DOI: 10.17117/na.2016.06.01.557

<http://ucom.ru/doc/na.2016.06.01.557.pdf>

Поступила (Received): 04.06.2016

Короткая И.И., Сульженко Ю.А.
Особенности влияния психологического здоровья
педагога на благоприятность климата в
педагогическом коллективе

Korotkaya I.I., Sulzenko Yu.A.
Features of the influence of the psychological health of a teacher on
a favorable climate in the pedagogical collective

Статья посвящена исследованию особенностей психологического здоровья педагогов, работающих с детьми разного возраста

Ключевые слова: психологическое здоровье, эмоциональное выгорание, психологический климат

The article is devoted to peculiarities of psychological health of teachers working with children of different ages

Key words: psychological health, emotional burnout, psychological climate

Короткая Ирина Ивановна

Социальный педагог

*Средняя общеобразовательная школа № 49
г. Белгород, ул. Конева, 11*

Korotkaya Irina Ivanovna

Social worker

*Secondary school № 49
Belgorod, Koneva st., 11*

Сульженко Юлия Александровна

Педагог-психолог

*Средняя общеобразовательная школа № 49
г. Белгород, ул. Конева, 11*

Sulzenko Yulia Aleksandrovna

Educational psychologist

*Secondary school № 49
Belgorod, Koneva st., 11*

Особенности личности педагога и его эмоциональное состояние всегда играли очень важную роль в школьной среде. Человеческий фактор в школе включает в себя психологические свойства и состояния педагогического коллектива, его настроение, творческий и нравственный микроклимат, сплоченность, трудовую и управленческую активность, психологическую совместимость, авторитетность и др. На деле получается, что от того, насколько дружелюбна сложившаяся атмосфера, каков психологический климат в коллективе, зависит успешность совместной деятельности коллектива, достижение поставленных коллективом целей. Климат в учебном заведении оказывает мощное влияние не только на успехи и неудачи педагогов, но влияет на сегодняшнюю жизнь и завтрашние взгляды и деятельность учеников. А это значит, уровень комфортности в педагогическом коллективе напрямую взаимосвязан с эффективностью образовательного процесса.

Здоровый и духовно развитый педагог получает удовлетворение от своей работы, обладает высоким уровнем работоспособности, активности, творчества, стремится к совершенствованию.

В психологии есть понятие «психологическое здоровье». Психологическое здоровье (термин Дубровиной И.В.) – это «духовное благополучие человека, выступающее условием гармоничного развития, творческой активности и самореализации личности, гарантом ее целостности и сохранности как меры воздействия человека на человека и на самого себя, осознания ценности собственного бытия» [1]. Психологическое здоровье определяет характер и направленность личностной активности: будет ли эта активность направлена на позитивное саморазвитие либо на саморазрушение себя или другого человека.

Благоприятный эмоциональный климат в коллективе зависит от сложившейся в нем системы отношений. Огромную роль имеет сплочённость коллектива, отражающая его способность противостоять внутренним и внешним воздействиям, негативно влияющим на эффективность совместной деятельности. Если организованность характеризует способность группы формировать рациональную структуру взаимодействия между педагогами, то сплочённость – способность сохранять эту структуру. Сплочённость зависит от единства ориентаций, совместимости и потенциальной стабильности коллектива.

Немаловажную роль играют и межличностные отношения в коллективе, которые имеют закономерность динамично изменяться. Обычно, на исходном этапе развития педагогического коллектива, они бывают относительно безразличными (люди, не знающие, либо слабо знающие друг друга, не могут определённо относиться друг к другу), затем могут становиться конфликтными, а при благоприятных условиях превращаться в коллективистские. Существует такая закономерность: чем ближе по уровню своего развития группа находится к коллективу, тем более благоприятные условия она создаёт для проявления лучших качеств личности, торможения того, что в ней есть худшего, и наоборот. От межличностных отношений зависит не только эмоциональный тонус, но и состояние здоровья. По исследованиям Р.К.Шакурова настроение учителя на работе главным образом определяется его взаимоотношениями с учащимися, руководителями школы и коллегами. Межличностные отношения в педагогическом коллективе влияют на качество учебно-познавательного процесса, на творческую активность учителя, его удовлетворенность своей профессией.

В течение последних лет проблема сохранения психологического здоровья педагогов образовательных учреждений стала особенно острой. Частые конфликты как внутри педагогического коллектива, так и за его пределами происходят все чаще и чаще, и связаны они прежде всего именно с эмоциональной неустойчивостью педагогов, которая является следствием профессионального выгорания.

Профессиональное выгорание возникает в результате внутреннего накопления отрицательных эмоций без «разрядки» или «освобождения» от них. Профессиональное выгорание ведет к истощению эмоционально-энергетических и личностных ресурсов человека, это синдром, развивающийся на фоне

хронического стресса. Необходимость быть все время «в форме», невозможность выбора учащихся, отсутствие эмоциональной разрядки, большое количество контактов в течение рабочего дня, беспокойство, мышечное напряжение, повышенная утомляемость, время от времени могут проявляться в конфликтных действиях педагога, и чем сильнее «выгорел» педагог, тем чаще у него будет наблюдаться конфликтное поведение по отношению к окружающим.

В образовательном учреждении показатели психологического здоровья педагога проходят ежегодный мониторинг. Исследуются такие показатели как, уровень эмоционального выгорания, психологический климат в педагогическом коллективе, уровень общительности педагогов, уровень развития эмпатии.

