Педагог - общественный субъект, носитель общественных знаний и ценностей. В силу этого в субъектной характеристике педагога соединяются интеллектуальная, эмоциональная, волевая, ценностная, нравственная, духовная и рефлексивная плоскости (см. таблицу в приложении 3). В процессе педагогической деятельности нужно учитывать индивидуальность, неповторимость, уникальность каждого из субъектов деятельности, при этом педагоги должны обладать определенными профессионально важными качествами, к которым предъявляются очень высокие требования.

Исключительно высокие требования предъявляются к тем сторонам личности учителя, которые связаны с его личным нравственным обаянием и влиянием на учащихся, с его умением общаться, устанавливать с ними благожелательные отношения и побуждать их своим примером к активной учебно-познавательной, общественно-политической, трудовой и художественно-эстетической деятельности. Эта деятельность включает в себя проявление любви к детям, душевного отношения, теплоты, чуткости и заботы о них, т.е. подлинного гуманизма в широком смысле этого слова («душеведческая направленность ума, наблюдательность к проявлениям чувств, ума и характера человека» [Шушляпин, Богдан, 2010]). Ничто так отрицательно не сказывается на воспитании, как сухость, черствость и казенный тон учителя.

Как можно заметить, среди перечисленных выше свойств важная роль принадлежит эмоциональным характеристикам личности. Ведь основное содержание педагогической профессии составляют взаимоотношения с людьми. Деятельность других представителей профессий типа «человек-человек» также требует взаимодействия с людьми, но здесь это связано с тем, чтобы наилучшим образом понять и удовлетворить запросы человека. В профессии же педагога ведущая задача - понять социальные цели и направить усилия других людей на их достижение. Эмоциональные педагоги обладают большим преимуществом по сравнению с неэмоциональными, потому что «только им подвластно зажигать детские сердца и вести учеников за собой. Они, как правило, популярны и любимы». Недостаточно профессионально подготовленный педагог, с низким уровнем развития эмоционального интеллекта несет невосполнимые потери, так как страдают учащиеся, ухудшается психологическая атмосфера урока [Ситдикова].

Однако существует и обратная сторона медали: часто эмоции проявляются в самый не подходящий момент, например, тогда, когда необходимы сдержанность и хладнокровие. Проведенные исследования показали: эмоциональные состояния учителей и учащихся функционально связаны. Если учителя были напряженными, нервозными, раздражительными, то такое состояние довольно быстро переходило на их учащихся. Эмоциональный фактор существенно влияет на личность педагога, что находит свое проявление в разного рода стрессах, эмоциональных напряжениях, разнообразных нарушениях и сбоях в эмоциональном плане, которые могут приводить к возникновению синдрома эмоционального и психического выгорания [Ситдикова].

Педагогическая деятельность насыщена разными напряженными ситуациями и различными факторами, связанными с возможностью повышенного эмоционального реагирования. Каждая напряженная ситуация вызывает у педагога эмоциональное напряжение, которое может проявляться в пассивно-защитной (слезах) или в агрессивной форме [Симонова]. Особенно велико влияние эмоциональной напряженности на молодых педагогов. Н.И. Андреева предполагает, что синдром эмоционального выгорания начинает складываться у будущих педагогов еще в период обучения в вузе, если нет систематической работы по его профилактике [Андреева, 2008]. Но такого рода эмоциональные реакции наблюдаются не только у молодых педагогов, но и учителей со стажем. Многие педагоги отмечают, что после пережитого эмоционального напряжения их самочувствие ухудшается, снижается работоспособность, что ведет в свою очередь к синдрому «эмоционального выгорания» [Александрова, 2011].

Профессиональный долг обязывает педагога принимать взвешенные решения, преодолевать раздражительность, отчаяние, сдерживать вспышки гнева. Однако внешнее сдерживание эмоций не позволяет снизить интенсивность эмоционального процесса и не способствует психологическому и физическому здоровью. Напротив, невозможность психологической переработки эмоций способствует разрастанию их физиологического компонента, вызывает различные психосоматические заболевания. Часто повторяющиеся неблагоприятные эмоциональные состояния приводят к закреплению отрицательных личностных качеств, таких, как раздражительность, тревожность, пессимизм, что, в свою очередь, негативно сказывается на эффективности деятельности и взаимоотношениях педагога с детьми и коллегами. В дальнейшем это может привести к общей неудовлетворённости профессией [Ситдикова]. В силу этого, актуальным для повышения психологической культуры педагогов представляется овладение умениями эмоциональной саморегуляции. Способность к управлению эмоциями является компонентом эмоционального интеллекта - совокупности умственных способностей к обработке эмоциональной информации - и важным показателем уровня его развития [Кутеева, Юлина, Рабаданова, 2012].

