

УДК 159**Особенности психологического благополучия у педагогов, работающих с детьми с расстройствами аутистического спектра****Лобанов Даниил Валерьевич**

Аспирант,
Московский государственный педагогический университет,
129226, Москва, 2-й Сельскохозяйственный проезд, 4;
e-mail: salvatation@yandex.ru

Аннотация

Понятие психологического благополучия педагога претерпевает изменения в контексте научных исследований в современной психологической науке. Глобальные изменения и перемены жизни в стране непосредственно влияют на учителей и их профессиональную деятельность в целом. В статье рассматриваются особенности психологического благополучия педагогов, работающих с детьми с расстройствами аутистического спектра. На первом этапе исследования приняли участие 160 педагогов в возрасте 20-70 лет. Результаты анализа показали, что под особенностями психологического благополучия педагогов, работающих с детьми с РАС, можно рассматривать: адаптационные способности, индекс качества жизни, эмоциональный интеллект и эмоциональное выгорание. Также, у учителей в специальном (коррекционном) учреждении они значительно выражены, в отличие от педагогов, работающих с данной категорией детей в общеобразовательной школе. Автор подчеркивает, что данные показатели – важны при работе с детьми с РАС. Полученные данные могут свидетельствовать, что педагоги из коррекционной школы наиболее подвержены сильным психологическим нагрузкам в своей профессиональной деятельности, несмотря на небольшой уровень адаптации. Недовольство качеством своей жизни, более сильная предрасположенность к формированию психосоматических и психовегетативных нарушений, приводящих к выгоранию, также наглядно демонстрируется у педагогов данной категории.

Для цитирования в научных исследованиях

Лобанов Д.В. Особенности психологического благополучия у педагогов, работающих с детьми с расстройствами аутистического спектра // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2025. Т. 14. № 3А. С. 204-212.

Ключевые слова

Психологическое благополучие, педагогическая психология, аутизм, РАС, педагогика.

Введение

За последние годы интерес к исследованиям психологического благополучия педагогов существенно вырос. Это свидетельствует о том, что работа учителей представляет собой – сложный и многогранный процесс, требующий от педагога не только профессиональных знаний и навыков, но и высокого уровня эмоциональной устойчивости и следования современным трендам в образовании. А.Ю. Кожевникова обозначает, что психологическое благополучие учителя зависит от ряда внешних и внутренних факторов [Кожевникова, 2020].

Одним из популярных и современных трендов является «инклюзивное образование». Особый формат в профессиональной деятельности педагога — обучение в условиях инклюзивного образования детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) [Шебалкова, 2021]. Все больше учителей начинают работать ними. Самая распространенная группа таких обучающихся – это дети с расстройствами аутистического спектра. Педагоги вынуждены каждый день сталкиваться со сложностями, которые присутствуют в работе с данной нозологической группой детей. Учителя данной категории чаще сталкиваются с чувством эмоционального истощения, деперсонализацией и снижением профессиональных достижений [Maslach, Leiter, 2016].

Повышается необходимость применения индивидуализированных методов обучения, работы с эмоциональными и поведенческими проблемами детей, а также поддержания собственной психоэмоциональной стабильности. Особенности психологического благополучия педагогов оказывают значительное влияние на профессиональную деятельность и личность учителя.

Основное содержание

Психологическое благополучие учителей, работающих с детьми с расстройствами аутистического спектра (РАС), является одной из важных областей, затрагивающей сферу образования. Обучение для детей с РАС связано с уникальной системой запросов, с которыми ежедневно может взаимодействовать педагог.

Учителя, работающие в классах, где числятся обучающиеся с РАС достаточно часто сталкиваются с такими негативными факторами, как:

- повышенный уровень стресса,
- разочарования,
- эмоциональное выгорание.

Н. А. Беспалько обозначила проблему профессионального выгорания среди педагогов, работающих с детьми с особыми образовательными потребностями через ключевые факторы, влияющие на риск выгорания: недостаток эмоциональной поддержки, ограниченность ресурсов и сложность коммуникации с детьми [Беспалько, 2017].

Все это не только влияет на психическое здоровье учителей, но и может сказаться на их психологическом благополучии, а также образовательном процессе всех обучающихся в классе. Важным решением этих проблем является создание инклюзивной и благоприятной учебной среды, однако есть задачи, которые необходимо также реализовывать в образовательном процессе, а именно, адаптировать учебную программу с учетом особенностей детей, предотвращать деструктивные виды поведения, создающие препятствия в учебной деятельности.

