СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА И МЕХАНИЗМОВ СОВЛАДАНИЯ С НИМ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ ПЕДАГОГОВ КОРРЕКЦИОННЫХ ШКОЛ

Радкевич А. В.

Научный руководитель: к.пс.н., доцент Козина Н.В.
Кафедра клинической психологии
Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет

Контактная информация: Радкевич Анна Валерьевна — студентка 6 курса, факультет клинической психологии.
E-mail: sav011296@yandex.ru

Ключевые слова: профессиональный стресс, совладание, педагог, коррекционная школа.

Актуальность: преподаватели коррекционных школ по сравнению с коллегами из общеобразовательных, имеют более выраженные показатели профессионального стресса. Особенности профессионального стресса у педагогов различны в связи со спецификой деятельности, а также в связи с различными этапами профессионального становления. Для большей результативности психологическая работа с каждым выделенным периодом должна строиться по разному.

Цель исследования: сравнить особенности профессионального стресса и механизмов совладания с ним на различных этапах профессионального становления педагогов коррекционных школ и разработать программу психологической поддержки.

Материалы и методы: авторская анкета «Особенности субъективного восприятия негативных факторов профессиональной деятельности» и «Влияние профессиональной деятельности на семейную ситуацию педагогов» Козина Н.В., Радкевич А.В.; Оценка уровня социально-психологической адаптации учителя средней школы М.А. Дмитриева; Оценка профессиональной дезадаптации М.А. Дмитриева; «Копинг-стратегии» Адаптация: Т.Л. Крюкова и др.; Шкала оптимизма и активности Адаптация: Н. Водопьянова и др.; «Профессиональное выгорание» Н. Водопьянова, Е. Старченкова; «Степень хронического утомления» А.Б. Леонова, И.В. Шишкина; Анализ состояния хронической усталости по МКБ-10; «Шкала оценки усталости» Адаптация: Л.Ф. Бикбулатова и др.; «Определение кризисогенных факторов и факторов, способствующих преодолению кризисов профессионального развития учителя» О.М. Чоросова, Р.Е. Герасимова.

Результаты: обследовано 3 группы педагогов: 28-35 лет (группа 1); 36-43 года (группа 2); 44–55 лет (группа 3).

Педагоги 1 группы имеют наиболее низкий уровень адаптации, обозначают больше аспектов деятельности, способных оказать негативное влияние на их семью. Средний уровень дезадаптации характерен для всех групп. Нарушение эмоциональной сферы, соматовегетативные симптомы, снижение общей активности, ощущение усталости выше у 3 группы. Наблюдается преобладание неконструктивных копингов над конструктивными. Неконструктивные копинги более выражены у 1 группы, конструктивные — у 2. Отмечается снижение уровня активности в 3 группе. В 1 группе преобладает тип «активные пессимисты», во 2 — «пассивные оптимисты», в 3 — «пассивные пессимисты». Отмечается увеличение степени хронического утомления и профессионального выгорания (от 1 к 3 группе). У каждой из 3х групп разные кризисогенные факторы. Факторы, способствующие преодолению кризисных явлений, выражены недостаточно у всех групп.

Выводы: для каждого этапа профессионального становления педагогов коррекционных школ характерны специфические особенности профессионального стресса и механизмов совладания с ним. Результаты позволили разработать для педагогов коррекционных школ практические рекомендации и тренинговую программу. Первичная апробация последней на выборке педагогов общеобразовательной школы показала ее результативность.

Литература

1. Водопьянова Н.Е. Стресс-менеджмент: учебник для бакалавриата и магистратуры / Н.Е. Водопьянова. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 283 с.
2. Соловьева Е.В., Бокачева О.Н. Психологическое сопровождение педагогов в формировании стрессоустойчивости// Мир науки, культуры, образования. — 2017. — №4. —С. 221–223.