Наряду с этим исследования ученых показывают, что неизбежно растет тревожность  у детей, которые посещают  школы дополнительного образования.  А  в связи с этим исследование тревожности было и остается актуальной проблемой в работе с детьми.

Катализатором тревожности детей может выступать тревожность педагогов. Беспокойство которое переживают преподаватели ДМШ обусловлены их профессиональной деятельностью, в ней заложены риски профессии, особенности труда, которые усиливают негативные переживания взрослых. А так как обучение в музыкальных школах  строится индивидуально с интенсивной близкой коммуникацией, то эмоциональное состояние педагога передается ребенку. Если педагог тревожится, то это может вызвать беспокойство и  у учащегося.

*Риски профессии преподавателя ДМШ*: в современных условиях  открывается возможность для получения музыкального образования у все желающих детей, в связи с этим возникают трудности в дальнейшем обучении детей, не имеющих музыкальных данных или со средними музыкальными данными, а так же отсутствие возможности приобрести музыкальный инструмент.

Так же педагогическая деятельность преподавателя ДМШ   основана на постоянной отработке навыков исполнения  у учеников. Детям не очень -то хочется быть в условиях  повтора, отработки, ввиду возрастных особенностей, часто дома не дорабатывают музыкальный материал,  преподавателю приходится на занятиях  не идти дальше с учеником . а «пробуксовывать», заниматься репетиторством, нежели его обучением.  Возникают условия противостояния учеников и преподавателей

Выводы: в таких условиях преподаватели очень много вынуждены своих сил ресурсировать на то, что бы научить детей, т.е. психическое напряжение становится значительнее, растраты профессиональных, эмоциональных, личностных ресурсов больше приходится вкладывать, что бы добиться результатов.

Те результаты, которых они все-таки добиваются  не могут быть на том самом уровне  который предъявляется изначально к данному виду деятельности  при подготовке к  академическому концерту, т.к. при выступлении ученика на сцене в определенных ситуациях срабатывают личностные особенности ученика, что тоже  относится к профессиональному риску (ситуативно приходится переживать негативные эмоции, все это повышает уровень тревожности преподавателя)

Вывод: Высокий уровень тревожности у детей обусловлен  высоким уровнем тревожности преподавателя, а преподаватель тревожится в связи с профессиональными рисками. Большинство преподавателей ДМШ демонстрируют высокий уровень личностной тревожности – 70% , а так же    60% детей  7-12 лет,  демонстрируют  высокую тревожность  Дети, обучающиеся в классе преподавателя с высокой личностной тревожностью  чаще испытывают повышенную тревожность,  связанную с ограниченным кругом ситуаций, определенной сферой жизни  и  явно повышенную тревожность, которая обычно носит « разлитой», генерализированный характер),  а так же демонстрируют низкую тревожность, подобное «  чрезмерное спокойствие» у детей с низким уровнем может иметь и не иметь защитный характер.

 У преподавателей преобладает высокая личностная тревожность, которая появляется в разнообразных ситуациях, особенно когда они касаются оценки их компетенции и престижа.

*Общие психолого-педагогические рекомендации по снижению уровня тревожности у  преподавателей и у детей*.

Тревожность в некоторой степени играет роль мотивационного фактора в деятельности, и для успешной деятельности оптимален средний уровень тревожности. Известно, что как низкая, так и высокая тревожность отрицательно сказывается на успешность

На основе проведенных исследований нами были сформулированы общие  психолого-педагогические рекомендации:

**1)** Преподавателям с высокими показателями тревожности следует формировать чувство уверенности в успехе. Им необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности и высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадачам.

**2)** преподавателям с низкой тревожностью. напротив требуется побуждать активность, подчеркивать мотивационные компоненты деятельности,возбуждать заинтересованность. Высвечивать чувство ответственности в решении тех или иных задач.

**3)** необходимо помочь  преподавателям справляться с негативными эмоциональными переживаниями посредством различных мероприятий для самих учителей:

а) организация профессиональнных семенаров, тренингов личностного роста, корректирующие программы, релаксирующие упражнения, Научить преподавателей саморегуляции посредством различных техник..

б) при оценки деятельности  преподавателя более четко формулировать критерии оценок..

