ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж»

***Преподаватель высшей квалификационной категории***

 ***ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж»***

***Арушанян В.А.***

**ПРОБЛЕМЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ, РАБОТАЮЩИХ С ПОДРОСТКАМИ.**

Проблемы устойчивости к стрессу человека в различных профессиональных сферах с давних пор привлекали внимание психологов. Известен ряд профессий, в которых специалист может испытывать чувство внутренней, эмоциональной опустошённости по причине необходимости контактов с другими людьми.

Отдельное внимание стоит обратить на изучение проблем, возникающих по причине эмоционального выгорания учителей, работающих с подростками - носителями девиантного поведения.

В настоящее время наиболее употребляемым является определение выгорания, как синдрома эмоционального истощения, деперсонализации и уменьшения личностных достижений.

Актуальность данной темы обусловлена возрастающими требованиями со стороны общества к личности учителя и развитием инклюзивного образования.

На современном этапе при внедрении системы инклюзивного образования много говорится о состоянии и интересах детей, обделяя вниманием учителя, находящегося в состоянии стресса. А ведь это может негативно сказаться на педагогическом процессе. Одной из причин является психологическая неготовность педагога (чаще всего обусловленная страхом быть некомпетентным, чем действительной профессиональной некомпетентностью).

Синдром эмоционального выгорания проявляется как эмоциональная «сухость» педагога, игнорирование индивидуальных особенностей учащихся, личностная отстраненность и оказывает достаточно сильное влияние на характер профессионального общения учителя. Педагогическая практика показывает, что сегодня довольно часто прослеживается факт потери интереса к ученику как к личности, неприятие его таким, какой он есть, упрощение эмоциональной стороны профессионального общения. Многие педагоги отмечают у себя наличие психических состояний: разочарование, апатия, тревожность, уныние, подавленность, хроническая усталость.

Одной из важных задач психологического обеспечения профессионального здоровья педагогов является ранняя профилактика синдрома эмоционального выгорания и психокоррекционная работа с теми сотрудниками, кто уже находится на разных стадиях выгорания. Психическое выгорание - это следствие продолжительных стрессов в профессиональной деятельности. Этот синдром представляет собой совокупность стойких симптомов, проявляющихся в негативных психологических переживаниях, мотивационно­установочной деформации и ухудшении психофизического самочувствия.

Существуют различные подходы к определению выгорания. По К. Маслач и С. Джексону данное явление рассматривается как ответная реакция на длительные профессиональные стрессы межличностных коммуникаций, которая заключает в себя три компонента:

* эмоциональное истощение проявляющееся в ощущениях эмоционального перенапряжения и в чувстве опустошенности, исчерпанности собственных эмоциональных ресурсов. Возникает ощущение «приглушенности», «притупленности» эмоций;
* деперсонализация представляющая собой тенденцию развивать негативное, бездушное, циничное отношение к реципиентам. Контакты становятся обезличенными и формальными;
* редукция персональных достижений обнаруживается в виде снижения чувства компетентности в своей работе, недовольстве собой, уменьшении ценности своей деятельности, негативном самовосприятии в профессиональном плане.

Такие профессиональные деформации характера мешают педагогу в работе, а также затрудняют его общение и негативно отражаются на здоровье.

С увеличением педагогического стажа работы у преподавателей СПО снижаются показатели психического и физического здоровья. Кроме того, была установлена зависимость продолжительности работы педагога с детьми и появления у него такого вида профессиональной деформации как синдром эмоционального выгорания.

Профессия педагог сопряжена со специфическим риском, потому что в своей деятельности он имеет дело с неблагополучными, переживающими стресс, страдающими, детьми - носителями девиантного поведения, за здоровье и жизнь которых он берет на себя ответственность, в том числе моральную. Такие неблагоприятные условия труда влекут за собой различные нарушения, деформации и профессиональные болезни. Процесс трудовой деятельности в ситуациях особого риска может приводить к снижению, как трудоспособности человека, так и эффективности труда, а также к негативным изменениям психики и утрате ценностных ориентаций в труде. Нарушения могут касаться разных сторон трудового процесса - профессиональную деятельность, личность специалиста, профессиональное общение. Эти нарушения заключаются в том, что педагог не может использовать имеющиеся у него личностные возможности и средства в связи с состоянием психической усталости или утрачивает свои трудовые умения и навыки, в результате чего происходят нарушения и деформации профессиональной деятельности (например, прерывание трудового стажа и др.), снижается результативность труда в целом. Отклонения в профессиональном развитии, как правило, приводят как к депрофессионализации, так и к десоциализации личности.

Система подготовки учителя к работе в условиях инклюзивного образования должна включать выработку психологических навыков здоровьесбережения не только в отношении учащихся, но и в отношении собственного психического здоровья, поощрение таких качеств, как креативность, творчество, оптимизм, чувство юмора. Для изменения сложившихся социальных стереотипов и формирования психологической готовности педагога к работе в инклюзивном пространстве большую роль играют индивидуальное консультирование, психологические тренинги, мастер-классы, стажировки в школах, уже имеющих опыт инклюзии.

Анализируя проблему современной личности в образовании, следует отметить, что развитие адаптивного потенциала личности, социальных и коммуникативных составляющих профессиональной деятельности является индикатором внутреннего благополучия педагога и позитивного отношения к самому себе. Сохранение психического и физического здоровья самими педагогами является одной из составляющих превенции психических нарушений у их подопечных.

**Список литературы:**

1. Бойко В.В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении. - СПб.: Питер, 2011. - 105 с.
2. Водопьянова, Н.Е. Синдром «психического выгорания» в коммуникативных профессиях / Н.Е. Водопьянова // Психология здоровья. Сб. научных трудов. - СПб., 2000. - С.443-463.
3. Корчуганова И.П. Профессиональное развитие и поддержка педагогов, работающих с детьми группы риска. - СПб.: ЛОИРО, 2006. - 172 с.
4. Психология профессионального здоровья. Учебное пособие / Под ред. проф. Г.С. Никифорова. - СПб.: Речь, 2006. - 480с.