

Итоги социологического исследования для педагогов возрастной категории "50+", прошедших через условия вынужденной самоизоляции

В целях выявления последствий вынужденной изоляции из-за пандемии Covid-19 и дальнейшей подготовки интерактивных методов управления стрессом для педагогов возрастной категории "50+" в рамках Всероссийского движения "Профсоюз - территория здоровья", утверждённого Постановлением Исполкома Профсоюза за №1-22 от 27 мая 2020 года, Общероссийским Профсоюзом образования в июле 2020 года был проведен социологический опрос.

Под эту задачу был разработан опросник, позволяющий «измерить» состояние физического, эмоционального и профессионального здоровья педагогов, подготовленный специалистами образовательно-консалтингового центра «Квантовый скачок». Учителям предлагалось самостоятельно оценить ту или иную сферу своего здоровья по пятибалльной шкале, где 1 балл присуждался самому негативному значению ответов (к примеру, «испытываю сильное эмоциональное напряжение»), а 5 баллов – самому позитивному (к примеру, «напряжение отсутствует»). Также, педагогам предлагалось оценить, насколько они нуждаются в готовых технологиях снятия стресса и саморегуляции, и управления психологическим климатом в курируемом классе.

Опросник включал в себя 11 позиций, которые требовалось оценить:

- 1 Насколько вынужденная изоляция, связанная с пандемией, повлияла на ваше эмоциональное состояние
- 2 Насколько вынужденная изоляция, связанная с пандемией, повлияла на вашу работоспособность
- 3 Ваше физическое состояние после того, как режим изоляции был завершён
- 4 Ваше настроение после того, как режим изоляции был завершён
- 5 Вашу способность повлиять на продуктивность работы своих учеников/их работу в «виртуальном классе» в период проведения он-лайн занятий
- 6 Вашу готовность общаться с вашими коллегами по работе после того, как режим изоляции был завершён
- 7 Вашу готовность начать новый учебный год
- 8 Насколько оптимистично Вы смотрите в будущее в связи с возможной повторной изоляцией из-за прогнозируемой второй волны пандемии
- 9 Каким образом вы заботитесь о своем физическом здоровье?
- 10 Насколько вы бы хотели получить знания о методах управления собственным стрессом
- 11 Насколько Вы хотели получить знания о технологии регуляции психологического климата в классе

За две недели в опросе приняло 7251 человек из 75-ти регионов РФ. Самыми активными оказались Ставропольский край, Ростовская, Новосибирская и Саратовская области (14,7%, 14,4%, 10,3% и 8,6% соответственно).

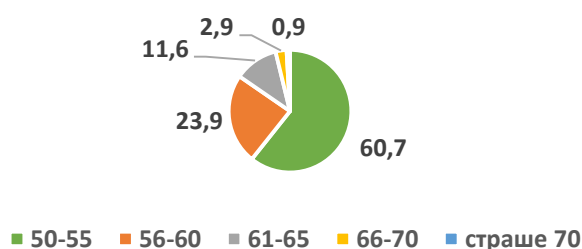
Результаты данного исследования лягут в основу подготовки интерактивной программы управления стрессом. Надеемся, что программа будет востребована и полезна не только педагогам, но и всем участникам образовательного процесса.

Благодарим всех за участие в анкетировании и предлагаем вашему вниманию результаты исследования, которые можно использовать в практической работе.

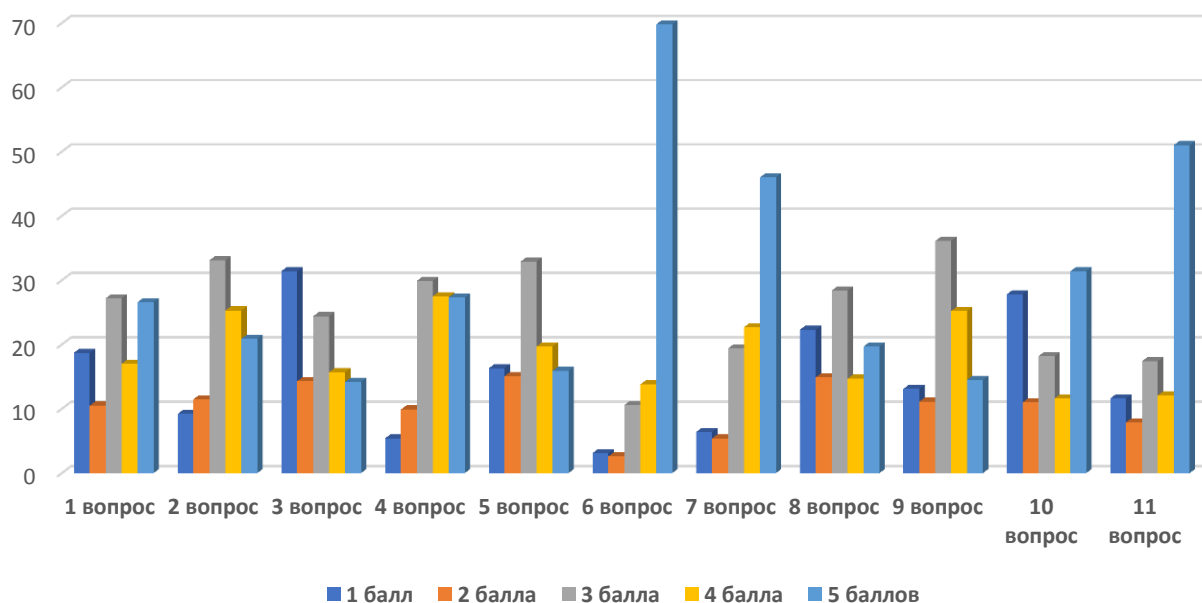
1. Общие результаты.

