

**Сёмина М.В., Максименко Е.В.**

## **К ВОПРОСУ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННОГО ПЕДАГОГА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Аннотация.** На основе анализа нормативных документов и контекстных материалов современных научных исследований в статье отражены существенные изменения, касающиеся усиления роли современного педагога дошкольного образования и усложнения его трудовых функций. Анализируются факторы возникновения эмоционального «выгорания» педагогов под влиянием специфических воздействий образовательной среды ДООУ и индивидуально-личностных особенностей педагога, в частности низкой готовности к стремительным преобразованиям содержания профессиональной деятельности, имеющим характер инноваций. Актуализируется проблема влияния профессионального стресса на психологическое здоровье педагога, представлены итоги эмпирического исследования, обоснована необходимость психопрофилактической и психокоррекционной работы с педагогами ДООУ, направленной на повышение их стрессоустойчивости как личностного ресурса.

**Ключевые слова:** педагог дошкольного образования, профессиональная деятельность, инновационная политика, профессионально значимые качества, психологическое здоровье, профессиональный стресс, саморазвитие.

**Marina V. Semina, Elena V. Maksimenko**

## **TO THE QUESTION OF PSYCHOLOGICAL HEALTH OF THE MODERN TEACHER OF PRESCHOOL EDUCATION**

**Annotation.** Based on the analysis of regulatory documents and contextual materials of modern scientific research, the article reflects significant changes regarding the strengthening of the role of the modern teacher of preschool education and the complexity of his labor functions. The factors of the emergence of the emotional «burnout» of teachers under the influence of the specific effects of the

educational environment of the kindergarten and the individual personality of the teacher, in particular, low readiness for the rapid transformation of the content of professional activity, having the nature of innovation, are analyzed. The problem of the influence of professional stress on the psychological health of the teacher is updated, the results of an empirical study are presented, the need for psycho-preventive and psycho-correctional work with kindergarten teachers, aimed at increasing their stress resistance as a personal resource, is substantiated.

**Keywords:** teacher of preschool education, professional activity, innovation policy, professionally significant qualities, psychological health, professional stress, self-development.

В современной России активно происходит модернизация системы образования, в том числе дошкольного уровня. Для успешной реализации экономических, культурных, социальных запросов общества необходимы высококлассные специалисты – педагоги ДОО. Безусловно, от личности педагога, степени его профессионализма зависит эффективность работы дошкольных образовательных учреждений и качество оказываемых услуг [5, с. 30]. Факт внесения изменений в такие документы, как федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) и Профессиональный стандарт педагога, предусматривает подготовку квалифицированных, компетентных специалистов, соответствующих уровню мировых стандартов.

Обратимся к Профессиональному стандарту педагога, в котором определены психолого-педагогические требования и профессиональные компетенции, в полной мере отражающие специфику работы педагога. В данном Стандарте изложена многофакторная модель реформирования образования [2, с. 8]. Анализируя требования, изложенные в данном документе, несложно понять суть продиктованных потребностей общества и государства. Характеристика качеств успешного профессионала представлена следующим образом: способность к нестандартным трудовым действиям и предвосхищению на основе стремления к переоценке ценностей, готовность к

переменам и неопределенному будущему, ответственность и самостоятельность в принятии решений, мобильность. Причиной этого является следующее утверждение: современная образовательная парадигма приводит к неизбежности применения инновационных новшеств на практике.

Известно, что профессия педагога дошкольного образования характеризуется высоким уровнем мобильности. Позитивные тенденции в личностном развитии педагога, по верному заключению Ю.Ю. Гудименко, наступают в условиях, свободных от мелочной регламентации, тотального контроля. Кроме того, характер педагогической деятельности допускает индивидуализацию образования в применении новейших образовательных стратегий [4, с. 46].

