

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАНИИ

БЕЛОВ ВАСИЛИЙ ГЕОРГИЕВИЧ

*доктор медицинских наук, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии здоровья и развития Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работ,
BelVI@yandex.ru*

VASILY BELOV

*M.D., D.Sc. (Psychology), Prof., Department of Health and Developmental Psychology,
St. Petersburg State Institute of Psychology and Social Work*

ДАВТЯН ЕЛЕНА ЮРЬЕВНА

*магистр Санкт-Петербургского университета управления и экономики,
BelVI@yandex.ru*

YELENA DAVTYAN

Graduate Student, St. Petersburg University of Management and Economics

УДК 159.9

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПЕДАГОГОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ, РАБОТАЮЩИХ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ДЛЯ СЛАБОВИДЯЩИХ ДЕТЕЙ

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF TEACHERS WITH DIFFERENT STAGES OF PROFESSIONAL BURNOUT WORKING IN A PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTION FOR VISUALLY IMPAIRED CHILDREN

Аннотация. В статье анализируются психологические особенности педагогов дошкольного образовательного учреждения для детей с нарушениями зрения. Показано, что профессиональная работа в таком учреждении характеризуется высокой эмоциональной нагрузкой. Как следствие, с увеличением стажа педагоги испытывают педагогический кризис, отмечается истощение, выгорание. На основании результатов исследования доказано, что по мере снижения коммуникативной компетентности, удовлетворенности работой, экстравертированности, а также при неумении систематизировать свою деятельность, низкой социальной зрелости, нарастании тревожности, боязни, трудностях перестройки восприятия и представлений в изменившихся ситуациях увеличивается вероятность развития профессионального выгорания у педагогов дошкольного образовательного учреждения для слабовидящих детей.

ABSTRACT. Article examines the psychological characteristics of teachers working in preschool educational institution for visually impaired children. Analysis has shown that the professional work of teacher of preschool educational institution is characterized by high emotional stress. In consequence, the growth of professional experience affects the development of pedagogical crisis, exhaustion and burnout. Results of the study suggest that the reduction of communicative competence, job satisfaction, extroversion, as well as inability to systematize personal activity, low social maturity, rise of anxiety, fear, difficulties with adapting perception and ideas in changing situation increase the probability of professional burnout among teachers of preschool educational institution for visually impaired children.

Ключевые слова: преподаватель дошкольного образовательного учреждения, слабовидящие дети, профессиональное выгорание.

KEY WORDS: teacher of preschool educational institution, visually impaired children, professional burnout.

Научный интерес к проблеме выгорания остается высоким как в отечественной, так и зарубежной психологии [3; 4; 6–8]. В последние 10 лет синдром выгорания российскими исследователями

активно изучается у специалистов помогающих профессий (учителей, врачей, социальных работников, психологов, пенитенциарных служащих и т. д.). В то же время относительно мало работ,

посвященных анализу профессионального выгорания педагогов конкретных дошкольных образовательных учреждений [1; 2; 9; 10]. Педагоги дошкольных образовательных учреждений (ДОУ) представляют довольно многочисленную группу профессионалов. Педагог ДОУ — это профессия класса «человек-человек», которой свойственны напряженные эмоциональные межличностные контакты. Подверженность профессиональному выгоранию в данном случае во многом обусловлена необходимостью сопереживания, сочувствия, нравственной ответственности за жизнь и здоровье вверенных детей, напряженным характером работы, необходимостью общаться с родителями таких детей, очень беспокоящимися о сохранении у них здоровья.

Следует отметить при этом, что в течение последних трех десятилетий проблема сохранения психического здоровья педагога в образовательном учреждении стала особенно острой. Повышаются требования со стороны общества к личности педагога, его роли в образовательном процессе. Такая ситуация потенциально содержит в себе увеличение нервно-психического напряжения человека, что приводит к возникновению невротических расстройств, психосоматических заболеваний. Профессиональный труд педагога ДОУ, работающего со слабовидящими детьми, отличается высокой эмоциональной загруженностью, как следствие, с увеличением стажа педагоги испытывают педагогический кризис, наблюдается истощение, выгорание.

Выгорание представляет собой процесс, развивающийся во времени [3; 4; 8]. Оно начинается с продолжительного стресса на работе. Когда стресс становится неуправляемым, он неизбежно ведет к психическому выгоранию. К сожалению, слабо изучены возможные долговременные последствия такого выгорания.

