

Руденко С.А.
викладач
*Центральноукраїнський державний педагогічний
університет імені Володимира Винниченка
(м. Кропивницький)*

РОЛЬ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ У СИНДРОМІ «ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ» ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Проблема професійної деформації особистості у сучасних соціально-економічних умовах України набуває особливої значущості на фоні посилення конкурентоспроможності, недосконалої правової бази, низької соціальної захищеності педагога та недостатньої матеріальної бази. Процеси реформування сучасної освіти набули характеру нескінченності, модернізація професійної діяльності вчителів фізичного виховання внесла чисельну, але частіше за все не завжди корисну «паперову» роботу.

Професійний розвиток – досить складний процес, який має циклічний характер; людина не тільки вдосконалює свої знання, уміння і навички, розвиває професійні здібності, але може відчувати і негативний вплив цього процесу. Такий вплив призводить до появи різних деформацій і станів, які понижують не тільки професійні успіхи, але і негативно проявляються в «непрофесійному» житті. У зв'язку з цим можна вести мову про висхідну (прогресивну) і низхідну (регресивну) стадії професійного розвитку.

Професійна деформація може призвести до ускладнень у повсякденному житті та зниження ефективності праці. Переважна більшість вчителів фізичного виховання намагаються відповідати усім тим вимогам до особистості педагога, які висуває нормативна база. Та чим більше вони вмотивовані на беззаперечне виконання професійних обов'язків, тим частіше при невдачах переживають емоційні потрясіння.

Термін «емоційне виснаження» вперше був застосованим американським психіатром Х.Дж. Фрейденбергером для характеристики

психологічного стану здорових людей, які надавали професійну допомогу в тісній взаємодії з учнями у емоційно насиченій атмосфері [3].

Інтерес до синдрому «психічного вигорання» у професійній діяльності педагогів, тренерів, менеджерів виник у зарубіжній психології в 1970-і рр., і до сьогодні ця проблема широко вивчається в контексті впливу професійних стресів на особистість спеціалістів.

Синдром «професійного вигорання» найбільш є характерним для представників комунікативних професій, які спілкуються в діаді «учитель-учень», у тому числі спортивних керівників, менеджерів команд, старших тренерів, тих, що виконують функції управління персоналом спортивних споруд та організацій. Дослідження показують, що ключову роль в синдромі «вигорання» відіграють емоційно утруднені або напружені стосунки між учителем та учнем, тренером і кваліфікованими спортсменами [2].

Не секрет, що види діяльності вчителів фізичного виховання пов'язані з великими нервово-психічними навантаженнями. Серед основних факторів впливу на емоційний стан вчителів фізкультури виділяють фізіологічні та психолого-педагогічні. До перших слід віднести – підвищене навантаження на зоровий та слуховий аналізатори, також на речовий апарат, до других – високий рівень відповідальності, у зв'язку з швидкою зміною ігрових ситуацій на уроці, збільшена кількість переключення уваги, міжособистісні контакти, спілкування з батьками.

Найбільш яскраво синдром «професійного вигорання» проявляється у тих випадках, коли комунікації обтяжені негативною емоційною насиченістю або когнітивною складністю, як це часто буває у тренерів у тривалих і відповідальних спортивних турнірах та змаганнях з невизначеністю на кінцевий успіх, але з високими надіями. Імовірність появи проблеми вигорання збільшується в міру зростання частоти і тривалості контактів руйнівної або дратівливої емоційно-психологічної природи. Відповідним чином «професійне вигорання» співвідноситься і з кількістю, і з якістю

міжособистісних контактів, які педагог мав зі своїми учнями або підопічними.

Дослідники С.І. Кудінов та І.В. Седова [1] вважають, що однією з причин професійного вигорання є завищена особистісна відповідальність вчителів. Хоча у більшості наукових робіт по проблемі відповідальності вчені переважно висвітлюють взаємозв'язок даної особистісної якості з вдалою професійною діяльністю, та все ж, існує думка, що саме адекватний або як його називають помірний, гармонійний рівень забезпечить успіх виконуваної роботи.

У вчителів фізичної культури, які мають високий рівень відповідальності, домінують її гармонійні складові – ергічність, інтернальність та усвідомлення. Змістовно проявляються цілі та настанови до прояву відповідальної поведінки в незалежності від обставин, при цьому такі вчителі використовують широкий набір засобів та прийомів у вирішенні поставлених завдань. Спостерігається принциповість у вирішенні складних завдань, що проявляється у тривалості процесу рішення, спираючись на когнітивні та вольові якості, які є основними складовими професійної відповідальності.

Протилежна картина у вчителів з низьким рівнем відповідальності, у яких характерно виражені – аергічність, астенічність, екстернальність. Такі педагоги проявляють відповідальну поведінку за зовнішнім примусом, при цьому переживають негативні емоції та подразнення. Відповідно свої професійні обов'язки виконують формально, без відповідної якості за принципом – я лише навчаю, а виховання це завдання батьків.

Тому несформованість відповідальності, або низький рівень прояву професійної відповідальності, не сприяє успіху у педагогічній діяльності вчителя фізкультури. Так само не йде на користь гіпертрофований рівень прояву відповідальності, коли вчитель прикладає надзусилля у виконанні дорученої справи, що веде за собою перенасичення емоційного фону та

хвилювань. Такі процеси призводять до більш гнітючих наслідків у вигляді перегорання та деформації особистості.

Проблема вивчення відповідальності у синдромі професійного вигорання на сьогоднішній день є актуальною, відхилення у її проявах, викликає негативні наслідки не лише для самих вчителів фізичної культури, а також для тих, хто знаходиться поряд – їх вихованців.

Література:

1. Кудинов С.И., Седова И.В. Исследование эмоционального выгорания у педагогов с разными уровнями ответственности // Точка доступа <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-emotsionalnogo-vygoraniya-u-pedagogov-s-raznymi-urovnyami-otvetstvennosti>.
2. Сіткар В.І. Гендерні особливості «синдрому вигорання» у педагогів // В.І. Сіткар, О.М. Кікінеджи // Психологія. – 36. НПУ ім. М. Драгоманова. – № 1. – 2004. – С. 4–16.
3. Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя // Т.В. Форманюк // Вопросы психологии. – 1994. – № 6 – С. 39–40.