в) рассмотреть  различные способы премирования,поощрения преподавателей после выступления детей. по номинациям  ( за техническое исполнение, за осмысленное исполнение и.т.д.

г) проводить анализ результатов исполнения учащихся  в динамике.

Преподаватель, работающий в напряженных условиях  и не умеющий включать механизмы саморегуляции, с высокой долей вероятности подвергается опасности, называемой «синдром эмоционального выгорания», приводящей к профессиональной деформации личности. Мы предлагаем некоторые упражнения, помогающие снять эмоциональное и физическое напряжение.

*Упражнения для снятия стресса*

***Раиса ДУНИЛОВА,***

нализ показал, что удовлетворенность педагога своей профессией прежде всего обусловлена отношением учащихся к учению, расходом времени на работу в школе, взаимоотношениями с администрацией, хорошей организацией совместного труда и возможностью влиять на школьные дела. Вполне понятно, что положительное отношение к профессии создает предпосылки для получения более полного удовлетворения от работы и достижения высоких результатов. Но в то же время удовлетворенность профессией в значительной мере является следствием удовлетворенности условиями и результатами труда, взаимоотношениями в коллективе и т. д. Несомненно, в школах первой группы имеются более благоприятные условия для формирования у учителей положительного отношения к своему труду, что и нашло отражение в более высоких показателях удовлетворенности педагогов этих школ своей профессией.

Источник контента: [**http://www.7ka.info/vospitanie/16-pedagogicheskiy-kolektib/1229-2011-01-02-17-47-27.html**](http://www.7ka.info/vospitanie/16-pedagogicheskiy-kolektib/1229-2011-01-02-17-47-27.html)
www.7ka.infoУчитель, чувствующий удовлетворенность собой и своей профессиональной деятельностью, утверждает автор, не ис­пытывает тревожности и внутреннего напряжения при об­щении с учениками. Обладая адекватной самооценкой и по­зитивным самоотношением, он с большей готовностью, чем его коллега с неадекватной самооценкой и высокой степе­нью неудовлетворенности, идет на контакт с детьми, демон­стрирует способность к их безусловному принятию. Тем са­мым педагог, испытывающий убежденность в своей личной и профессиональной компетентности, оказывает позитив­ное воздействие на самооценку и самоотношение детей, сти­мулирует у них стремление к успехам в учебной деятельности и в конечном счете оказывает развивающее воздействие на их личность. И. В. Вачков [40] отмечает, что в отношении собственной личности педагог может выступать либо как творец, созидающий и развивающий себя и другого, либо как человек, пассивно усваивающий готовые шаблоны пред­ставлений о себе и другом.

В наше время в качестве наиболее актуальной проблемы обозначается проблема повышения результативности труда. Особенно ярко она обозначается и проявляется, когда речь идет об обучении и воспитании подрастающего поколения. В качестве одного из параметров, оказывающих влияние на  повышение результативности труда, выступает  удовлетворенность трудом. Удовлетворенность трудом – это «эмоционально окрашенное оценочное представление субъекта деятельности о результате своей трудовой активности, о самом процессе работы и внешних условиях, в которых она осуществляется» [8], «эмоционально–оценочное отношение личности или группы к выполняемой работе и условиям ее протекания»  [9, с. 473–474].

В рамках изучения проблем социальной психологии коллектива  удовлетворенность рассматривается в качестве важного показателя социально-психологического климата и эффективности деятельности [1], обосновывается значение субъектного подхода к исследованию проблемы.

В психологии  управления, основывающейся на принципе единства психики и деятельности [7, с. 7], выделяются такие принципы управления как лояльность к работникам, ответственность как обязательное условие успешной работы, коммуникации, рабочая атмосфера в организации, обязательное установление долевого участия каждого работника в общих результатах,  своевременная реакция на изменения в окружающей среде. А также обеспечивающие  удовлетворенность работой методы работы с людьми, непосредственное участие групп в работе на всех этапах как условие согласованной работы, умение слушать и слышать, перспективное и целостное видение организации, качество личной работы и ее постоянное совершенствование [7, с. 37].

Удовлетворенность личности трудом обусловлена ее мотивами, потребностями. В качестве средства удовлетворения потребностей может фигурировать конечный результат труда. Результативный труд – достаточно сильный мотив. Удовлетворенность личности трудом может возникать вследствие удовлетворения социальных потребностей в коммуникациях [7, с. 144–146].

В рамках исследований акмеологии подчеркивается, что смысл труда является определяющим для удовлетворенности трудом [6, с. 249–256] личности, развивающейся в направлении становления зрелой и акме–ориентированной [2, с. 82–63].  Акцентируется внимание на необходимости изучения психологического смысла труда, его роль для переживания собственного позитивного изменения в профессиональной деятельности.

