

**Итоговые результаты обучения на курсе повышения квалификации по
программе дополнительного профессионального образования
«Эмоциональное выгорание педагога: детерминанты и техники
профилактики»**

Курсы повышения квалификации «Эмоциональное выгорание педагога: детерминанты и техники профилактики» (72 часа) проводились кафедрой психологии в период 22.0.2021 - 02.04.2021. В группе обучалось 27 человек, среди которых были педагоги-психологи, социальные педагоги, учителя-предметники. Обучение проходило в очном режиме с использованием дистанционных технологий, на платформе ZOOM.

Кадровое обеспечение программы повышения квалификации: лекционные и практические занятия проводили преподаватели кафедры психологии: Щербакова Т.Н – доктор психологических наук, профессор; Звездина Г.П. – кандидат психологических наук, доцент; Березин А.Ф. – кандидат психологических наук, доцент; Пугачевский О.О. – кандидат психологических наук, доцент; Овсяник С.Б. – доцент; Кичак А.В. – старший преподаватель.

Ресурсное обеспечение реализуемой программы повышения квалификации составляли:

- Дополнительная профессиональная программа «Эмоциональное выгорание педагога: детерминанты и техники профилактики»;
- Комплект входной, текущей и итоговой диагностики;
- Комплект мультимедийных презентаций по темам реализуемой программы;
- Нормативно – правовая и методическая документация.

Содержание программы реализуется посредством использования системы методов активного обучения: проблемных лекций, деловых и ролевых игр, тренингов, мозгового штурма, элементов игротехники, проблемных дискуссий, кейсов. Практические занятия строятся на основе рефлексии индивидуального педагогического опыта и самостоятельной работы слушателей по разработке учебных проектов, конструированию индивидуальных образовательных траекторий и собственных программ профессионального роста. Освоение программы завершается защитой учебных проектов в форме коллективного обсуждения и экспертной оценки представления образовательных результатов, достигнутых в ходе реализации индивидуальных маршрутов обучения.

Контроль освоения содержания программы осуществлялся в трех формах: входная диагностика ожиданий и компетентности слушателей по теме курсов; текущий контроль освоения содержания программы; итоговый контроль.

Входная диагностика

В комплекс инструментария входной диагностики входят две анкеты, позволяющие получить информацию, выраженную как в балльных шкалах, так и в форме утверждений. Анкеты имеют следующую структуру: название анкеты, вводная часть, мотивационный компонент (обращение к обучающемуся и сообщение о цели анкетирования), сообщение о направлении использования материалов опроса, обеспечивающее безопасные условия для респондента, инструкция по заполнению, выражение благодарности за участие в опросе.

По назначению анкеты делятся на два типа: для определения ожиданий участников образовательного процесса и для диагностики компетентности слушателей по проблеме, изучаемой в ходе повышения квалификации.

По результатам входной диагностики были выявлены познавательные запросы слушателей, которые концентрировались вокруг следующих проблем:

1. Факторы, провоцирующие развитие синдрома эмоционального выгорания
2. Условия эффективного педагогического общения
3. Техники конструктивного разрешения конфликтов
4. Алгоритмы профилактики и преодоления неблагоприятных эмоциональных состояний
5. Приемы создания безопасной здоровьесберегающей среды
6. Причины возникновения трудностей в процессе преодоления профессионального выгорания
7. Экспресс-диагностика функционального состояния педагога
8. Психологические приемы поддержания оптимального профессионального самочувствия

Более того, слушатели продемонстрировали заинтересованность в повышении собственной профессиональной компетентности в вопросах овладения слушателями современными психологическими технологиями развития аутопсихологической компетентности и формирование умений выбора позитивных копинг-стратегий; совершенствование системы субъективного контроля профессионального поведения педагога; организации и проведения занятий в системе методов активного обучения и использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе. Учитывая эти данные, в программе был сделан акцент на выработке понятийного аппарата, раскрывающего специфику синдрома эмоционального выгорания, а также особенностях применения здоровьесберегающих психологических технологий в реальной педагогической

практики. Большое внимание в ходе занятий было уделено отработке практических умений организации педагогического взаимодействия и развитию коммуникативной компетентности.

