

Єрошенко Г.А., Лисаченко О.Д., Білаш В.П., Решта В.М., Кінаш О.В.,
Шевченко К.В., Григоренко А.С., Донець І.М.
Полтавський державний медичний університет, м.Полтава

ВПЛИВ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПЕДАГОГА НА ЯКІСТЬ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Все частіше в сучасному житті ми зустрічаємось з терміном «професійне вигорання», яке включає емоційне виснаження працівника, деперсоналізацію та зміну його власних особистісних прагнень. На превеликий жаль, така проблема торкається представників різних професій, які в силу своїх обов'язків перебувають в інтенсивному й тісному спілкуванні з клієнтами та змушені постійно спілкуватися з іншими людьми в емоційно навантаженій атмосфері. До таких професій відносяться педагоги, медики, менеджери, психологи, соціальні працівники, рятувальники, працівники правоохоронних органів та інші.

Сучасні люди буквально схиблені на успішній кар'єрі, на зароблянні грошей, бажанні отримувати більше благ, заради чого жертвують спілкуванням з коханими, рідними, друзями і майже живуть на роботі. Більшість з них, буквально пропускають через себе всі проблеми і незгоди на робочому місці, чим підривають своє психічне і фізичне здоров'я. Австралійська медсестра Бронні Вер, яка на протязі багатьох років працювала в відділенні паліативної терапії і опікувалась пацієнтами в останні дні їхнього життя, записала в своїй книзі «П'ять одкровень про життя» спогади та відверті зізнання невиліковно хворих людей. Найчастіше «на заході» свого життя вони шкодували лише про одне - що «занадто багато працювали».

«Професійне вигорання» розвивається на тлі хронічного стресу, що приводить до виснаження емоційно-енергетичних та особистісних ресурсів людини. Вигорання не відбувається швидко і є результатом довгострокової стресової реакції на тривалі професійні стреси різної інтенсивності. До чинників, які призводять до розвитку «професійного вигорання» відносять: незадоволеність професійним ростом, відсутність мотивації у роботі, низька заробітна плата, інтенсивне спілкування, наявність конфліктів з колегами та відсутність підтримки з боку керівництва закладу. Постійна психологічна та душевна перевтома є причиною професійного стресу.

В силу специфіки фаху, високий рівень професійного вигорання притаманний педагогічним працівникам. Численні дослідження особливостей педагогічної діяльності показали, що праця учителя і викладача знаходиться у «групі ризику». Робота зі здобувачами освіти характеризується напруженістю у стосунках, підвищеною відповідальністю за їх здоров'я та якість надання освітніх послуг, наявністю широкого кола обов'язків, що зумовлює її хронічну стресогенність. Діяльність педагогів пов'язана з активним спілкуванням з великою кількістю осіб та зобов'язує мати високий рівень професіоналізму. Викладач повинен уміти швидко адаптуватися до складних умов педагогічної діяльності та адекватно реагувати на різні обставини, що виникають в процесі

навчання та виховання здобувачів освіти. Стресогенним фактором виступає надмірна навчальна, організаційно-методична та наукова робота. Педагогічна діяльність часто буває понаднормовою, що призводить до фізичного та психічного виснаження.

Доведено, що найбільшу схильність до професійного вигорання мають ті педагогічні працівники, які повністю віддаються своїй роботі, не шкодують сил, часу і здоров'я для надання освітніх послуг здобувачам освіти (учням та студентам). Це стосується, в першу чергу, керівників закладів освіти (директорів, ректорів, проректорів, деканів, заступників деканів, завідувачів кафедр). Особливої уваги заслуговують відповідальні за навчальний процес (завучі), адже методичне забезпечення, ведення документації, організація навчального процесу та контроль його якості, в основному, лягає на їхні плечі. До більш швидкого розвитку синдрому вигорання схильні, також, найбільш сумлінні педагоги, які повністю віддані своїй справі й захоплені професійною діяльністю.

Початок і кінець навчального року у педагогів характеризується підвищенням показників перенасичення роботою і збільшенням стресів. Саме стресогенні фактори, які безперервно діють протягом професійної діяльності педагога і формують розвиток синдрому професійного вигорання. Як наслідок: розвивається підвищена тривожність, роздратованість, появляється виснаження та неадекватні емоційні реагування. Педагогічні працівники відчувають спустошеність та не бажання виконувати свої професійні обов'язки. Зневіра себе у професії є негативним явищем, оскільки від цього страждають здобувачі освіти. Викладач, який втратив інтерес до професії - не може повністю на 100% викладатись на роботі. При цьому недоотримують знання і увагу школярі та студенти.

Для попередження розвитку даної проблеми в педагогічних колективах, необхідно проводити профілактичні міри, що впливатимуть на фізичний, емоційний стан і думки викладачів та сприятимуть зміні їх світогляду. Потрібно здійснювати систематичний моніторинг стану фізичного та психічного здоров'я педагогів, а у випадках виявлення ознак психоемоційного вигорання - оптимізувати умови праці, нормалізувати взаємостосунки в колективі, організувати додатковий відпочинок та більше уваги приділяти таким співробітникам.