Выявление особенностей динамики психического выгорания в зависимости от возраста и стажа профессиональной деятельности, уточнение причин развития этого синдрома в перспективе — все это должно быть использовано для разработки мероприятий психологического обеспечения процесса профессионализации педагогов ДОУ, работающих со слабовидящими детьми.

Надо подчеркнуть, что, несмотря на отдельные публикации, посвященные проблематике профессионального выгорания различных групп работников, до сих пор остается малоосвещенной тема профессионального выгорания такого специфического контингента, как педагоги, работающие в ДОУ. Исходя из актуальности проблемы *целью исследования* являлась диагностика психологических особенностей (тревожность, ригидность, экстравертированность, локус контроля, удовлетворенность работой) у педагогов с различным уровнем профессионального выгорания, работающих в ДОУ для слабовидящих детей.

Материалы и методы. Общий объем собственного исследования составили 40 педагогов ДОУ для слабовидящих детей. Уровень профессионального выгорания различный: 1-я группа — 20

человек с низким уровнем профессионального выгорания и 2-я группа — 20 человек с высоким уровнем профессионального выгорания. База исследования: детский сад для слабовидящих детей №95 Калининского района Санкт-Петербурга.

Исследование проводилось по следующим направлениям [8; 10; 11]: 1) анкетирование (для уточнения некоторых социально-демографических характеристик (возраст, стаж профессиональной деятельности, квалификация, семейный статус, жалобы на состояние здоровья); 2) «Методика для оценки уровня субъективного контроля» (Дж. Роттера); 3) методика «Самооценка тревожности, ригидности и экстравертности» (Д. Моудсли); 4) «Методика для оценки удовлетворенности работой» (Д. Я. Райгородский); 5) «Методика для оценки эмоционального выгорания» (В. В. Бойко).

Экспериментальные материалы, полученные в ходе исследования, подвергались статистической обработке по стандартным программам для персональных компьютеров («SPSS», «STATISTICA-6»).

Результаты исследования и их обсуждение. Чем дольше человек работает и чем старше он становится (нарастание консерватизма и снижение пластичности психики), тем больше он становится подвержен профессиональному выгоранию. Учитывая это, мы проанализировали влияние указанных факторов на профессиональное выгорание у педагогов ДОУ для слабовидящих детей (табл. 1).

Выяснилось, что на профессиональное выгорание достоверно оказывает влияние лишь стаж профессиональной деятельности, который оказался более высоким ($p < 0,05$) в группе педагогов с более высоким показателем профессионального выгорания; возрастной же состав в обеих анализируемых группах не имел значимых различий.

Табл. 1.

Влияние возраста и стажа профессиональной деятельности у педагогов ДОУ для слабовидящих детей на уровень профессионального выгорания

Показатель	Профессиональное выгорание		Уровень значимости различий, p
	Низкое ($x \pm m$) ($n = 20$)	Высокое ($x \pm m$) ($n = 20$)	
Возраст	34,5±1,3	33,8±1,1	>0.05
Стаж	10,2±1,1	14,0±1,2	< 0.05

Иными словами, на подверженность профессиональному выгоранию педагогов ДОУ для слабовидящих детей существенное влияние оказывает стаж их профессиональной деятельности, что важно учитывать при организации и проведении профилактических и коррекционных мероприятий с данной категорией лиц.

У педагогов с различным уровнем профессионального выгорания, работающих в ДОУ для слабовидящих детей, отмечались определенные психологические особенности и межличностные отношения (рис. 1)

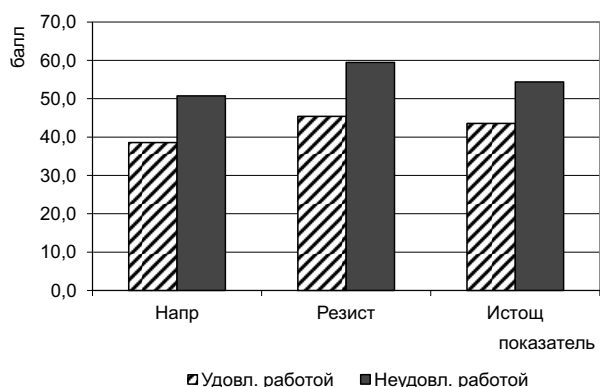


Рис. 1. Тревожность, экстравертированность и ригидность у педагогов ДОО для слабовидящих детей с различным профвыгоранием

Так, педагоги с высоким уровнем профессионального выгорания, по сравнению с педагогами с низким уровнем профвыгорания, имеют достоверно более высокие показатели тревожности ($p < 0,05$), ригидности ($p < 0,05$) и более низкий показатель экстравертированности ($p < 0,05$).