Текущий контроль

Текущий контроль осуществляется посредством выполнения практических заданий проективного, обобщающего и прогностического характера. Задания построены таким образом, чтобы активизировать познавательную активность слушателей, стимулировать формирование субъектной позиции педагогов, способствовать развитию профессиональной компетентности. Выполнение заданий предполагает работу в интерактивном режиме, командные формы работы, обсуждение и решение кейсов и проблемных ситуаций в подгруппах, индивидуальное выполнение. Предусмотрены задания, позволяющие расширить представления об изучаемой теме в ходе самостоятельной работы, проектировать собственную профессиональную деятельность. Система текущего контроля также включает в себя вопросы к собеседованию, темы для обсуждения в группах, задания для индивидуальной работы.

Итоговый контроль

Итоговый контроль осуществляется в форме защиты групповых проектов. Командные формы работы над проектами позволяют максимально использовать профессиональный ресурс слушателей и организовать коллективное информационное пространство по заданной теме. Преимущества данной формы проектной деятельности: в проектной группе укрепляются навыки сотрудничества, развивается профессиональное сообщество; проект может быть выполнен наиболее глубоко и разносторонне; в рамках проектной группы могут быть образованы подгруппы, предлагающие различные пути решения проблемы, идеи, гипотезы, точки зрения; элемент соревнования между ними, как правило, повышает мотивацию участников и положительно влияет на качество выполнения проекта.

Проекты оцениваются по следующим критериям: соответствие содержания работы теме задания; соотнесенность с объективно реальной действительностью; глубина анализа по теме задания; осведомленность о новейших исследованиях по данной теме (по материалам научной литературы); изложение материала, логическая стройность работы; соблюдение требований к оформлению работы; оформление презентации.

В качестве итоговой аттестации проходит презентация и защита проектов. Также слушателям предлагается анкета для определения их удовлетворенности образовательным процессом.

В ходе стажировки слушатели выполнили групповые проекты по следующим направлениям:

- Модель развития психологической компетентности профессионала.
- Психологический портрет коммуникативно успешного учителя.
- Модель индивидуальной траектории профессионально-личностного роста
- Приемы самоконтроля и саморегуляции коммуникативного поведения педагога
- Комплект диагностических материалов, направленных на определение актуального уровня стресса.

В разработке каждого проекта участвовала мини-группа в количестве 3- 5 человек, что позволяло использовать профессиональные и познавательные ресурсы и индивидуальный опыт каждого из участников и давало возможность в ходе проектной деятельности предложить реальную программу совершенствования качества педагогической деятельности, которая может быть в дальнейшем использована в образовательной практике, что позволило, в свою очередь расширить профессиональную зону применения отработанных моделей эффективного решения заявленных проблем.

Необходимо отметить содержательность и технологичность предложенных слушателями проектов, в ходе выполнения которых слушатели проявили заинтересованность, ответственность и творчество.

Оценка и итоги реализации программы

Подведение итогов проведения курсов повышения квалификации позволило заключить, что в ходе обучения слушатели повысили уровень компетентности в вопросах овладения современными психологическими технологиями развития аутопсихологической компетентности и формирование умений выбора позитивных копинг-стратегий; повысили психологическую готовность обучающихся к осуществлению профессиональной деятельности в условиях неопределенности и рисков современного образования; развили технологические компетенции проектирования индивидуальной траектории профессионально-личностного роста.

Выполняемые в ходе обучения задания и защита проектов на итоговой аттестации продемонстрировали наличие высокой мотивации обучения, заинтересованность слушателей и готовность к освоению новых форм и содержания работы в общеобразовательных учебных учреждениях. По данным собеседования и результатам анкетирования можно констатировать удовлетворенность участниками содержанием и формой проведения курсов. В целом, в качестве позитивных моментов было отмечено хорошее научно-методическое обеспечение, высокий

уровень профессиональной компетентности преподавателей, нормативно-правовая корректность, содержательность и актуальность предлагаемых материалов, высокая практическая ориентированность.