Большинство педагогов испытывают чувство подавленности из-за требований, предъявляемых в обучении индивидуального характера. Это может вызывать у них чувство неполноценности и повышенную фрустрацию. Помимо этого, повышается риск на отсутствие возможностей для развития в профессиональном ключе.

Психическое здоровье учителей существенно зависит от условий в классе и систем поддержки. Недостаточное финансирование специальных образовательных программ обучения является фактором, который ограничивает возможности учителей предоставлять необходимые условия и меры поддержки обучающимся с РАС. Это приводит к системным проблемам в образовательных учреждениях.

Дискуссии о психологическом благополучии учителей и успеваемости обучающихся подчёркивает необходимость совершенствования политики и методов, которые поддерживают как учителей, так и обучающихся с РАС, указывая на важную область для будущих исследований и разработок в образовании. М.Н. Колесникова обозначила, что уровень стресса у педагогов коррекционной направленности значительно выше, чем у учителей из общеобразовательных школ [Колесникова, 2020].

Целью исследования являлось первичное выявление особенностей психологического благополучия педагогов, работающих с детьми с расстройствами аутистического спектра.

Методы

Методики исследования:

- Опросник «Шкала психологического благополучия К. Рифф (в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко);
- «Многоуровневый личностный опросник Адаптивность (МЛО-АМ)» А. Г. Маклаков, С. В. Чермянин; <https://psytests.org.ru/authors.html?qermaninsv>
- «Шкала оценки качества жизни Q-LES-Q» Дж. Эндикотт (Адаптация Н.Е. Водопьянова, в модификации Н.П. Фетискина и Т.И. Мироновой);
- «Опросник эмоционального выгорания» В.В.Бойко;
- «Тест эмоционального интеллекта» Н. Холла.

Дополнительно учитывался стаж работы, тип учреждения и работа с детьми с расстройствами аутистического спектра. Исследование проводилось на базе одного из общеобразовательных школ г. Москвы и «школы-интернат для обучающихся с ОВЗ» Московской области. Анализ осуществлялся через заполненные опросники, личные беседы. Также посещались уроки учителей, работающих с обучающимися с расстройствами аутистического спектра.

Результаты исследования

Согласно полученным результатам опросника «Шкала оценки качества жизни Q-LES-Q» Дж. Эндикотт (Адаптация Н.Е. Водопьянова, в модификации Н.П. Фетискина и Т.И. Мироновой) демонстрируется уровень индекса качества жизни (ИКЖ) у педагогов, где: Д – депрессивный уровень, НП – низкий показатель, УП – удовлетворительный показатель, ХП – хороший показатель, ВП – высокий показатель.

У педагогов, работающих с детьми с РАС в коррекционной школе выражен низкий уровень и составляет 58%, а у педагогов из общеобразовательной школы 46%.

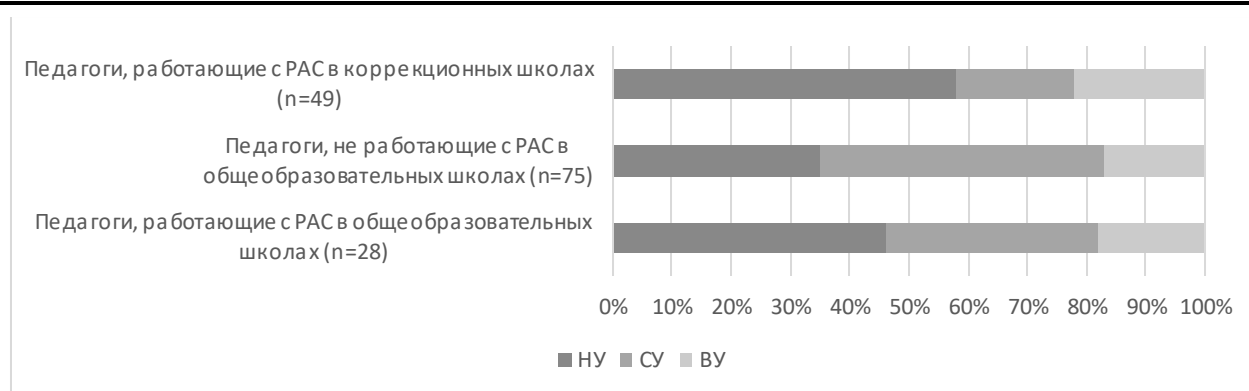


Рисунок 1 – Распределение педагогов по уровням ИКЖ (методики шкала оценки качества жизни), в %.

