

ПРОБЛЕМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ПЕДАГОГОВ

Н.И. Борутенко, студент,

В.В. Авраменко, кандидат психологических наук,

Могилевский государственный университет им. А.А.Кулешова, wavramen@tut.by

Синдром эмоционального выгорания («эмоциональное сгорание») – специфический вид профессиональной деформации лиц, вынужденных во время выполнения своих обязанностей тесно общаться с людьми. Как отмечают исследователи, данный синдром развивается в процессе профессиональной деятельности педагога в форме стереотипа эмоционального поведения, проявляющегося в особенностях профессионального общения [1].

Эмоциональное выгорание – это динамический процесс и возникает поэтапно, в полном соответствии с механизмом развития стресса, когда налицо все три стадии формирования данного синдрома: нервное напряжение, резистенция (сопротивление) и истощение.

Исследователи проблемы эмоционального выгорания, с одной стороны, рассматривают его как проявление профессиональной деформации, которая негативно отражается на профессиональной деятельности педагогов, а с другой стороны, – как механизм психологической защиты, который позволяет регулировать психику и защищать ее от негативных эмоциональных воздействий.

Эмоциональное выгорание инициируется комплексом факторов, включающих индивидуально-психологические особенности педагога и специфические особенности профессиональной деятельности эмоционального характера. Решение проблемы факторов эмоционального выгорания особенно важно, прежде всего, для разработки мер по предупреждению выгорания. Разработка данной проблематики представляется весьма актуальной в связи с прямым отношением синдрома эмоционального выгорания к сохранению здоровья, психической устойчивости, надёжности и профессиональному долголетию специалистов, включённых в длительные межличностные коммуникации.

Объектом нашего исследования является синдром эмоционального выгорания, предметом исследования выступают социально-демографические факторы возникновения синдрома эмоционального выгорания педагога. В качестве гипотезы нашего исследования выступают следующие предположения: выраженность синдрома эмоционального выгорания связана со стажем педагогической деятельности; на формирование синдрома эмоционального выгорания оказывают влияние как личностные качества педагогов (уровень эмпатии), так и социально-демографические факторы (пол, возраст, стаж работы, семейное положение и т.д.).

В качестве методов исследования были использованы: методика В.В. Бойко "Исследование эмоционального выгорания", методика Меграбяна «Уровень эмпатии», а также составленная нами анкета, содержание которой позволяло проанализировать полученные данные с учетом пола, возрастных данных, стажа педагогической деятельности, категории, семейного статуса, удовлетворенности отношениями в педагогическом коллективе. В качестве испытуемых выступили педагоги-психологи, филологи, учителя начальных классов, учителя физкультуры, всего 121 педагог.

В ходе проведения исследования были получены следующие данные: у 12% (14 человек) испытуемых полностью сформировались все стадии эмоционального выгорания; из них: 29% имеют стаж работы до 5 лет, 14% – 5-10 лет, 7% – 10-15 лет, 21% – 20-25 лет, 29% – более 30 лет; у 33% (40 человек) испытуемых полностью сформировались несколько стадий эмоционального выгорания (первая и вторая); у 35% (42 человек) – стадии в процессе формирования; у 20% (25 человек) ни одна стадия не формируется. Анализ полученных данных позволяет отметить, что сформированность синдрома эмоционального выгорания наблюдается у молодых и опытных педагогов. В зависимости от специальности синдром эмоционального выгорания сформирован у 36% филологов, 36% педагогов-психологов, 14% учителей начальных классов, 14% учителей физкультуры, что также отражает личностно-эмоциональную включенность педагогов в педагогический процесс. Проводится дальнейшая обработка полученных результатов.

Синдром эмоционального выгорания представляет собой негативные изменения в состоянии и личности профессионала, наносит вред человеку и его работе. Необходима целенаправленная психологическая помощь (коррекционная, психопрофилактическая работа).

Литература

1. Водопьянова, Н.Е. Синдром выгорания: Диагностика и профилактика /Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – 2 изд. – СПб., 2008. – 336 с.