По мере нарастания тревожности, боязни, трудностей перестройки восприятия и представлений в изменившихся ситуациях, а также при большей ориентации на внутренние переживания, интровертированности увеличивается вероятность развития профессионального выгорания у педагогов ДОО для слабовидящих детей.

Профилактика профессионального выгорания, эффективная деятельность работника и его адаптация к ней во многом зависят от его удовлетворенности трудом. Нельзя не учитывать

и индивидуально-психологические особенности работников. Кроме того, человек должен быть ориентирован на содержание труда, работать в благоприятных условиях, включая хорошо организованное рабочее место и трудовой процесс, иметь нормальные отношения с руководителем, коллегами, клиентами, достаточное материальное вознаграждение (уровень заработной платы), перспективы профессионального роста.

Исходя из этого, мы проанализировали, как взаимосвязаны индивидуально-психологические особенности (тревожность, уровень субъективного контроля), удовлетворенность работой и профессиональное выгорание у педагогов ДОО для слабовидящих детей.

Оказалось, что в группе педагогов с высоким уровнем профессионального выгорания, по сравнению с полярной группой, отмечаются достоверно более низкие показатели шкал интернальности в области производственных ($p < 0,05$) и межличностных отношений ($p < 0,05$) (табл. 2).

С ростом практически всех показателей шкал интернальности в области производственных и межличностных отношений, свидетельствующих о высокой ответственности за все события, происходящие в этих областях жизни, снижаются показатели профессионального выгорания и повышается относительный уровень адаптации педагогов ДОО для слабовидящих детей.

При этом анализ профиля личности педагогов с низким уровнем профессионального выгорания, работающих в ДОО для слабовидящих детей, позволил выявить следующие особенности.

Педагоги с низким уровнем профессионального выгорания:

- считают свои действия важным фактором в организации собственной производственной

Табл. 2

Уровень субъективного контроля у педагогов с различным уровнем профессионального выгорания, работающих в ДОО для слабовидящих детей

Показатель	Профессиональное выгорание		Уровень значимости различий, p	
	Низкое ($\bar{x} \pm m$) (n = 20)	Высокое ($\bar{x} \pm m$) (n = 20)		
Шкала методики УСК	Ид	4,9±0,5	5,1±0,5	>0.05
	Ин	4,9±0,6	4,2±0,5	>0.05
	Ис	4,8±0,5	4,5±0,5	>0.05
	Ип	4,1±0,6	4,0±0,2	>0.05
	Им	5,7±0,5	7,0±0,5	< 0.05
	Из	4,1±0,5	5,6±0,7	< 0.05
	Ио	4,3±0,4	4,1±0,3	>0.05

Примечание. Шкала интернальности в области достижений (Ид).
 Шкала интернальности в области неудач (Ин).
 Шкала интернальности в семейных отношениях (Ис).
 Шкала интернальности в области производственных отношений (Ип).
 Шкала интернальности в области межличностных отношений (Им).
 Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни (Из).
 Шкала общей интернальности (Ио).

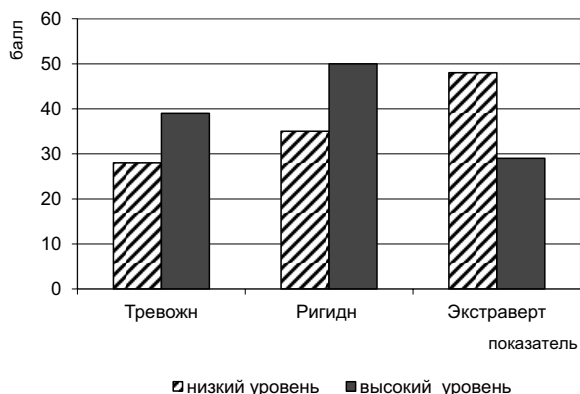


Рис. 2. Фазы профессионального выгорания у педагогов ДОУ для слабослышащих детей с различной удовлетворенностью работой

деятельности, складывающихся отношениях в коллективе;

- в силах контролировать свои формальные и неформальные отношения с другими людьми, вызывать к себе уважение и симпатию;
- более социально зрелы в целом (рис. 2).