Усложнение трудовых функций педагога обращает авторов статьи к проблеме здоровья педагога и его профессионального долголетия. Исследовательский интерес к обсуждаемой в данной работе теме позволяет утверждать значительное расширение современного тезауруса феномена здоровья личности: от представлений о здоровье как физическом ресурсе (закаливание, физическая активность, спорт, рациональное питание, режим) через исключение сложных патологий психоневрологического профиля и, наконец, до взглядов на здоровье как на «структурообразующий конструкт духовной сферы человека и условие его творчества» (А.А. Бодалев, В.Т. Ганжин, А.А. Деркач) [7]. Сегодня психологические аспекты здоровья как субъективного состояния гармоничного благополучия личности (А.И. Аверьянов), преодоления пассивно-адаптированного уровня социального способа жизнедеятельности (О.В. Хухлаева) и перехода на новый, творческий уровень развития, в том числе профессиональный, становятся доминирующими. Психологическое здоровье как личностный и социальный ресурс является дихотомичной категорией: в своем позитивном векторе оно коррелирует с состояниями эмоционального благополучия, внутреннего душевного комфорта, чувством защищенности, способностью к творчеству и созиданию, стрессоустойчивостью, жизнестойкостью, социальной

эффективностью. Отрицательный модус рассматриваемого феномена связан с проявлениями эмоционального напряжения (нервозность, раздражительность, агрессивность, отчаяние), неконструктивными переживаниями, конфликтностью, снижением работоспособности и/или качества труда, появлением психосоматических расстройств и дезадаптацией личности.

Анализ современных источников по проблеме психологического здоровья педагогов доказывает, что профессия «педагог» потенциально эмоциогенна; говоря словами В.А. Сухомлинского, это «работа сердца и нервов», где требуется ежедневное расходование огромных душевных сил. В сочетании с возросшими общественными ожиданиями, утвержденными законодательно, это делает педагога уязвимым в плане нарушений его психологического здоровья: риска эмоционального выгорания и профессиональной деформации.

В своем исследовании Н.В. Прокопцева доказывает необходимость изменения педагогического сознания в ответ на масштабные преобразования динамично меняющегося современного мира [6, с. 7]. Становление личности педагога сопровождается не только совершенствованием умений и навыков, формированием профессионального мастерства, приобретением личностного смысла, помогающих успешно выполнять профессиональную деятельность, но и негативными последствиями, такими как нарушение самочувствия, конфликтность, усталость, что проявляется во взаимоотношениях с детьми, коллегами, администрацией [8, с. 58]. Чтобы соответствовать потребностям времени, педагогическому работнику необходимо отслеживать современные тенденции профессиональной практики, быть готовым к смене приоритетов. Иными словами, речь идет о риске чрезмерного эмоционального и физического дискомфорта педагога, который в конечном итоге отражается на психологическом здоровье самого специалиста.

Непредсказуемость социально-экономических процессов в обществе существенным образом влияет на неспособность современной личности противостоять длительным стрессам. Механизмы активизации нововведений

порождают трудности адаптации профессионала в изменяющейся профессиональной среде. Тем самым возникает весомый риск возникновения эмоционального «выгорания». Современные исследователи эмоционального «выгорания» в образовательной среде отмечают повышенный уровень развития этого синдрома у педагогов дошкольных образовательных учреждений. Проблема эмоционального «выгорания» личности детально проработана в работах В.В. Бойко, Н.Е. Водопьяновой, В.Е. Орла, Т.В. Форманюк, Н.В. Гришиной, А.А. Рукавишниковой, К. Маслак, С. Джексона, К. Кондо, К. Роджерса и др. [3, с. 220]. В контексте данного исследования достаточно важным для решения как теоретических, так и практических вопросов является проблема изучения отрицательного влияния профессии на личность работника. Данная проблема находит свое подтверждение в очевидном противоречии. С одной стороны, в основу федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования заложен системно-деятельностный подход, который предусматривает формирование у специалиста способностей к самоопределению и самореализации, готовности к саморазвитию в современных социально-экономических условиях, что соответствует новому социальному заказу [1, с. 10]. С другой стороны, практически повсеместно наблюдается недостаточная эмоциональная готовность педагогических кадров к осуществлению этих ожиданий в существующей системе морального и материального стимулирования их труда, а также реализации новых образовательных практик в ускоренном темпе и условиях директивной отчетности.