С помощью опросника «Многоуровневый личностный опросник Адаптивность (МЛЮ-АМ)» А. Г. Маклаков, С. В. Чермянин были получены данные, на основе которых можно увидеть различия по показателю «Адаптационные способности», где: НП – низкий показатель, удовлетворительный показатель, ХП – хороший показатель, ВП – высокий показатель.

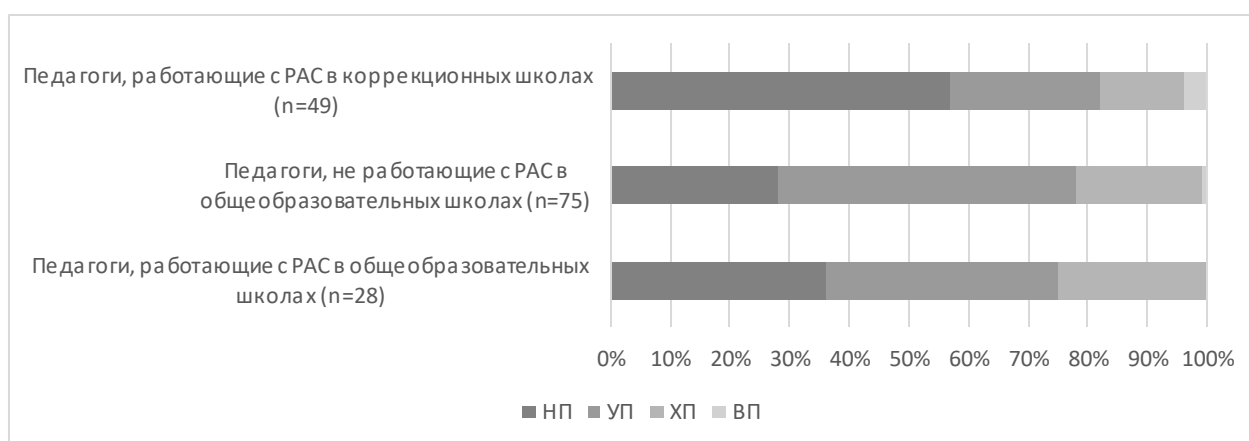


Рисунок 2 – Распределение педагогов по уровням Адаптивности (шкала Адаптационные способности), в %.

Низкий уровень выраженности адаптационных способностей у учителей, работающих с детьми с РАС в коррекционной школе проявляется в 57%, когда в общеобразовательном учреждении он равен 28%. Высокий показатель имеют всего лишь 4% педагогов, работающих в специальном учреждении.

Анализ результатов теста «Эмоционального интеллекта Н. Холла» показал различия в области выраженности «интегративного показателя», где: НУ – низкий уровень, СУ – средний уровень ВУ – высокий уровень.

У педагогов, взаимодействующих с обучающимися с РАС в общеобразовательной школе, показатель составил 82%, а в коррекционной школе 57%.

Данные по результатам методики В.В. Бойко «Эмоциональное выгорание» были наиболее выражены в «фазе истощения», где доминирование симптома проявилось в показателе «психосоматические и психовегетативные нарушения».

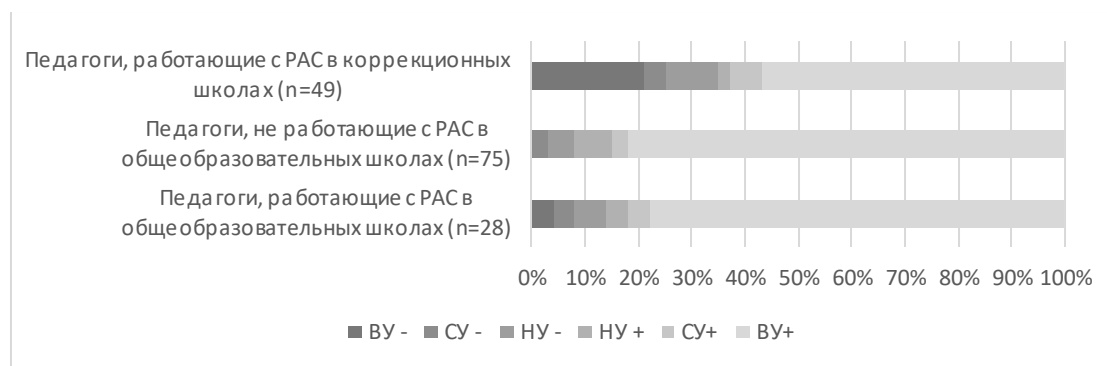


Рисунок 4 – Распределение педагогов по уровням Эмоционального интеллекта (интегративный показатель), в %