На все фазы профессионального выгорания оказывает влияние удовлетворенность работой в целом (рис. 2). Так, педагоги, не удовлетворенные работой, имеют достоверно более высокие показатели по шкалам напряжения ($p < 0,05$), резистентности ($p < 0,05$) и истощения ($p < 0,05$) (методика В. В. Бойко), по сравнению с теми, кто положительно относится к работе.

По мере нарастания неудовлетворенности работой у педагогов ДОУ для слабослышащих детей отмечается также увеличение напряжения, неудовлетворенности собой, чувства загнонности в клетку, тревоги и депрессии, неадекватного избирательного

эмоционального реагирования, эмоционально-нравственной дезориентации, редукции профессиональных обязанностей, эмоционального истощения, личностной отстраненности, психосоматических и психовегетативных нарушений.

С целью оценки взаимосвязи показателей и влияния тревожности, локуса контроля, возраста и стажа профессиональной деятельности на уровень профессионального выгорания нами проводился корреляционный анализ (по Спирмену), результаты которого представлены на рис. 3.

При этом выяснилось, что профессиональное выгорание у педагогов ДОУ для слабослышащих детей имеет достоверные обратные умеренные взаимосвязи с интернальностью в межличностных отношениях ($r = 0,6; p < 0,01$), удовлетворенностью работой ($r = 0,5; p < 0,05$), экстравертированностью ($r = 0,4; p < 0,05$), а также достоверную положительную умеренную связь с интернальностью в области производственных отношений ($r = -0,4; p < 0,05$), общей интернальностью ($r = -0,4; p < 0,05$), тревожностью ($r = -0,6; p < 0,01$), ригидностью ($r = -0,5; p < 0,05$) и стажем ($r = -0,4; p < 0,05$).

Таким образом, по мере снижения коммуникативной компетентности, удовлетворенности работой, экстравертированности, а также при неумении систематизировать свою деятельность, низкой социальной зрелости, нарастании тревожности, боязни, трудностей перестройки восприятия и представлений в изменившихся ситуациях увеличивается вероятность развития профессионального выгорания у педагогов ДОУ для слабослышащих детей.

Полученные данные важно учитывать при организации и проведении мероприятий по психолого-социальному сопровождению педагогов ДОУ для слабослышащих детей с целью профилактики и коррекции возникновения профессионального выгорания у данного контингента.

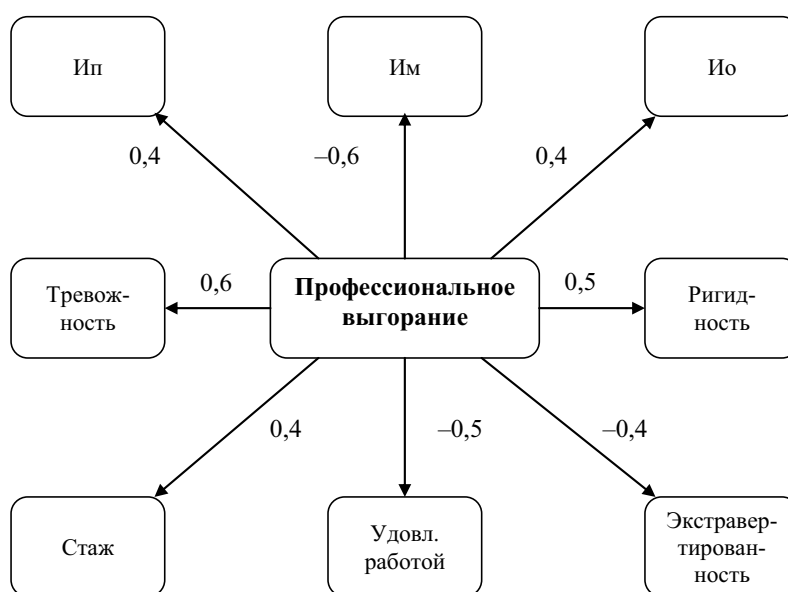


Рис. 3. Взаимосвязь профессионального выгорания с психологическими показателями у педагогов ДОУ для слабослышащих детей (на рис. указаны только достоверные связи ($p < 0,05$))

Выводы

1. По мере нарастания показателя длительности работы увеличивается вероятность развития профессионального выгорания, о чем свидетельствует тот факт, что стаж профессиональной деятельности педагогов ДООУ для слабовидящих детей в группах лиц с различным уровнем профвыгорания имеет достоверные различия.

