

**И.П. Приходько**

(Мозырь, Мозырский государственный педагогический университет имени И. П. Шамякина)

**МОДЕЛЬ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО  
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ  
У ПЕДАГОГОВ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

В течение последних десятилетий проблема сохранения психического здоровья воспитателя в учреждении дошкольного образования стала особенно острой. Профессия педагога – одна из тех, где синдром эмоционального выгорания достаточно распространенное явление. Создавая для детей условия эмоционального комфорта, заботясь об их здоровье, развитии и безопасности, педагоги буквально «сгорают» на работе, чаще всего забывая о своих эмоциях, которые «тлеют» и со временем постепенно превращаются в «пламя».

Под «эмоциональным выгоранием» мы понимаем синдром, развивающийся на фоне хронического стресса и ведущий к истощению эмоционально-энергетических и личностных ресурсов воспитателя, возникших в результате внутреннего накопления отрицательных эмоций без соответствующей «разрядки» или «освобождения» от них [1, с. 86]. У педагогов,

которым характерно такое состояние заметно снижается энтузиазм в работе, нарастает негативизм и усталость. Синдром эмоционального выгорания – это долговременная стрессовая реакция, возникающая в связи со спецификой профессиональной деятельности. На развитие синдрома эмоционального выгорания оказывают многие факторы. К ним можно отнести специфику профессиональной педагогической деятельности, характеризующей высокой эмоциональной загруженностью и наличием большого числа эмоциональных факторов, которые воздействуют на труд воспитателя и могут вызывать сильное напряжение и стресс. Необходимость сопереживания, сочувствия, нравственная и моральная ответственность за жизнь и здоровье вверенных воспитателю детей способствуют возникновению неблагоприятных эмоциональных состояний и формированию защитного поведения.

Организация профилактической работы по предупреждению профессионального выгорания педагогов системы дошкольного образования осуществляется по двум направлениям:

– обучение социальным и коммуникативным умениям, навыкам самоуправления и самообладания, освоение конструктивных моделей преодолевающего поведения;

– реабилитация и восстановление психоэнергетического потенциала, актуализация личностных ресурсов, обретение смысла профессиональной деятельности и жизни, укрепление веры в собственные силы.

В ходе исследования нами была разработана модель организации профилактической работы по предупреждению профессионального выгорания у педагогов учреждения дошкольного образования «Ясли-сад № 17 г. Речица». Предложенная модель состоит из 5-ти взаимосвязанных блоков, определяющих основные направления деятельности руководителя учреждения дошкольного образования, специалистов и педагогов по предупреждению профессионального выгорания.

В целевом блоке определяется цель работы, выделяются задачи и ожидаемые результаты. В данном ГУО «Ясли-сад № 17 г. Речица» цель реализации модели – предупреждение профессионального выгорания у педагогов учреждения дошкольного образования. Задачами же выступают: мониторинг профессионального выгорания педагогов; создание условий, необходимых для профессионального развития и самосовершенствования педагогов; формирование у педагогов психологических компетенций, необходимых для профилактики профессионального выгорания; создание благоприятного социально-психологического климата в педагогическом коллективе; оказание психологической помощи при проявлении симптомов профессионального выгорания. Предполагаемый результат: создание системы мониторинга профессионального выгорания педагогов и уменьшение числа сотрудников, подверженных СЭВ; создание благоприятных условий для профессиональной деятельности педагогов.

Диагностический блок предполагает разработку пакета психологических методик, направленных на выявление и профилактику СЭВ у педагогов учреждения дошкольного образования. Содержательный блок раскрывает методологическую основу профилактической работы с педагогами учреждений дошкольного образования. Технологический блок включает в себя формы (индивидуальные и групповые консультации; педагогические советы), методы (тренинги, семинары, консультирование, анкетирование) и средства (подбор и расстановка кадров, разработка локальных и нормативных актов) организации профилактической работы. Результативный блок предполагает разработку критериев оценки эффективности разработанной модели. Критерии оценки: квалифицированность педагогов; социально-психологический климат в педагогическом коллективе; деперсонализация; редукция личных достижений; эмоциональное состояние; профессиональные личностные достижения, показатели.

Решающую роль в предотвращении синдрома профессионального выгорания является социальная поддержка педагога со стороны его коллег, руководителей, семьи, друзей. Особенно значимой для педагога учреждения дошкольного образования является поддержка администрации. При стимулировании педагогического труда важно не абсолютное количество вознаграждения, а его соотношение с собственным затраченным трудом и трудом своих коллег, что обозначается как справедливость. Кроме того, следует подчеркнуть важность такого фактора, как обратная связь. Для профилактики синдрома выгорания в педагогической

деятельности следует уделять больше внимания организации рабочего места и времени педагога, созданию психологического комфорта в профессиональной группе, с целью создания педагогического коллектива существующего как единое целое, как группы людей поддерживающих друг друга. Одним из направлений профилактической работы является снятие у педагогов дошкольного образования стрессовых состояний, возникающих в связи с напряженной деятельностью, формирование навыков саморегуляции, обучение техникам расслабления и контроля собственного физического и психического состояния, повышение стрессоустойчивости.

#### **Литература**

1. Бойко, В.В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении / В.В. Бойко. – СПб, 2009. – 278 с.
2. Орел, В. Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии. Эмпирические исследования: учебное пособие / В. Е. Орел. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. – 221 с.