научились моделировать способы профессиональной деятельности.

Несомненно данное направление деятельности имеет огромное практическое значение для профилактики профессионального выгорания. Педагоги имеют возможность обмена опытом с коллегами, обучающими детей с ОВЗ, формируют необходимые компетенции для работы в условиях инклюзивного образования, формируется личностная готовность к работе с детьми с ОВЗ. Все эти факторы способствуют снижению уровня профессионального выгорания в образовательной организации.

Вторым направлением в системе работы МБОУ СОШ 77 города Ижевска по профилактике профессионального выгорания педагогов, работающих с детьми с ОВЗ, является реализация долгосрочного проекта «Школа социального успеха- школа каждого». В основе построения «Школы социального успеха» лежит ***комплексное сопровождение*** участников образовательного процесса, осуществляемое посредством ***инновационных технологий***. **Целью сопровождения** – является гармонизация отношений в образовательном пространстве, предотвращение неблагополучия и преодоление трудностей участников педагогического процесса. Профессиональная деятельность педагога представляет собой процесс многочисленного решения сложных ситуаций взаимодействия с детьми, родителями, коллегами. Опрос педагогов показывает, что многочисленные затруднения в ситуациях профессионального общения связаны с недостаточными знаниями и умениями оценивать и учитывать психологические особенности участников образовательного процесса, специфику развития познавательной деятельности детей, умениями учитывать в работе индивидуальные особенности семейного воспитания и др. В связи с этим возникают проблемы в определении способов и позиций взаимодействия.

Технология психологического сопровождения педагога призвана помочь участникам образовательного процесса строить отношения на основе диалога, предотвращать конфликтные ситуации, находить конструктивные способы решения возникающих трудных ситуаций общения.

Сущность и алгоритм реализации технологии:

1.Определение сильных сторон деятельности педагога (повышение профессиональной самооценки, мотивации деятельности, поиск точки профессиональной опоры).

2.Выявление затруднений в профессиональной деятельности педагога (в процессе взаимодействия с детьми, в определении индивидуальных психологических особенностей детей, в реализации индивидуального подхода к ребенку, в формировании вариативности приемов и средств взаимодействия, др.).

3.Типологизация и характеристика существующих затруднений, поиск причин возникающих затруднений, рефлексия;

4.Определение вариантов и условий преодоления затруднений

5.Формирование необходимых профессиональных умений (тренинги, программы практического обучения);

6.Сопровождение и поддержка в условиях реальной педагогической ситуации.

В образовательной организации созданы необходимые условия для психологического сопровождения педагогов и как следствие, для минимизации проявлений профессионального выгорания. В школе имеются организационные ресурсы: сенсорная и ресурсная комнаты, где созданы условия для индивидуальных и подгрупповых занятий по обучению методам саморегуляции и снятию психоэмоционального напряжения. В образовательной организации функционирует служба психолого- медико-социального сопровождения. Специалисты службы организуют консультации по вопросам затруднений педагогов. Педагогами- психологами разработан и реализуется цикл занятий по профилактике профессионального выгорания. Администрацией образовательного учреждения осознается важность профилактической работы . В школе организована система публичных поощрений педагогов. Ведется работа по сплочению коллектива, которая способствует выходу педагогов из привычной роли. Формирование в коллективе атмосферы безопасности, создание ситуаций взаимообучения и

взаимопомощи, сопровождение педагогов в реальных педагогических ситуациях, создание ситуаций профессионального успеха, все это имеет значение при проводимой профилактической работе с педагогами .

Таким образом, проанализировав результаты диагностики педагогов , работающих с детьми с ОВЗ и педагогов, работающих с нормотипичными детьми, а также систему работы школы по сопровождению педагогов, мы видим необходимость и важность проводимой профилактической работы.

Профессиональное выгорание не является чем-то неизбежным. Чтобы не стать жертвой синдрома, необходимо, бережно относиться к себе, другим людям и своей работе. Необходимо не оставаться наедине со своими профессиональными и личностными затруднениями. Иметь возможность получить эмоциональный ресурс, поддержку и внимание в коллективе. Важно предпринимать определённые шаги по профилактике профессионального выгорания , которые могут предотвратить, ослабить или исключить его возникновение . Нужно приумножать и пробуждать личностные ресурсы, помогающие преодолевать жизненные и рабочие стрессы. Если степень риска выгорания велика, наряду с приёмами самопомощи целесообразно обратиться за поддержкой к специалистам службы сопровождения.

Список литературы:

1. Агавелян, Р.О. Социально-перцептивные процессы личности педагога специальной школы в профессиональной деятельности : Дисс...д-ра психол. наук / Р.О. Агавелян. Новосибирск, 2000.168 с

2. Алехина С. В. Готовность педагогов как главный фактор успешности инклюзивного процесса в образовании / С. В. Алехина, М. Н. Алексеева, Е. Л. Агафонова // Психологическая наука и образование. - 2011. - № 1. - С. 83-92.

3. Барабанщикова, В. В. Профессиональные деформации в профессиях инновационной сферы :дисс ... доктора псих. наук : 19.00.03 / Барабанщикова Валентина Владимировна. - Москва, 2016. – 21с. – Библиогр.: с. 21-22

4. Бойко В.В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении [Текст] / В.В.Бойко. – СПб, 2009. – 278 с

5. Гунзунова Б. А. Личностные детерминанты саморегуляции состояний в профессиональной педагогической деятельности // Мир науки, культуры, образования. 2006. № 6(2). С. 110 – 113.

6. Дьяченко, М. И. Психологические проблемы готовности к педагогической деятельности / М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович. — Минск, 1981.

7. Концепция Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://minobr.gov-murman.ru/

8. Клюева О. Как повысить стрессоустойчивость педагогов? / О. Клюева// Справочник руководителя дошкольного учреждения.-20125. - №6. [Электронный ресурс] Доступ из системы «Актион МЦФЭР»

9. Макарова, Г.А. Синдром эмоционального выгорания [Текст] / А.Г. Макарова. – М.: Речь, 2010. – 381 с.

10. Профессиональный стандарт педагога (психолог в сфере образования)» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://psyumo.ru/

11. Редина Т.В. Факторы, влияющие на возникновение эмоционального выгорания педагогов, взаимодействующих с детьми с особыми образовательными потребностями //II Всероссийская

научно-практическая конференция «Другое детство». Москва, 25-27 ноября 2009 г. Сб. тезисов участников. М.: МГППУ, 2009. С. 104-107.

12. Специальная педагогика / под ред. Н. М. Назаровой. — М., 2000

13. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с изменениями 2020 года. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://zakon-ob-obrazovanii.ru/

14. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. - М., 2002. С.360-362/