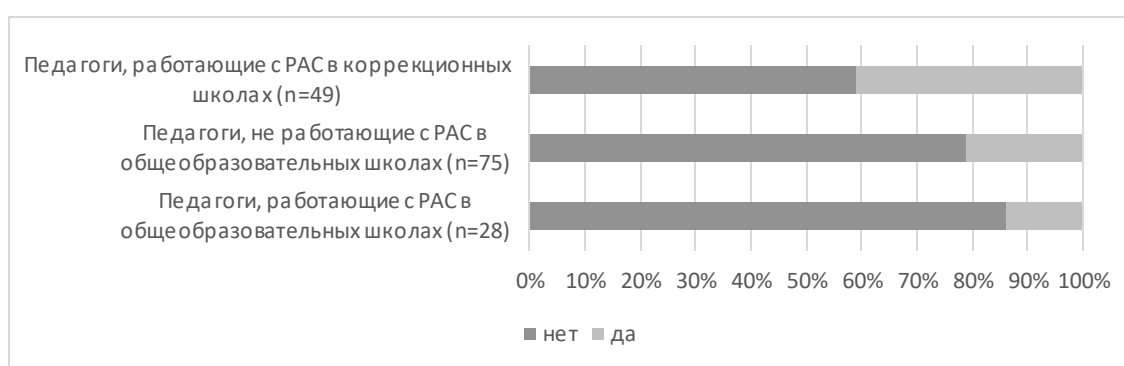


Рисунок 5 - Распределение педагогов по доминирующим симптомам эмоционального выгорания (фаза истощение), в %

Учителя, работающие с детьми с РАС в коррекционной школе, имеют выраженное значение равное 41%, а в общеобразовательной школе оно составляет 14%.

Обсуждение результатов

Особенности психологического благополучия педагогов, работающих с детьми с РАС на первом этапе нашего исследования, были представлены в виде: индекса качества жизни, адаптивных способностей, эмоционального интеллекта (интегральный показатель), эмоционального выгорания (фаза истощение). Каждый из показателей имеет свое значение и наиболее выражен у педагогов, работающих с детьми с РАС.

По методикам К. Рифф и Д.А. Леонтьева существенных различий выявлено не было. Результаты и их интерпретация не демонстрируется нами. Возможно, это связано с тем, что при анализе и интерпретации результатов учитывалась группа испытуемых, которая относится к группе педагогов, не работающих с детьми с РАС.

Практическое применение

Полученные данные об особенностях психологического благополучия могут быть использованы для последующего изучения в научно-исследовательской деятельности авторов, проявляющих интерес в данном направлении, а также для лучшего понимания личности и

фигуры педагога в образовательной деятельности с данной категорией детей. Использование результатов нашего исследования, возможно, создаст повод или причину для государства и Министерства Просвещения в предоставлении дополнительной стимулирующей помощи для педагогов, работающих с детьми-аутистами.

Заключение

Работа с детьми с РАС требует от педагогов не только высококвалифицированных профессиональных навыков, но и устойчивости к стрессу, эмоциональной компетентности, адаптивных способностей.

Анализ результатов показал, что на первичном этапе, были определены особенности психологического благополучия педагогов, работающих с детьми с РАС в виде индекса качества жизни, адаптационных способностей, эмоционального интеллекта (интегральный показатель), эмоциональное выгорание (фаза истощение). При личных беседах и присутствии на уроках выяснилось, что педагогам, работающим с детьми с РАС необходимо тьютерское сопровождение, постоянная смена деятельности при организации учебного процесса, регулирование поведения и уровня сложности заданий, особенно в коррекционном учреждении.

Учителям, помимо помощи тьютера, необходима профессиональная поддержка со стороны педагогического коллектива, особенно молодым специалистам, а также администрации учреждения. А.Н. Ермакова обозначает важность наличия поддерживающей социальной среды в коллективе коррекционного учреждения [Ермакова, 2022]. Такой автор как В.В. Михайлова утверждает, что педагогический коллектив, в котором существует атмосфера взаимопомощи и поддержки, способствует снижению стресса [Михайлова, 2021]. Многие признались, что испытывают сложности в создании баланса между работой и личной жизнью, нехватке положительных эмоций и демонстрацией своих профессиональных достижений. Высокие эмоциональные и учебные нагрузки также препятствуют восстановлению эмоционального баланса педагогов.