2. При повышении тревожности, боязни, трудностях перестройки восприятия и представлений в изменившихся ситуациях, а также при большей ориентации на внутренние переживания, интровертированности увеличивается вероятность развития профессионального выгорания у педагогов ДООУ для слабовидящих детей.

3. Удовлетворенность работой оказывает влияние на степень подверженности педагогов таких учреждений профессиональному выгоранию. При нарастании неудовлетворенности работой увеличиваются напряжение, растет тревога и депрессия, появляется неудовлетворенность собой, чувство загнанности в клетку, импульсивность в эмоциональном реагировании, происходит редукция профессиональных обязанностей, отмечается эмоциональное истощение, личностная отстраненность от выполняемой работы и начинают появляться предвестники психосоматических расстройств.

4. По мере увеличения показателей шкал интернальности в области производственных и межличностных отношений, свидетельствующих о высокой ответственности за все события, происходящие в этих областях жизни, снижаются показатели эмоционального истощения и профессионального выгорания у педагогов ДООУ для слабовидящих детей. При этом педагоги с низким уровнем профвыгорания, по сравнению с другой исследуемой группой лиц (с высоким уровнем профессионального выгорания): 1) считают свои действия важным фактором в организации собственной производственной деятельности, складывающихся отношениях в коллективе; 2) в силах контролировать свои формальные и неформальные отношения с другими людьми, вызывать к себе уважение и симпатию; 3) более социально зрелы в целом

5. При снижении коммуникативной компетентности, удовлетворенности работой, экстравертированности, а также неумении систематизировать свою деятельность, низкой социальной зрелости, нарастании тревожности, боязни, трудностях перестройки восприятия и представлений в изменившихся ситуациях увеличивается вероятность развития профессионального выгорания у педагогов ДООУ для слабовидящих детей.

Для повышения эффективности коррекционно-профилактических мероприятий у данного контингента важно учитывать результаты нашего исследования.

1. Полученные данные, позволяющие выявить взаимосвязь между стажем профессиональной деятельности, возрастом, характерологическими особенностями, социальной зрелостью и профессиональным выгоранием у педагогов дошкольного образовательного учреждения для слабовидящих детей, необходимо использовать в практической деятельности психологов для ранней диагностики наступающего профессионального выгорания и своевременной коррекции и проведения адекватных реабилитационных мероприятий для сохранения здоровья и профессионального долголетия этой категории специалистов.

2. Для прогнозирования подверженности педагогов дошкольного образовательного учреждения для слабовидящих детей профессиональному выгоранию надо учитывать следующие показатели: стаж профессиональной деятельности, характерологические особенности (экстравертированность, ригидность и тревожность), удовлетворенность работой и социальную зрелость.

3. Шире следует использовать в практической деятельности психологов и социальных работников полученные данные для популяризации знаний о ранних признаках профессионального выгорания у педагогов дошкольного образовательного учреждения для слабовидящих детей, информировать об основных направлениях борьбы с этим синдромом (здоровый образ жизни, рациональный режим труда и отдыха, цвето- и музыкотерапия, релаксационные техники, дыхательная гимнастика и т. п.).

1. Белов В. Г. Здоровье как основа социально-психологической адаптации человека // Ученые записки СПбГИПСР. 2007. Вып. 1, т. 1. С. 44–48.
2. Белов В. Г., Давтян Е. Ю. Психологические особенности слабовидящих детей 6 лет с различной готовностью к школе // Ученые записки СПбГИПСР. 2013. Вып. 2, т. 20. С. 74–79.
3. Белов В. Г., Парфенов Ю. А. Профессиональное выгорание у медицинских работников // Вестник Российской военно-медицинской академии. 2008. № 2 (22). С. 152–164.
4. Белов В. Г., Парфенов Ю. А. Эмоциональное выгорание у медицинских работников как предпосылка астенизации и психосоматической патологии // Вестник Санкт-Петербургского университета. 2009. Вып. 3, серия 11. С. 57–72.
5. Белов В. Г., Парфенов Ю. А. Психология кризисных ситуаций: Учеб. пособие. СПб.: Невский институт управления и дизайна, 2010. 175 с.
6. Бойко В. В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. СПб.: Питер, 1999. 105 с.
7. Водопьянова Н. Е. Синдром психического выгорания в коммуникативных профессиях // Психология здоровья / под ред. Г. С. Никифорова. СПб.: Издательство СПб ГУ, 2000. С. 443–463.
8. Диагностика здоровья. Психологический практикум / под ред. Г. С. Никифорова. СПб.: Речь, 2013. 950 с.
9. Кулганов В. А., Белов В. Г., Парфенов Ю. А. Консультирование в работе детского практического психолога: Учеб. пособие. СПб.: ЭЛМОР, 2011. 60 с.