С целью подтверждения на практике теоретических выводов по рассматриваемой проблеме авторы статьи организовали психодиагностическое обследование. В эмпирическом исследовании применяли методику диагностики эмоционального «выгорания» личности В.В. Бойко, методику диагностики профессионального «выгорания» Н.Е. Водопьяновой, методику «Интегральная удовлетворенность трудом» А.В. Батаршева, тест на самооценку стрессоустойчивости личности Л.П. Пономаренко, Р.В. Белоусовой.

Экспериментальную выборку составили 54 педагога дошкольных образовательных организаций г. Читы в возрасте от 19 до 67 лет, женского пола, со стажем работы от 5 месяцев до 40 лет.

Обработка и анализ результатов стандартизированных опросников, которые заполняли сами педагоги, позволили установить у них наличие эмоционального «выгорания», определить фазу его развития, а также степень выраженности отдельных симптомов. На первой ступени психодиагностической работы было решено выявить уровень сопротивляемости стрессу. Примечательно, что у большинства педагогов дошкольного образования уровень стрессоустойчивости оказался средним. От наличия у человека такого важного качества, как стрессоустойчивость, зависит успешное социальное взаимодействие, эмоциональная стабильность, уровень тревожности и саморегуляции, психологическая готовность к стрессу. В результате проведенной психодиагностики эмоционального «выгорания» педагогов, а также интегральной оценки эффективности их педагогической деятельности были выявлены доминирующие симптомы эмоционального «выгорания» опрошенных педагогов. Также авторами статьи была предпринята попытка оценить уровень взаимосвязи профессионального «выгорания» и стажа профессиональной деятельности. Вывод оказался неутешительным: состояние эмоционального «выгорания» присутствует как у педагогов с внушительным стажем работы, так и у молодых специалистов. У молодых специалистов, как и у педагогов с 10-летним стажем и выше, проявления эмоционального «выгорания» являются достаточно высокими. Можно предположить, что у специалиста с непродолжительным стажем работы это связано с процессом адаптации. Деятельность педагога в данный период, скорее всего, направлена на становление навыков профессиональной деятельности в реальном пространственно-временном и социальном контексте, становление индивидуального стиля педагогической деятельности. Активизация ресурсов на начальном этапе профессиональной деятельности может сопровождаться ухудшением психоэмоционального состояния. У

профессионалов со стажем 10 лет и более, возможно, отсутствуют или слабо развиты востребованные сегодня компетенции цифрового образования, а также применяются недостаточно эффективные способы психической саморегуляции, которые позволяли бы им адекватно реагировать на профессиональные стрессогены, в том числе на изменения привычных условий труда.

Также в ходе исследования авторы статьи выявили у педагогов высокую степень удовлетворенности трудом. Высокая удовлетворенность работой характеризуется преобладанием позитивного, конструктивного отношения к работе со стороны сотрудников, оно проявляется в исполнительности, высокой степени ответственности за выполняемую работу, стремлении сделать ее как можно лучше, соблюдении норм поведения и требований организации, сотрудничестве, взаимопомощи, желании повышать свой профессиональный уровень. На взгляд авторов, это достаточно ярко характеризует мотивационную часть педагогической деятельности, когда профессию педагога выбирают по призванию.

Подводя итог по всему комплексу примененных диагностических методик, можно утверждать, что педагог дошкольного образовательного учреждения, безусловно, подвержен профессиональному стрессу и риску ухудшения психологического здоровья. Полученные в исследовании значения отражают реальную ситуацию в педагогическом коллективе и дают ориентиры для разработки Программы сохранения психологического здоровья посредством психопрофилактики «выгорания» педагогов ДООУ и формирования жизнестойкости как личного и профессионального ресурса.