Возрастной состав участников:

ВОЗРАСТНОЙ СОСТАВ УЧАСТНИКОВ, %



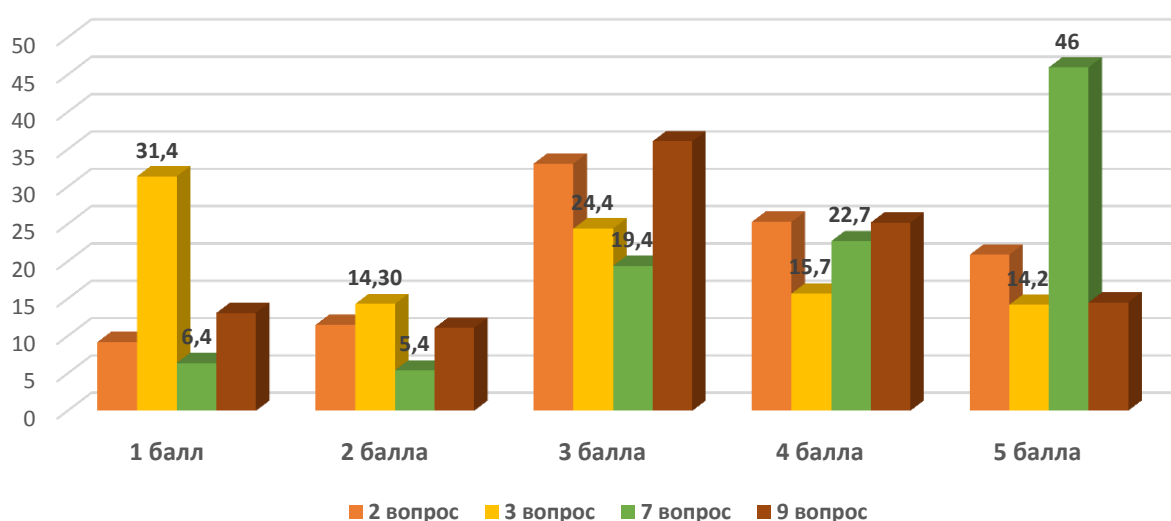
СТРУКТУРА ОТВЕТОВ (САМООЦЕНКИ) РЕСПОНДЕНТОВ НА ВОПРОСЫ АНКЕТЫ



Сразу обращает на себя внимание тот факт, что большинство участников дали обтекаемые оценки собственного состояния в вопросах, требующих определенности, потому что это касается тематики опроса. Это, как правило, вызывает определенную тревожность, поэтому люди предпочитают «золотую середину» нейтральных оценок (столбец серого цвета на диаграмме, соответствующий 3 баллам). И лишь 4 вопроса - об общении с коллегами, готовности к новому учебному году и о технологиях снятия стресса у себя и в классе – вызвали четкую поляризацию ответов. Чтобы понять, о чем это говорит, следует рассмотреть все вопросы по блокам анкеты.