В качестве позитивного эффекта реализации программы можно отметить ориентированность участников на дальнейшее сотрудничество и готовность принимать участие в системе методических мероприятий, направленных на реализацию проекта «Учитель будущего», проводимых в образовательном пространстве региона.

В частности, с целью получения обратной связи от участников семинара о содержании, процессе и организационных аспектах курсов слушателям предлагалась анкета, составленная по методу незаконченных предложений.

Оцените по 5-бальной системе утверждение «Курсы для меня были интересны и полезны»



Слушатели дали высокую оценку курсам, оценив их как интересные и полезные.

Оцените по 5-балльной системе утверждение: «Курсы носили практико-ориентированную направленность»



Слушатели дали высокую оценку курсам с точки зрения их практикоориентированности.

В ходе анализа результатов итоговой диагностики было выявлено, что **наибольший интерес** у слушателей вызвали:

- формат проведения и организация учебного процесса;
- практическая направленность занятий по профилактике СЭВ;
- обсуждение практических ситуаций, техник поддержки и помощи;
- практический опыт, предлагаемый специалистами, литература, предложенная для изучения;
- тема компетенций педагога, прохождение диагностических блоков
- особенности работы службы психологического сопровождения субъектов образования.

Наибольшую **индивидуальную ценность** по мнению слушателей имеет:

- «побуждение к прочтению литературы профессиональной направленности»;
- «возможность поделиться опытом и изучить опыт коллег»;
- «просмотр и совместное обсуждение видеоматериалов, обмен мнениями и групповое взаимодействие»;
- «доступ к учебным материалам в электронном виде»;
- «общение с коллегами».

В качестве наиболее **оптимальных форм проведения занятий** слушателями были выделены:

Дистанционные
Очно
Дистанционный формат, лично мне, показался достаточно эффективным. Куратор (Овсяник С.Б.) отлично организовывал информирование слушателей, оперативно давал комментарии по затрудняющим вопросам
Оптимально было бы, прохождение курсов в нормальном режиме. Живое общение дает больше результатов
наиболее оптимальными для меня является обучения при непосредственно личном контакте.
Имеющаяся форма видится мне оптимальной.
Очная, в дистанционном режиме, сложно из нагрузки и проблем интернета

Занятия в привычном формате глаза в глаза
Тренинговые
Лекция, тренинг, отработка практических навыков.
Очные занятия. Очень сложно работать и присутствовать на занятиях онлайн.
Очно, с отрывом от работы.
видеоконференция с практическими заданиями
лекция-диалог, проблемная лекция, консультация, собеседование.
дистанционные
лучше конечно чтобы курсы проходили очно, но опыт с дистанционными курсами тоже важен

Из ответов видно, что слушатели предпочли бы курсы ПК традиционного (не удаленного) формата, но дистанционный формат также считают возможным при условии отрыва от производства и достаточной технической оснащенности.

На вопрос «В чем Вы видите приращение Вашего профессионализма в рамках прохождения данных курсов» слушатели давали ответы:

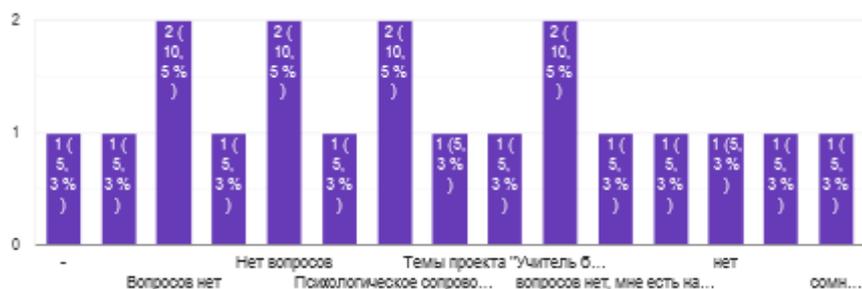
Пополнила свой багаж знаний. А моменты, где допускала ошибки, стали новыми отправными точками для роста. Знаю теперь свои пробелы, ставлю новые цели в профессиональном и личностном развитии.
Приобретение опыта в работе педагога-психолога
Курсы дополнили имеющиеся знания, которые буду применять в практической деятельности
Повышение профессиональной компетентности и осознание важности развития
Учитывая, что в сфере образования я работаю всего лишь около 2-х месяцев, то весь материал представляет для меня новизну и ценность. Стал лучше разбираться в теоретических аспектах работы педагога-психолога.
Новые знания, опыт работы в поведенческом подходе.
Возможность использования полученных знаний в своей работе, как социального педагога

Пополнила свой багаж знаний. А моменты, где допускала ошибки, стали новыми отправными точками для роста. Знаю теперь свои пробелы, ставлю новые цели в профессиональном и личном развитии.
Приобретение опыта в работе педагога-психолога
Курсы дополнили имеющиеся знания, которые буду применять в практической деятельности
Повышение профессиональной компетентности и осознание важности развития
Учитывая, что в сфере образования я работаю всего лишь около 2-х месяцев, то весь материал представляет для меня новизну и ценность. Стал лучше разбираться в теоретических аспектах работы педагога-психолога.
Новые знания, опыт работы в поведенческом подходе.
Возможность использования полученных знаний в своей работе, как социального педагога

На вопрос «Продолжите выражение «На мой взгляд, требуют доработки следующие моменты...» слушатели дали ответы

Нет претензий и замечаний, все хорошо
Технические сложности- скорость интернета, проблемы со связью
Курсы без отрыва от основной деятельности. Трудно соблюдать регламент выполнения заданий-
Необходима организация КПК с отрывом от производства (испытывала сложности, т.к. являюсь совместителем)
Необходимость живого общения

На вопрос «Продолжите выражение: У меня остались вопросы, сомнения относительно...» были получены следующие ответы:



Подавляющее количество слушателей заявили о том, что у них не осталось вопросов и сомнений в контексте темы курсов.

Изучив ответы слушателей, можно сделать вывод, что курсы ПК актуализировали потребность в дальнейшем повышении профессиональной психологической компетентности, профессиональном росте, активном

использовании полученных знаний в своей практической работе, повышая ее эффективность и результативность. Можно сделать общий вывод о том, что слушатели курсов «Эмоциональное выгорание педагога: детерминанты и техники профилактики» выразили свою высокую удовлетворенность пройденными курсами. Результаты проведения итоговой аттестации и опрос участников курсов показали, что поставленные цели были достигнуты в ходе проведения лекционных и практических занятий по теме: «Эмоциональное выгорание педагога: детерминанты и техники профилактики».

Участие курсовых мероприятиях позволило участникам:

- повысить уровень психологической профессиональной компетентности в контексте приоритетных направлений реализации федерального проекта «Учитель будущего
- овладеть современными психологическими технологиями развития аутопсихологической компетентности и сформировать навык выбора позитивных копинг-стратегий;
- развить у слушателей технологические компетенции проектирования индивидуальной траектории профессионально-личностного роста;
- совершенствовать систему субъективного контроля профессионального поведения ;
- повысить психологическую готовность обучающихся к осуществлению профессиональной деятельности в условиях неопределенности и рисков современного образования.

Вместе с тем, был отмечен высокий уровень готовности слушателей продолжить работу над совершенствованием профессиональных компетенций обучающихся в области применения современных психологических технологий непрерывного профессионально-личностного роста и профилактики эмоционального выгорания в рамках научно-методических, учебных мероприятий и деятельности сетевых профессиональных сообществ.

Доктор психологических наук, профессор
заведующий кафедрой психологии

Т.Н. Щербакова