Итак, ориентация современного образования на формирование специалиста инновационного типа, который способен реализовать образовательные стандарты, внедрять новейшие воспитательные информационные технологии, выдвигает перед дошкольным образованием новые задачи и требования. Одной из этих задач, считают авторы статьи, является сохранение психологического здоровья педагогов. Очевидно, что российское общество заинтересовано в специалистах, способных

самостоятельно действовать, принимать решения, отвечать за их реализацию, адаптироваться к изменяющимся условиям современности [9, с. 157]. Вероятно, оно нуждается в формировании нового подхода к вопросу охраны здоровья специалистов помогающих профессий, в том числе педагогов дошкольного образования.

### *Список литературы*

1. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 № 30384). – Текст : электронный // Консультант Плюс : [сайт]. – URL: <http://www.consultant.ru/> (дата обращения: 21.02.2020).
2. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 № 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель)». – Текст : электронный // Консультант Плюс : [сайт]. – URL: <http://www.consultant.ru/> (дата обращения: 21.02.2020).
3. Водопьянова Н. Е. Психология управления персоналом. Психическое выгорание : учебное пособие для академического бакалавриата / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2019. – 299 с. – Текст : непосредственный.
4. Гудименко Ю. Ю. Психологическая готовность к инновационной деятельности как условие профилактики профессиональной деформации личности воспитателя дошкольного образовательного учреждения : специальность 19.00.03 «Психология труда, инженерная психология, эргономика» : диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Юлия Юрьевна Гудименко. – Текст : электронный. – Тверь, 2014. – 179 с. – URL: <http://www.dissercat.com> (дата обращения: 22.02.2020).

5. Малышев И. В. Социально-психологические и индивидуальные характеристики личности выгорающих работников дошкольных образовательных учреждений / И. В. Малышев, О. Ю. Дрожалкина. – Текст : электронный // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. Науки о здоровье. – 2012. – Т. 1, вып. 3. – С. 28–32. – URL: <http://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 22.02.2020).
6. Прокопцева Н. В. Психолого-педагогические условия профилактики профессиональной деформации педагога : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Надежда Владимировна Прокопцева. – Текст : электронный. – Москва, 2010. – 182 с. – URL: <http://www.dissercat.com> (дата обращения: 22.02.2020).
7. Сёмина М. В. Здоровьесберегающее воспитание: нормативно-смысловые аспекты / М. В. Сёмина // Состояние здоровья: медицинские, социальные и психолого-педагогические аспекты : сборник статей / Отв. ред. С. Т. Кохан. – 2016. – С. 1318–1326. – Текст : непосредственный.
8. Сюртукова Е. Ю. Особенности детерминации психического выгорания в педагогических профессиях / Е. Ю. Сюртукова. – Текст : электронный // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. Психологические науки. – 2013. – Т. 19. – С. 56–59. – URL: <http://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 22.02.2020).
9. Федосова И. В. Профессиональная деформация личности педагога дошкольного образования: опыт эмпирического исследования / И. В. Федосова. – Текст : электронный // Евразийский союз ученых. Психологические науки. – 2015. – № 8 (17). – С. 156–159. – URL: <http://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 22.02.2020).

---

**Сёмина Марина Викторовна**, канд. пед. наук, доцент кафедры психологии образования, ФГБОУ ВО «Забайкальский государственный университет», г. Чита, Забайкальский край, Россия

**Marina V. Semina**, PhD in pedagogical sciences, associate professor of the educational psychology, FSBEI HE «Zabaikal State University», Chita, Zabaikal region, Russia

**Максименко Елена Васильевна**, студентка магистратуры, кафедра психологии образования, ФГБОУ ВО «Забайкальский государственный университет», г. Чита, Забайкальский край, Россия

**Elena V. Maksimenko**, undergraduate of the educational psychology, FSBEI HE «Zabaikal State University», Chita, Zabaikal region, Russia