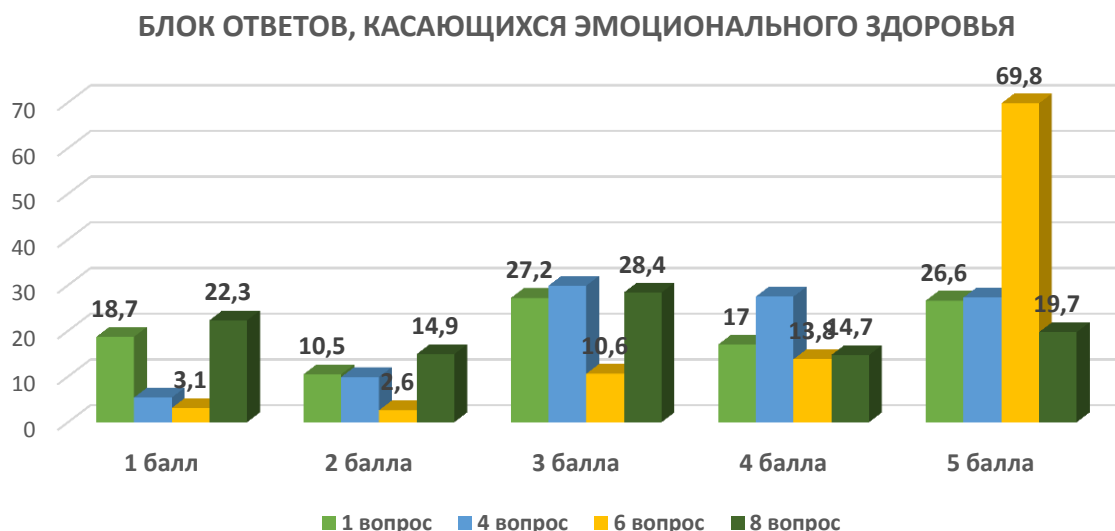
2. Блок вопросов, касающихся физического здоровья.

БЛОК ОТВЕТОВ, КАСАЮЩИХСЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ



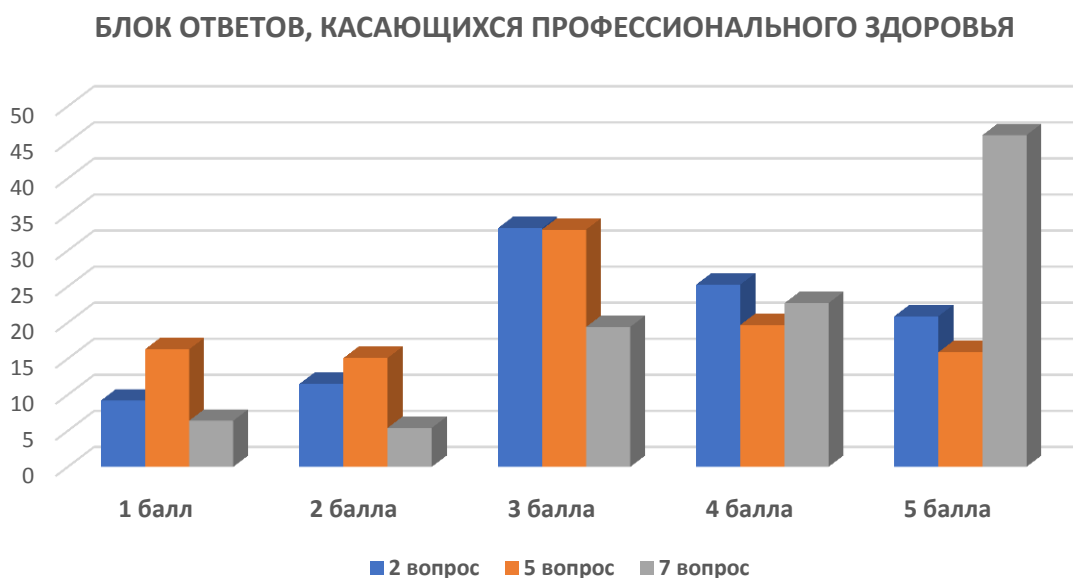
Сразу обращает на себя внимание обратное друг другу распределение самооценок своего физического состояния (3 вопрос, желтый цвет на диаграмме) и готовности к новому учебному году (7 вопрос, зеленый цвет на диаграмме). Т.е. почти половина респондентов честно признается, что испытывают сильную усталость после работы в условиях вынужденной изоляции, и подавляющая часть выказывает полную готовность к новому учебному году. Это противоречие свидетельствует о том, что не умеют оценивать состояние своего здоровья и распределять свои ресурсы сообразно требованиям учебного процесса. Ответы же на вопросы о работоспособности и поддержке своего физического здоровья носят идентичный друг другу социально одобряемый характер.

4. Блок вопросов, касающихся эмоционального здоровья.