Обозначенные в психологии управления принципы управления, могут быть рассмотрены в качестве факторов, обусловливающих удовлетворенность трудом психологически зрелой [5, с. 174]и акме–ориентированной личности [2, с. 82–63] педагога как управленца.  Среди таких принципов–факторов нам особо хотелось бы выделить этику как проявление нравственности [3, с. 39–41] педагога, честность и доверие к людям [4, с. 150–155].

Согласно двухфазной теории Ф. Герцберга все основные мотивы трудовой деятельности составляют две группы: «факторы гигиены» и «факторы-мотиваторы» [7, с. 150]. «Факторы гигиены» соотносятся с условиями работы и со средой, в которой они реализуются, а «факторы-мотиваторы»  –  с самим характером, содержанием и сущностью работы. «Факторы гигиены» – факторы, наличие которых снимает чувство неудовлетворенности работой, но само по себе не повышает удовлетво­ренности ею. «Факторы-мотиваторы» – факторы, которые непосредственно связаны с содержанием самой работы, а их наличие прямо ведет к повышению удовлетворенности ее выполнением.

Учитывая специфику деятельности педагога, в целях повышения его удовлетворенности трудом необходимо создать условия, развивающие умение завоевывать авторитет с опорой на  совершенствование его профессиональной компетенции, навыков педагогического общения, развития творческого потенциала. При этом надо помнить, что процесс повышения удовлетворенности трудом должен выступать в качестве профилактики «профессионального выгорания», а не его провокации.

Таким образом, можно утверждать, что под удовлетворенностью личности педагога трудом понимается ее эмоционально–оценочное отношение к выполняемой работе и условиям ее протекания.  В то время как наличие факторов гигиены только снимает чувство неудовлетворенности педагога работой, наличие факторов-мотиваторов, непосредственно связанных с содержанием самой работы, прямо ведет к повышению удовлетворенности ее выполнением. Педагогам необходимо быть осведомленными о путях повышения удовлетворенности педагогической деятельностью,  творчески совершенствоваться.

**Шкала М. Ковач**

Данный опросник,  разработанный Maria Kovacs (1992) и адаптированный сотрудниками лаборатории клинической психологии и психиатрии НИИ психологии, позволяет определить количественные показатели спектра депрессивных симптомов – сниженного настроения, гедонистической способности, вегетативных функций, самооценки, межличностного поведения.  Охватывает основные характеристики депрессии и учитывает психологические особенности данной возрастной группы. Опросник CDI предназначен для самостоятельного заполнения подростками и детьми, его использование не требует медицинской квалификации, т.к. выявляет функциональное состояние депрессии у здоровых людей в рамках нормального психического функционирования.

Опросник представляет собой самооценочную шкалу для детей и подростков от 7 до 17 лет (дети 3-7 лет отвечали на соответствующие вопросы врача). Состоит из 27 триад высказываний. Испытуемому предлагается выбрать одно высказывание в каждой группе, в зависимости от того, как он себя чувствует себя в последнее время. При обработке данных по каждому пункту в зависимости от пометки, сделанной испытуемым, выставляется балл от 0 до 2.

**Предъявление**

Попросите ребенка записать свое имя или запишите сами. Убедитесь в том, что ребенок полностью понял содержание опросника и инструкцию – тщательно и полно оценит, как он себя чувствовал в течении последних двух недель. Для маленьких детей и для детей с трудностями в течении проведения диагностики необходимо зачитать как инструкцию, так и каждый пункт шкал.

Шкала А (негативное настроение п. п. 1, 6, 8, 10, 11, 13) – общее снижения настроения негативная оценка собственной эффективности в целом, постоянное ожидание неприятностей, склонность к плаксивости, повышенный уровень тревожности.

Шкала В (межличностные проблемы п. п. 5, 12, 26, 27) – идентификация себя с ролью плохого, агрессивное поведение, высокий негативизм непослушание.

Шкала С (неэффективность п. п. 3, 15, 23, 24) – высокий уровень убеждения неэффективности в школе.

Шкала D (ангедония п. п. 4, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22 ) – высокий уровень истощаемости, наличие чувства одиночества.

Шкала Е (негативная самооценка п. п. 2, 7, 9, 14, 25 ) – негативная оценка собственной неэффективности наличие суицидальных мыслей.