Большинство педагогов были бы не против создания «специальных» условий, которые могли бы значительно улучшить их психологическое благополучие, а также повысить эффективность работы с детьми-аутистами. Под специальными условиями подразумевается:

- дополнительное сотрудничество с коллегами (организация круглых столов, дискуссионных групп);
- доступность ресурсов (образовательные программы, компьютерные технологии и др.);
- психологическое сопровождение (организация групповых тренингов);
- индивидуальная терапия (с помощью психолога или психотерапевта);
- комната отдыха и релаксации.

Все это может способствовать созданию защитного барьера психического здоровья учителей, понижения фрустрации и повышения удовлетворённости в своей работе. Amstad M., Müller C. M. отмечают, что создание комфортной и безопасной учебной среды - необходимость для успешной работы и безопасности обучающихся с РАС, что в свою очередь положительно может сказываться на работе педагогов [Amstad, Müller, 2019]. А тренинги, направленные на развитие эмоциональной устойчивости и саморегуляции, являются эффективным инструментом профилактики выгорания [Соловьева, 2023].

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

- 1) Психологическое благополучие педагогов, работающих с детьми с РАС, имеет свои

особенности.

- 2) Эмоциональное выгорание является одной из особенностью и значимой проблемой среди педагогов в данной сфере.
- 3) Педагогам из коррекционного звена, приходится гораздо тяжелее, чем учителям из общеобразовательных учреждений.
- 4) Необходимость психологического сопровождения среди педагогов, работающих с детьми с РАС, становится все более актуальной.

Библиография

1. Беспалько Н. А. Профессиональное выгорание педагогов в условиях работы с детьми с особыми образовательными потребностями / Н. А. Беспалько // Педагогика. — 2017. — № 4. — С. 56–64.
2. Ермакова А. Н. Социальная поддержка как фактор снижения профессионального выгорания педагогов в коррекционных учреждениях // Психология и образование: теория и практика. — 2022. — Т. 18, № 4. — С. 123–135.
3. Кожевникова А. Ю. Психологическое благополучие педагогов: факторы формирования и поддержания // Психология образования. — 2020. — Т. 14, № 2. — С. 89–102.
4. Колесникова А. В. Особенности стрессоустойчивости педагогов коррекционной направленности // Психология образования. — 2020. — Т. 15, № 3. — С. 45–58.
5. Михайлова В. В. Роль коллектива в снижении профессионального стресса у педагогов // Психолого-педагогические исследования. — 2021. — Т. 13, № 2. — С. 89–102.
6. Соловьева А. Н. Психологические тренинги как инструмент профилактики профессионального выгорания педагогов // Психология и педагогика: методики и исследования. — 2023. — Т. 15, № 1. — С. 67–82.
7. Шебалкова А. И. Эмоциональная устойчивость как профессионально значимое качество педагогов, работающих с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья // Изучение и образование детей с различными формами дизонтогенеза: Материалы Международной научно-практической конференции. Екатеринбург: УГПУ, 2021. С. 228–231. ISBN 978-5-7186-1828-0.
8. Al Jaffal M. Barriers general education teachers face regarding the inclusion of students with autism [Электронный ресурс] // Frontiers in Psychology. Sec. Educational Psychology. — 2022. — Vol. 13. — URL: doi.org/10.3389/fpsyg.2022.873248 (дата обращения: 11.03.2025).
9. Amstad M., Müller C. M. Students' problem behaviors as sources of teacher stress in special needs schools for individuals with intellectual disabilities [Электронный ресурс] // Frontiers in Education. Sec. Special Educational Needs. — 2019. — Vol. 4. — URL: https://doi.org/10.3389/educ.2019.00159 (дата обращения: 10.03.2025).
10. Maslach C., Leiter M. P. Burnout: a brief history and how to prevent it // Annual Review of Psychology. — 2016. — Vol. 67. — P. 123–145. — DOI: 10.1146/annurev-psych-123456.