Не вызывает сомнений в искренности ответов результаты по 6-му вопросу, об общении с коллегами после долгого перерыва (желтый цвет на диаграмме). Абсолютное большинство высказало радость и готовность к предстоящей встрече с сотрудниками. Тем не менее около 17-ти процентов показали обратные результаты. Это большой показатель. Хорошо коррелируют между собой первый и восьмой вопросы (два зеленых оттенка на диаграмме). В структуре ответов на них нет однозначных преимуществ в одну или другую сторону. Это так же говорит о неоднозначности эмоционального состояния респондентов после режима вынужденной изоляции.

5. Блок вопросов, касающихся профессионального здоровья.

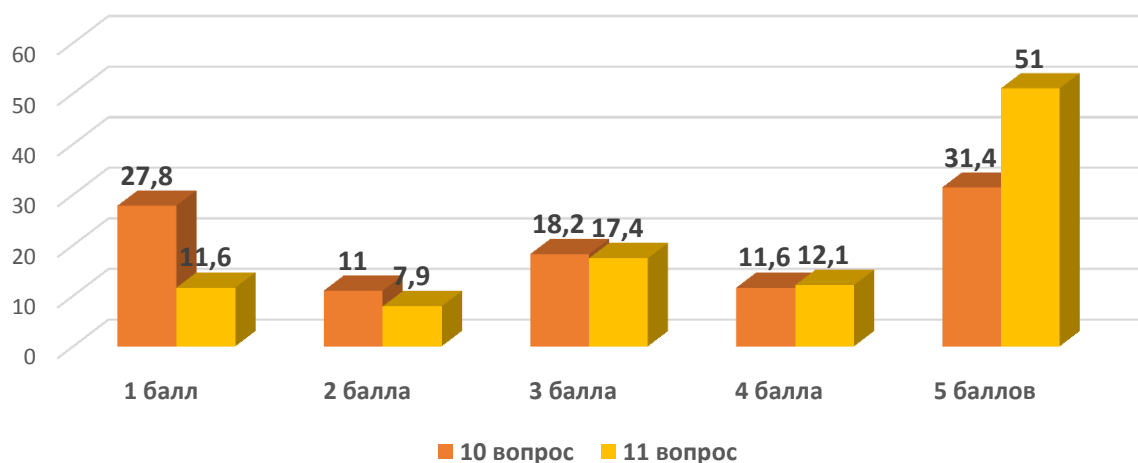


Представленные на диаграмме результаты очень наглядно иллюстрируют, насколько адекватно педагоги оценивают свои силы и возможности: при низкой самооценке

работоспособности (2 вопрос, синий цвет на диаграмме) респонденты высказывают уверенно свою высокую способность влиять на продуктивность работы учеников в классе (5 вопрос, оранжевый цвет на диаграмме), и все это на фоне крайне низкой готовности к новому учебному году (7 вопрос, серый цвет на диаграмме). При возрастании процента ответов с высокой готовностью к учебному году, процент ответов о высокой работоспособности и способности влиять на продуктивность учеников падает. Весьма характерная и распространенная картина среди педагогов – вытаскивать работу на своих морально-волевых качествах.

6. Блок вопросов, касающихся технологий снятия стресса и саморегуляции, и управления психологическим климатом в классе.

БЛОК ОТВЕТОВ О ТЕХНОЛОГИЯХ РАБОТЫ СО СТРЕССОМ



Данная диаграмма также наглядно показывает, что у довольно большого процента участников опроса нет понимания состояния собственного здоровья (почти треть ответила, что не нуждается в технологиях управления собственным стрессом, они справятся сами). Тем не менее, примерно такая же треть готовы взять на вооружение предлагаемые им инструменты саморегуляции. Также, большая часть опрошенных считает большим подспорьем в своей работе новые технологии регуляции психологического климата к среде обучающихся.

ВЫВОДЫ

- 1. Большая часть участников опроса не высоко оценила свое состояние физического, эмоционального и профессионального состояния здоровья после работы в режиме вынужденной изоляции.**
- 2. Противоречивость некоторых показателей в блоках, касающихся физического и профессионального здоровья, говорит о низком ранге понятия «здоровье» в системе ценностей современного учителя, об отсутствии устойчивого навыка обращать внимание на свои состояния, работать с ними.**
- 3. Противоречивость низких показателей с высокой готовностью к новому учебному году говорит о том, что педагоги недооценивают работу «на износ» как**

серьезный фактор развития дистресса и, как следствие, потери здоровья и работоспособности.

- 4. При этом педагоги 50+ сельских и поселковых общеобразовательных организаций готовы осваивать новые технологии снятия собственного стресса и регуляции психологического климата в среде обучающихся.**

Светлана Орленко, эксперт и дизайнер интерактивных программ, практический психолог, соучредитель образовательно-консалтингового центра «Квантовый скачок»