10. Кулганов В. А., Белов В. Г., Парфенов Ю. А. Психологическая диагностика и коррекция в работе детского практического психолога: Учеб. пособие. СПб.: ЭЛМОР, 2012. 131 с.
11. Наследов А. Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных. М., 2004. 388 с.

References

1. Belov V. G. Zdorovye kak osnova sotsialno-psikhologicheskoy adaptatsii cheloveka [Health as a basis for human social and psychological adaptation]. Uchenye zapiski Sankt-Petersburgskogo gosudarstvennogo instituta psikhologii i sotsialnoy raboty — The Scientific Notes Journal of St. Petersburg State Institute of Psychology and Social Work, 2007, vol. 1 (1). pp. 44–48 (in Russian).
2. Belov V. G., Davtyan Ye. Yu. Psikhologicheskiye osobennosti slabovidyashchikh detey shesti let s razlichnoy gotovnostyu k shkole [Psychological characteristics of visually impaired children aged six with different school preparedness]. Uchenye zapiski Sankt-Petersburgskogo gosudarstvennogo instituta psikhologii i sotsialnoy raboty — The Scientific Notes Journal of St. Petersburg State Institute of Psychology and Social Work, 2013, vol. 20 (2). pp. 74–79 (in Russian).
3. Belov V. G., Parfenov Yu. A. Professionalnoye vygoraniye u meditsinskikh rabotnikov [Professional burnout among medical staff]. Vestnik Voenno-meditsinskoy akademii imeni S.M. Kirova — Herald of the Military Medical Academy named after S.M. Kirov, 2008, no. 2 (22). pp. 152–164 (in Russian).
4. Belov V. G., Parfenov Yu. A. Emotsionalnoye vygoraniye u meditsinskikh rabotnikov kak predposylka astenizatsii i psikhosomaticheskoy patologii [Emotional burnout among medical staff as a prerequisite for asthenia and psychosomatic pathology]. Vestnik Sankt-Peterburgskogo Gosudarstvennogo Universiteta — Vestnik of St. Petersburg State University, 2009, vol. 3 (11). pp. 57–72 (in Russian).
5. Belov V. G., Parfenov Yu. A. Psikhologiya krizisnykh situatsiy. Uchebnoye posobiye [Psychology of crisis situations. Study guide]. St. Petersburg: Nevsky Institute of Management and Design Publ., 2010. 175 p. (In Russian).
6. Boyko V. V. Sindrom «emotsionalnogo vygoraniya» v professionalnom obschenii [«Emotional burnout» syndrome in professional communication]. St. Petersburg: Piter Publ., 1999. 105 p. (In Russian).
7. Vodopyanova N. Ey. Sindrom psikhicheskogo vygoraniya v kommunikativnykh professiyakh [Psychic burnout syndrome in communicative professions]. Psikhologiya zdorovya [Health psychology]. Nikiforova G.S. (ed.). St. Petersburg: St. Petersburg State University Publ., 2000. pp. 443–463 (in Russian).
8. Nikiforova G. S. (ed.). Diagnostika zdorovya. Psikhologicheskiiy praktikum [Health diagnostics. Psychological practicum]. St. Petersburg: Rech Publ., 2013. 950 p. (In Russian).
9. Kulganov V. A., Belov V. G., Parfenov Yu. A. Konsultirovaniye v rabote detskogo prakticheskogo psikhologa. Uchebnoye posobiye [Counseling in the work of child psychologist. Study guide]. St. Petersburg: ELMOR Publ., 2011. 60 p. (In Russian).
10. Kulganov V. A., Belov V. G., Parfenov Yu. A. Psikhologicheskaya diagnostika i korrektsiya v rabote detskogo prakticheskogo psikhologa. Uchebnoye posobiye [Psychological diagnostics and correction in the work of child psychologist. Study guide]. St. Petersburg: ELMOR Publ., 2012. 131 p. (In Russian).
11. Nasledov A. D. Matematicheskiye metody psikhologicheskogo issledovaniya. Analiz i interpretatsiya dannykh [Mathematical methods of psychological research. Data analysis and interpretation]. Moscow: Rech Publ., 2004. 388 p. (In Russian).