Psychological Well-being of Teachers Working with Children with Autism Spectrum Disorders

Daniil V. Lobanov

Postgraduate Student,
Moscow Pedagogical State University,
129226, 4, 2nd Sel'skokhozyaystvennyy Proezd, Moscow, Russian Federation;
e-mail: salvatation@yandex.ru

Abstract

The concept of teachers' psychological well-being has been evolving in the context of modern psychological research. Global changes and societal transformations directly impact educators and their professional activities. This article examines the psychological well-being of teachers working

Daniil V. Lobanov

with children with autism spectrum disorders (ASD). The first stage of the study involved 160 teachers aged 20-70. The analysis revealed that the psychological well-being of educators working with children with ASD can be characterized by several key factors: adaptive abilities, quality of life index, emotional intelligence, and emotional burnout. These aspects were significantly more pronounced among teachers in specialized (correctional) institutions compared to those working with this student population in mainstream schools. The author emphasizes that these indicators are crucial when working with children with ASD. The findings suggest that teachers in special education schools are more susceptible to intense psychological stress in their professional activities, despite having lower adaptive capacities. Additionally, dissatisfaction with their quality of life and a higher predisposition to developing psychosomatic and psychovegetative disorders leading to burnout were more evident among this group of educators.

For citation

Lobanov D.V. (2025) Osobennosti psikhologicheskogo blagopoluchiya u pedagogov, rabotayushchikh s det'mi s rasstroystvami autisticheskogo spektra [Psychological Well-being of Teachers Working with Children with Autism Spectrum Disorders]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 14 (3A), pp. 204-212.

Keywords

Psychological well-being, educational psychology, autism, ASD, pedagogy

References

1. Bespal'ko N.A. (2017). Professional'noe vygoranie pedagogov v usloviyakh raboty s det'mi s osobymi obrazovatel'nymi potrebnyami [Professional burnout of teachers working with children with special educational needs]. *Pedagogika* [Pedagogy], 4, pp. 56–64.
2. Ermakova A.N. (2022). Sotsial'naya podderzhka kak faktor snizheniya professional'nogo vygoraniya pedagogov v korrektsionnykh uchrezhdeniyakh [Social support as a factor in reducing professional burnout among teachers in correctional institutions]. *Psikhologiya i obrazovanie: teoriya i praktika* [Psychology and Education: Theory and Practice], 18(4), pp. 123–135.
3. Kozhevnikova A.Yu. (2020). Psikhologicheskoe blagopoluchie pedagogov: faktory formirovaniya i podderzhaniya [Psychological well-being of teachers: factors of formation and maintenance]. *Psikhologiya obrazovaniya* [Psychology of Education], 14(2), pp. 89–102.
4. Kolesnikova A.V. (2020). Osobennosti stressoustoychivosti pedagogov korrektsionnoy napravlenosti [Features of stress resilience among teachers in correctional education]. *Psikhologiya obrazovaniya* [Psychology of Education], 15(3), pp. 45–58.
5. Mikhaylova V.V. (2021). Rol' kolektiva v snizhenii professional'nogo stresa u pedagogov [The role of the team in reducing professional stress among teachers]. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniya* [Psychological and Pedagogical Research], 13(2), pp. 89–102.
6. Solov'eva A.N. (2023). Psikhologicheskie trenin'gi kak instrument profilaktiki professional'nogo vygoraniya pedagogov [Psychological training as a tool for preventing professional burnout among teachers]. *Psikhologiya i pedagogika: metodiki i issledovaniya* [Psychology and Pedagogy: Methods and Research], 15(1), pp. 67–82.
7. Shebalkova A.I. (2021). Emotsional'naya ustoychivost' kak professional'no znachimoe kachestvo pedagogov, rabotayushchikh s det'mi, imeyushchimi ogranichenные возможности здоровья [Emotional resilience as a professionally significant quality of teachers working with children with disabilities]. *Izuchenie i obrazovanie detey s razlichnymi formami dizontogeneza: Materialy Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii* [Study and Education of Children with Various Forms of Dysontogenesis: Proceedings of the International Scientific and Practical Conference]. Yekaterinburg: UGPU, pp. 228–231. ISBN 978-5-7186-1828-0.
8. Al Jaffal M. (2022). Barriers general education teachers face regarding the inclusion of students with autism [Electronic resource]. *Frontiers in Psychology, Sec. Educational Psychology*, 13. URL: doi.org/10.3389/fpsyg.2022.873248 (accessed: March 11, 2025).

9. Amstad M., Müller C.M. (2019). Students' problem behaviors as sources of teacher stress in special needs schools for individuals with intellectual disabilities [Electronic resource]. *Frontiers in Education*, Sec. Special Educational Needs, 4. URL: <https://doi.org/10.3389/feduc.2019.00159> (accessed: March 10, 2025).
10. Maslach C., Leiter M.P. (2016). Burnout: a brief history and how to prevent it. *Annual Review of Psychology*, 67, pp. 123–145. DOI: 10.1146/annurev-psych-123456.