Для работы с параметром эмоционального выгорания используется модель К. Маслач и С. Джексона. Авторы выделяют три его основных составляющих:

- **Эмоциональное истощение.**
- **Деперсонализация.**
- **Сокращенная профессиональная реализация (или редукция личных достижений).**

Синдром эмоционального выгорания у работника проявляется в тех случаях, когда человек низко оценивает свои возможности и достижения, не удовлетворен самореализацией в профессиональной сфере. Некоторую степень эмоционального истощения можно считать нормальным возрастным изменением, а для педагогической области профессиональной деятельности определенный повышенный уровень деперсонализации – необходимое средство психологической защиты.

Климат в коллективе называют благоприятным, если царит атмосфера доброжелательности, заботы о каждом, доверия и требовательности; если педагоги готовы к выполнению совместной работы, проявляют творчество и достигают высокого качества, работая без контроля со стороны администрации и неся полную ответственность за все происходящее. В психологически комфортном коллективе людям нравится общаться друг с другом, нет противоположно направленных в общении группировок. Представители администрации в случае благоприятного внутригруппового климата не являются источником угрозы, отношение к ним устанавливается как к участникам группы, за ними признается право принятия значимых для коллектива решений.

Каждый педагог в группе с благоприятным климатом уверен в себе, поскольку чувствует себя принятым, знает свои достоинства, свободен в выражении собственного мнения.

Говоря о психологическом климате в педагогическом коллективе выделяют 3 степени благоприятности психологического климата: **высокую** (при которой человек не ощущает максимальный комфорт в группе), **среднюю** (когда имеются области, в которых человек ощущает себя незащищенным), **низкую** (когда человек не чувствует поддержку со стороны окружающего его коллектива).

Для учителя развитые коммуникативные способности являются необходимым и профессионально-важным качеством. При чём, педагог должен уметь по-разному общаться с разными субъектами образовательного процесса (учениками, коллегами по работе, родителями, администрацией школы), т.е. быть мобильным в вопросах общения, уметь поддержать разговор на разные темы, но в то же время не быть навязчивым, не нарушать личное пространство собеседника.

Имеются различные степени проявления коммуникабельности. Менее общительным людям трудно удастся ужиться в коллективе, они предпочитают одиночество, новые контакты таких людей повергают в панику, надолго выбивают из колеи.

Обратимся к исследовательским результатам показателей психологического климата, уровня общительности и уровня эмоционального выгорания.

Таблица 1. Психологический климат в педагогическом коллективе (средние показатели за 3 года)

	Высокий уровень комфортности	Средний уровень комфортности	Низкий уровень комфортности
Кол-во	24	59	1
%	28,6%	70,2%	1,2%

Педагоги считают, что внутригрупповые отношения являются достаточно благоприятными, комфортными для выполнения совместной деятельности, но это не мешает отдельным работникам иметь свой взгляд и свое отношение к происходящему вокруг.

Таблица 2. Уровень эмоционального выгорания педагогических работников (средние показатели за 3 года)

	Высокий	Средний	Низкий
Кол-во	23	38	21
%	28%	46%	26%

Значительная часть педагогов в нашем образовательном учреждении имеют средний и низкий уровень эмоционального выгорания, что отражает благоприятный эмоциональный фон. Но в коллективе есть группа педагогов, имеющих повышенные показатели эмоционального выгорания.

Таблица 3. Уровень общительности педагогов (средние показатели за 3 года)

	Высокий уровень общительности	Средний уровень об- щительности	Низкий уровень об- щительности
Кол-во	58	26	-
%	69%	31%	-

В коллективе на высоком уровне сформировано профессионально-важное качество – коммуникабельность. Значительная часть коллектива имеет

нормальную и повышенную степень коммуникабельности, осведомлена в различных вопросах, не боится выступить перед аудиторией, в т.ч. и незнакомой.

Деятельность, направленная на сохранение и укрепление психологического здоровья педагогов является актуальной формой работы с педагогическим коллективом в современной школе.

Психологическое здоровье – это не только отсутствие конфликтов, травмирующих ситуаций, проблем – оно означает скорее зрелость, сохранность и активность механизмов личностной саморегуляции, обеспечивающих полноценное человеческое функционирование. Профессиональное здоровье педагога – это способность организма сохранять и активизировать защитные, регуляторные механизмы, обеспечивающие работоспособность, эффективность и развитие личности во всех условиях протекания профессиональной деятельности.

Профессия педагога относится к разряду стрессогенных и требует от него большого самообладания и саморегуляции. Для того, чтобы успешно справляться со стрессовыми ситуациями в педагогической деятельности важно разбираться, что такое стресс и каковы его причины. Стресс – это физиологическая реакция организма, выражающаяся в состоянии напряжения, подавленности и упадка.

В профессии педагога, изобилующей стрессовыми ситуациями, важным условием сохранения психического здоровья выступает его умение вовремя «сбрасывать» напряжение, снимать внутренние «зажимы», расслабляться.

Для того, чтобы педагоги образовательного учреждения умели справляться с внутренним напряжением, специалистами социально-психологической службы организовано проведение разнообразных развивающих занятий. В рамках такого сопровождения с педагогами проводятся разнообразные игровые упражнения, рисуночные техники, психотерапевтические методики, которые направлены на то, чтобы способствовать гармонизации внутреннего мира педагога.

Деятельность, направленная на сохранение и укрепление психического здоровья педагогов является актуальным направлением современной системы образования. Постоянное усложнение условий работы, возрастающие требования к уровню подготовки учащихся помимо возрастающего внутреннего напряжения специалистов – неблагоприятно влияют на психологическое здоровье педагогов.

Список используемых источников:

1. Диагностика профессионального выгорания (К.Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой) / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М., 2002. С.360-362/
2. Практическая психология образования/Под ред. И.В.Дубровиной. Питер, 2004. 278 с.
3. Немов Р.С. Психология. Кн. 1. М.: ВЛАДОС, 2003. 346 с.