**UNICEF: Wypalenie zawodowe jednym z największych wyzwań dla nauczycieli**

*W przeddzień Dnia Edukacji Narodowej UNICEF przypomina o konieczności przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu wśród nauczycieli i dbania o ich dobrostan psychiczny.*

**Warszawa, 13 października 2023 r.** – Chroniczne zmęczenie, stres, obciążenie pracą czy brak wsparcia to jedne z przyczyn wypalenia zawodowego. Dotyczy ono wielu grup zawodowych, w tym pedagogów. Dlatego UNICEF wraz z partnerami realizuje szeroki zakres działań, których celem jest wsparcie nauczycieli i nauczycielek w Polsce.

Wypalenie zawodowe najczęściej rozumiane jest jako stan fizycznego, psychicznego i emocjonalnego wyczerpania, które z reguły objawia się przez chroniczne zmęczenie. Wśród grup tzw. wysokiego ryzyka wypalenia zawodowego są m.in. pracownicy ochrony zdrowia, psycholodzy, pracownicy socjalni czy pedagodzy. Dlatego z okazji Dnia Edukacji Narodowej, UNICEF zwraca uwagę na wyzwania, jakie niesie ze sobą stres i wypalenie zawodowe w pracy edukacyjnej.

Nauczyciele i nauczycielki w Polsce od trzech lat próbują stawić czoła niespotykanym dotąd wyzwaniom. Najpierw było to nauczanie zdalne podczas pandemii COVID-19, a teraz konieczność dostosowania metod pracy i nauczania do specyfiki klasy wielokulturowej. To pedagodzy codziennie pracują z dziećmi uchodźczymi, starają się tworzyć włączające klasy, uczą języka polskiego i starają się stosować najlepsze metody komunikacji międzykulturowej. Aby robić to skutecznie, potrzebują nie tylko wzmocnienia kompetencji, ale również zadbania o własny dobrostan i odporność psychiczną.

**Wsparcie UNICEF dla nauczycieli w Polsce**

Biuro UNICEF ds. Reagowania na Potrzeby Uchodźców w Polsce wraz z Ministerstwem Edukacji i Nauki oraz organizacjami partnerskimi i społeczeństwa obywatelskiego zachęca wszystkich pedagogów w Polsce do skorzystania z projektów, których celem jest wsparcie nauczycieli, pomoc w radzeniu sobie z codziennymi wyzwaniami i wypaleniem zawodowym oraz w dbaniu o własny dobrostan fizyczny i psychiczny.

Jedną z aktywności, którą UNICEF proponuje dla nauczycieli jest certyfikowany kurs internetowy pt. „Jak radzić sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym” dostępny nieodpłatnie na platformie **Learning Passport**: <https://www.szkolenia.learningpassport.pl/>. Kurs dostarcza praktycznych strategii i narzędzi do zarządzania wysokimi wymaganiami oraz presją i stresem związanymi z nauczaniem. Pedagodzy mogą nauczyć się rozpoznawać objawy wypalenia zawodowego i rozwijać mechanizmy radzenia sobie z nimi. Projekt jest realizowany w Polsce przez UNICEF, MEiN oraz Fundację SOK.

Z myślą o nauczycielach i nauczycielkach UNICEF wraz z Fundacją SOK przygotował również webinar o tym, jak wzmocnić swoją odporność psychiczną, radzić sobie ze stresem i budować silne fundamenty do efektywnej pracy pedagogicznej. Webinar poprowadziła Natalia de Barbaro, ceniona psycholożka i autorka bestselerowych książek "Czuła Przewodniczka" oraz "Przędza”. Webinar dostępny jest na platformie Learning Passport.

UNICEF wspiera również rozwój kompetencji nauczycieli i nauczycielek w zakresie edukacji włączającej, komunikacji międzykulturowej i pracy z uczniami, którzy doświadczyli traumy. W ramach projektu **„Szkoła dostępna dla wszystkich”** realizowanego przez Ministerstwo Edukacji i Nauki, UNICEF i Instytut Badań Edukacyjnych pedagodzy otrzymują dostęp do narzędzi pomocnych w prowadzeniu zajęć wychowawczo-specjalistycznych, w tym integracyjnych, budujących poczucie wspólnoty wśród uczniów, ze szczególnym uwzględnieniem dzieci z Ukrainy. Uczestnicy projektu mają szeroki dostęp do bezpłatnych konsultacji psychiatrycznych i psychoterapeutycznych, które pomagają im jeszcze lepiej przyswoić wiedzę i umiejętności z zakresu udzielania pomocy dzieciom. Więcej o projekcie: https://www.ibe.edu.pl/index.php/pl/szkola-dostepna-dla-wszystkich-opis-projektu

Jeszcze jedną propozycją ze strony UNICEF jest program wsparcia **„Strefa Dobrych Emocji”** realizowany we współpracy z Fundacją Fine. Jest to program dla nauczycieli i edukatorów, którzy pracują z dziećmi w sytuacji kryzysu i zwiększonego napięcia. W ramach programu przygotowano dziewięć webinarów dostępnych na stronie: [https://www.youtube.com/@fine\_ngo/videos](https://www.youtube.com/%40fine_ngo/videos).

Podczas obchodów tego dnia podkreślamy ważną rolę, jaką nauczyciele odgrywają w kształceniu dzieci i młodzieży na całym świecie. UNICEF podkreśla znaczenie stawiania dobrostanu fizycznego i psychicznego nauczycieli na pierwszym miejscu. Dzięki temu każde dziecko i młody człowiek, niezależnie od swojej sytuacji, będzie mogło otrzymać wysokiej jakości edukację i szansę na lepszą przyszłość.