

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования  
«Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

Центр развития педагогического образования

# **Педагогическое образование и наука: история и современность (к 95-летию со дня образования БГПУ)**

*Материалы Республиканской  
научно-практической конференции*

г. Минск, 21 октября 2009 г.

В двух частях

Часть 2

Минск 2009

УДК 37.0  
ББК 74.00  
П24

Печатается по решению редакционно-издательского совета БГПУ

Редакционная коллегия:

доктор технических наук, профессор *П.Д. Кухарчик*;  
доктор политических наук *В.В. Бущик*;  
кандидат педагогических наук *А.И. Андарало*;  
доктор педагогических наук *И.И. Цыркун*;  
доктор педагогических наук *В.А. Капранова*;  
доктор педагогических наук РФ *А.В. Торхова*;  
кандидат педагогических наук *З.С. Курбыко*;  
кандидат психологических наук *Т.И. Краснова*;  
кандидат педагогических наук *И.А. Царик*

Рецензенты:

доктор педагогических наук *А.П. Сманцов*;  
доктор педагогических наук *К.В. Гаряпович*

**Педагогическое образование и наука: история и современность: материалы**  
П24 Респ. науч.-практ. конф., г. Минск, 21 окт., 2009 г. В 2 ч. Ч. 2 / Бел. гос. пед. ун-т  
им. М. Танка; редкол. П.Д. Кухарчик, В.В. Бущик, А.И. Андарало [и др.]. – Минск :  
БГПУ, 2009. – 100 с.

ISBN 978-985-501-828-6.

В сборнике отражены вопросы развития педагогического образования и науки в Республике Беларусь, совершенствования качества профессиональной подготовки специалистов образования в БГПУ, разработки научно-методического обеспечения образовательного процесса подготовки, переподготовки и повышения квалификации педагогических кадров; проблемы формирования компетенций современного педагога в условиях двухступенчатой системы образования, медико-педагогические проблемы охраны здоровья учащихся и безопасности жизнедеятельности.

Адресуется управленческим кадрам, профессорско-преподавательскому составу, научным работникам, аспирантам и магистрантам вузов Республики Беларусь, занимающимся актуальными проблемами педагогического образования и науки.

УДК 37.0  
ББК 74.00

ISBN 978-985-501-828-6 (ч. 2)  
ISBN 978-985-501-802-6

© БГПУ, 2009

## ИЗДЕРЖКИ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И НЕОБХОДИМОСТЬ ПРОФИЛАКТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ

*Б.В. Солоуха*

Перед начинающим педагогом стоит задача практического овладения всеми сторонами профессиональной деятельности: обучающей, воспитательной, педагогическим общением, способам самореализации своей личности, достижения результатов в обученности и воспитанности школьников. По истечении ряда лет одновременно с накоплением опыта, выработкой собственного подхода, индивидуального стиля деятельности, профессиональной позиции у педагога появляется «психическая усталость», профессиональная дезадаптация и т.п.

Впервые исследования механизмов и условий возникновения профессиональной дезадаптации учителей были проведены А.С. Шафрановой. В 20-х гг. изучалась динамика работоспособности учителей, существование «латентных факторов» индивидуальности, предрасполагающих или препятствующих развитию психической усталости у работающих учителей. Ею была построена классификация профессий на основе полученных данных:

- профессии высшего типа определяются по признаку «необходимой постоянной работы над предметом и собой», на основе творческого начала. В этот тип вошли профессии искусств и просвещения, позднее добавились врачи и инженеры;
- профессии среднего типа – подразумевающие работу только над предметом;
- профессии низшего типа – после обучения не требуют работы над собой и предметом.

К особенностям группы «высших профессий» автором были отнесены следующие положения: работа всегда новая; ряд компонентов недоступен вашему наблюдению и учету, а доступные моменты требуют анализа; свойства продукта (личности учащегося) определяются свойствами самого педагога отмечается необходимость, путем специальной подготовки, развивать до совершенства психические и физические способности, обуславливающие успешное выполнение профессиональной деятельности, так как в противном случае совершается «насилие над психикой» и как результат: подавленность, измученность, раздражительность, переутомление – объясняются большим количеством внутренней работы, сложностью комплекса действий. Все выше перечисленное углубляется еще часовой напряженностью в виде «специфических эмоций».

Примерно в этот же период М.М. Рубинштейн выделил в структуре учителя важные качества, такие как любовь к детям, оптимизм, а во взаимоотношениях учителей и учащихся придавал особое значение «нерассудочному влиянию», например, умению вживаться в чужую психику, даже перевоплощаться, но не раствориться в ней. Учитель часто оказывается перед выбором, какого голоса слушаться – разума, вооруженного наукой или нерационального, подсказываемого чутьем, учитывая то, что эмоциональная сфера редко осознается и трудно управляема. Анализируя труд учителя, М.М. Рубинштейн пришел к такому выводу, что только зрелая личность в состоянии справиться с педагогической деятельностью.

На сложности и трудности педагогической профессии обратил внимание и В.В. Зинковский. Он говорил, что педагог все время думает не о себе, а о ребенке. Педагог все время только отдает, но никогда не получает. Он также отмечал, чтобы педагогу понимать детей, он должен «спускаться до их уровня» и потому «педагог невольно идет не вперед, а постоянно спускается до уровня своих питомцев, чтобы понимать их и быть понятым». Характеризуя специфику педагогического труда, автор определяет норму профессиональной деятельности учителя – 25 лет, ссылаясь на «необыкновенно тяжелые условия», так как кроме усталости фиксируется еще и неподвижность, стремление остановиться на шаблоне, самоуверенность.