Подсчет общего показателя: эта сумма баллов выбранных ребенком вариантов ответов по всем пунктам теста. По каждой шкале теста также подсчитывается балл.

**Стимульный материал**

***Инструкция:*** « Прочитайте внимательно каждую группу приведенных ниже утверждений и зачеркните соответствующий квадратик, в зависимости от  того, как Вы себя чувствуете в последнее время. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет».

1.  1) У меня редко бывает грустное настроение.

     2) У меня часто бывает грустное настроение.

     3) У меня все время грустное настроение.

2.  1) У меня никогда ничего не получится.

     2) Я не уверен, что у меня все получится.

     3) У меня все получится.

3.  1) В основном я все делаю правильно.

     2) Я многое делаю не так.

     3) Я все делаю неправильно.

4 .  1) Многое для меня является забавным.

     2) Некоторые вещи меня забавляют.

     3) Ничто меня не забавляет.

5.   1) Я все время себя плохо чувствую.

     2) Я часто себя плохо чувствую.

     3) Я редко себя плохо чувствую.

6.   1) Я думаю о неприятностях, происходящих со мной время от

     2) Я беспокоюсь, что со мной могут произойти неприятности.

     3) Я уверен, что со мной произойдет что-то ужасное.

7.  1) Я себя ненавижу.

     2) Я себе не нравлюсь.

     3) Я доволен собой.

8.   1) Все плохое происходит по моей вине.

     2)Многие плохие вещи происходят из-за меня.

     3) Во всем плохом, что происходит со мной, нет моей вины.

9.  1) Я не думаю о самоубийстве.

     2) Я думаю о самоубийстве, но никогда его не совершу.

     3) Я хочу покончить с собой.

10.1)  Желание заплакать я испытываю каждый день.

     2 ) Желание плакать появляется у меня довольно часто.

     3 ) Желание заплакать я испытываю редко.

11. 1) Меня все время что-то беспокоит.

      2)  Меня часто что-то беспокоит.

      3) Меня редко что-то беспокоит.

12.  1 ) Я люблю находиться среди людей.

       2) Я не люблю часто бывать с людьми.

       3) Я вообще не хочу быть с людьми.

13. 1)  Я не могу изменить свое мнение о чем-либо.

       2) Мне сложно изменить свое мнение, о чем либо.

       3) Я легко изменяю свое мнение

14. 1) Я выгляжу хорошо.

       2)В моей внешности есть недостатки.

       3)Я выгляжу безобразно.

15.  1)Я должен постоянно заставлять себя делать домашнее задание.

       2) Я часто должен заставлять себя делать домашнее задание.

       3) У меня нет проблем с подготовкой домашнего задания.

16.  1) Я плохо сплю каждую ночь.

       2) Я часто плохо сплю.

       3) У меня нормальный сон.

17.  1)Я редко чувствую себя усталым.

       2) Я часто чувствую себя усталым.

       3) Я все время чувствую себя усталым.

18.  1) У меня часто нет аппетита.

       2) Иногда у меня нет аппетита.

       3) Я всегда ем с удовольствием.

19.  1) Меня не беспокоят ни боль, ни недомогание.

       2) Меня часто беспокоят боль или недомогание.

       3) Я все время испытываю боль или недомогание.

20.  1) Я не чувствую себя одиноким.

       2) Я часто чувствую себя одиноким.

       3) Я все время чувствую себя одиноким.

21.  1) В школе ничто не доставляет мне радости.

       2) В школе мне бывает приятно только время от времени.

       3) Мне часто радостно в школе.

22.  1) У меня много друзей.

       2) У меня есть друзья, но я бы хотел, чтобы их было больше.

       3) У меня совсем нет друзей.

23.  1) С учебой у меня все хорошо.

       2) Моя успеваемость ухудшилась по сравнению с прошлым.

       3) Я плохо успеваю по предметам, которые раньше мне давались

        легко.

24.  1) Я никогда не стану таким же благополучным человеком, как

        другие.

       2) Я могу стать таким же благополучным человеком, как другие.

       3) Я такой же благополучный, как и остальные люди.

25.  1)Меня никто не любит.

       2) Я не уверен, что меня хоть кто-нибудь любит.

       3) Я уверен, что меня кто-то любит.

26.  1) Я часто делаю то, что мне говорят.

       2) В большинстве случаев я не делаю того, что мне говорят.

       3) Я никогда не делаю то, что мне говорят.

27.  1) Я хорошо лажу с людьми.

       2) Я часто ссорюсь.

       3) Я постоянно ввязываюсь в ссоры.