На определенных периодах, профессиональной деятельности возможно появление «болезни общения»: «истощения», «выгорания», уход от контактов. Так, Л.А. Китаев-Скипник рассматривает «болезнь общения» – «выгорание», как следствие душевного переутомления. Оно характеризуется исчезновением остроты чувств и переживаний, негативным отношением к партнерам по общению, возникновением конфликтов, упадническим настроением, потерей человеком представлений о ценности жизни, когда все становится безразличным. Явление, называемое учеными «феноменом сгорания», характерно не только для отечественного учительства. Термин «эмоциональное сгорание» введен американским психиатром К.Дж. Фрейденбергом для характеристики психического состояния здоровых людей, находящихся в интенсивном общении с клиентами, пациентами, в эмоционально нагруженной атмосфере при оказании профессиональной помощи.

Первоначально количество профессионалов, подверженных «эмоциональному сгоранию», было незначительно: сотрудники медицинских учреждений и различных общественных организаций. Р. Шwab рассматривает главные профессии риска: учителя, полицейские, политики, юристы, менеджеры. В дальнейшем ведутся работы по исследованию синдрома «эмоционального сгорания», его описанию. Так, К. Маслач детализирует проявление этого синдрома: чувство эмоционального истощения, изнеможения (человек чувствует невозможность отдаваться работе так, как это было прежде); дегуманизация, деперсонализация (тенденция развивать негативное отношение к клиентам); негативное самосприятие в профессиональном плане – недостаток чувства профессионального мастерства. Махер Э. обобщает перечень синдрома «эмоционального сгорания»: усталость, утомленность, истощение; психосоматическое недомогание; негативное отношение к клиенту и самой работе; скудность репертуара рабочих действий; злоупотребление табаком, кофе, алкоголем и т.п.; отсутствие аппетита или наоборот переедание, негативная «А-концепция»; агрессивные чувства (раздражительность, напряженность, тревожность, беспокойство, взволнованность до перевозбуждения); упадническое настроение и связанные с этим эмоции пессимизм, цинизм, чувство безнадёжности, апатия, депрессия, чувство бессмысленности.

Феномен стал общепризнанным, возник вопрос о факторах, способствующих или тормозящих его. В исследовании австралийских ученых П. Маркка и Дж. Молли выявлено, что «феномен сгорания» не связан ни с социальными характеристиками, ни с биографическими, а определяется психологическими характеристиками. На появление «феномена сгорания» оказывают влияние такие особенности личности, как «низкий уровень самоуважения, репрессивный тип совладания, низкий уровень социальной поддержки». Учителя с выраженным «синдромом сгорания» проявляют низкий уровень профессионального роста, неудовлетворенность работой, основными стрессогенными факторами считают проблемы, связанные с учительством.

Возможно, обучение студентов старших курсов способам борьбы с выгоранием может показаться преждевременным, ведь они в полной мере еще не испытали погружения в профессиональную среду. Однако, поскольку речь идет о профилактике выгорания, начинать ее до непосредственного столкновения с проблемой

видится целесообразным. Ведь кто предупрежден, тот вооружен.

Бочавер, говоря об особенностях студентов-психологов и так называемом «синдроме студента-медика», замечает, что «видимо, первой возникает любовь к постановке диагнозов...Классификация позволяет многое объяснить и предсказать – зачастую неправильно, но погрешность ведь неизбежна... Соответственно, возникает ощущение всепонимания, очевидности происходящего и сознание собственного профессионализма. Эта позиция может сохраниться навсегда, но может смениться пониманием того, что безусловность систематики иллюзорна, что часто приводит к скептическому отношению к психологической теории в целом».

На мой взгляд, нельзя однозначно отрицать, что те эмоциональные переживания, которые испытывают обучающиеся в педагогическом университете люди, не связаны с синдромом эмоционального выгорания. Структура обучения такова, что шансов «сгореть» у студентов предостаточно. Уже с первых этапов обучения им надлежит многое пропускать через себя, многое перекладывать на личный опыт. С нарастающей дифференциацией и углубленностью изучаемых проблем возникает все больше предпосылок посмотреть на свою жизнь под другим углом. А все это требует огромных эмоциональных затрат, которые зачастую превышают личные ресурсы.

Таким образом, овладение педагогической профессией связано не только с развитием личности учителя, его способностей, умений, навыков, помогающих успешно выполнять работу, но и с негативными последствиями, такими, как нарушение самочувствия, кофликтность, усталость, профессиональное выгорание, что проявляется во взаимоотношениях с учениками, коллегами, семьей. И это требует своевременной профилактики, а часто и коррекции.

### **Список использованных источников**

1. Водопьянова, Н.Е. Синдром «выгорания» в профессиях системы «человек-человек». Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / Н.Е. Водопьянова; под ред. Г. С. Никифорова, М. А. Дмитриевой, В. М. Снеткова. – СПб.: Речь, 2003. – С. 270–282.
2. Орел, В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования / В.Е. Орел // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22, № 1. – С. 90–101.
3. Ронгинская, Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях / Т.И. Ронгинская // Психологический журнал. – М.: Наука, 2002. – Т. 23. – № 3. – С. 85–95.
4. Форманюк, Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» учителя / Т.В. Форманюк // Вопросы психологи. – 1994. – № 6. – С. 34–56.