

**Исследование синдрома эмоционального выгорания в профессиональной
деятельности педагогов**

*Лозовенко А.С., студентка факультета юридической психологии
Московского городского психолого-педагогического университета, Москва*

*Научный руководитель – кандидат психологических наук,
доцент Коноплева И.Н.*

Проблема эмоционального выгорания очень актуальна в последнее время. Очевидно, что в современном обществе меняется отношение людей к работе,

работающие теряют уверенность в стабильности своего социального и материального положения, в гарантированности рабочего места, материального благополучия, обостряется конкуренция за престижную и высокооплачиваемую работу. Падает рейтинг ряда социально значимых профессий – учителей, учёных, медицинских работников.

В настоящее время получило распространение в литературе обсуждение вопроса профессионального выгорания работников, в первую очередь, «коммуникативных» и «социальных» профессий. Работа педагога одна из таких профессий, где на специалисте лежит огромный груз ответственности по установлению доверительных отношений и умению управлять эмоциональной напряженностью делового общения.

Следует отметить, что эмоциональное выгорание очень сильно влияет на человека, подрывая его здоровье и желание работать. Процесс является более опасным в начале своего развития, так как «страдающий» от «выгорания» профессионал не осознает его симптомов. Таким образом, проблема эмоционального выгорания является актуальной и требует дальнейших исследований и разработок.

Цель: исследование синдрома эмоционального выгорания у педагогов.

Достижение поставленной цели предполагает решение следующих задач:

- 1) Изучить синдром эмоционального выгорания в теоретических источниках;
- 2) Провести диагностику эмоционального выгорания среди педагогов, работающих в школе;
- 3) Провести исследование личностных и организационных факторов, инициирующих синдром эмоционального выгорания у педагогов;
 - 1) Проанализировать и описать результаты исследования.

Объект исследования: педагоги.

Предмет исследования: эмоциональное выгорание у педагогов, организационные факторы в профессии педагога и личностные качества педагогов.

Гипотезой исследования послужили следующие предположения:

- синдром эмоционального выгорания развивается в процессе длительной профессиональной деятельности педагога;
- на формирование синдрома эмоционального выгорания оказывают влияние, как личностные качества педагогов, так и организационные характеристики их деятельности.

В данном исследовании были использованы следующие методики:

1. Опросник «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко (1996);
2. Многофакторный личностный опросник FPI. Авторы И. Фаренберг, Х. Зарг, Р. Тампел (модифицированная форма «В»).
3. Методика диагностики межличностных отношений Т. Лири в адаптации Л.Н. Собчик.
4. Анкета, направленная на выявление влияния организационных факторов в профессиональной деятельности педагогов на развитие синдрома эмоционального выгорания.

Выборка: 20 учителей Средней Общеобразовательной Школы № 148 и Московского Многопрофильного Технического Лицея № 1501. Все испытуемые в данной выборке женщины, с различным стажем работы и в возрасте от 25 до 60 лет.

Исследование эмоционального выгорания в группе учителей показало, что уровень эмоционального выгорания педагогов проявился следующим образом: средний балл в группе составляет 140,9 баллов.

При этом – 65% респондентов демонстрировали достаточно высокий уровень эмоционального выгорания (выше 120 баллов); 5% испытуемых – средний и выше среднего уровень эмоционального выгорания (выше 100 баллов); 20% испытуемых – чуть меньше среднего уровень эмоционального выгорания (выше 80 баллов) и у 10% испытуемых низкий уровень эмоционального выгорания (ниже 50 баллов).

Изучение симптомов эмоционального выгорания показало, что напряжение у педагогов проявилось следующим образом: средний балл в

группе в фазе «Напряжение» составляет 46,3 балла. При этом 35% испытуемых имеют несформированную фазу; у 30% испытуемых имеют фазу в стадии формирования, а у 35% учителей данная фаза сформировалась.

Изучение симптомов эмоционального выгорания показало, что фаза «Резистенция» у педагогов проявлялась следующим образом: средний балл в группе респондентов составляет 50 баллов. При этом 30% испытуемых имели несформированную фазу; 35% – отмечали ее формирование, а у 35% данная фаза сформирована.

Изучение симптомов эмоционального выгорания показало, что «Истощение» у педагогов проявлялось следующим образом: средний балл в группе составляет 44,6 балла. При этом у 50% группы фаза не сформирована; 35% группы испытуемых имели сформированную фазу и у 15% – складывающаяся фаза.

Таким образом, можно сказать, что хотя бы одна из фаз «выгорания» у подавляющего большинства учителей находится в сформированном состоянии. Всю выборку можно разделить на 3 группы по сформированности фаз. В первую самую многочисленную группу вошли 10 педагогов, у которых синдром эмоционального выгорания сформировался хотя бы в одной из фаз (61 и более баллов), во второй группе у 6 учителей синдром находится в стадии формирования хотя бы в одной из фаз (от 37 до 60 баллов). В 3 самой маленькой группе из 4 учителей синдром не сформировался (36 и менее баллов). Очень часто в данной выборке учителей в фазах встречаются доминирующие симптомы.

Рассматривая возможную зависимость эмоционального выгорания от стажа работы, условно разделим стаж работы на 4 промежутка: 1 – 5 лет, 6 – 10 лет, 11 – 15 лет, 16 – 20 и далее лет.

Наиболее высокие средние показатели эмоционального выгорания имеют учителя со стажем работы от 10 до 15 лет. Можно отметить, что в данной группе учителей нет несформировавшегося синдрома, у 28,5% синдром

эмоционального выгорания находится в стадии формирования, а у 71,5% синдром сформировался.

Исходя из этого, можно сказать, что учителя, вошедшие в данную группу, оказались наиболее подвержены синдрому эмоционального выгорания.

Однако, выдвинутая в начале исследования гипотеза о том, что синдром эмоционального выгорания развивается в результате длительной профессиональной деятельности, не подтвердилась, т.к. уровень эмоционального выгорания возрастает не монотонно по ходу профессиональной деятельности, а существует определенная закономерность его проявления, состоящая в зависимости выраженности фаз синдрома от возрастных и профессиональных кризисов педагога (Львова, 1988).

Формирование и развитие синдрома эмоционального выгорания связано с наличием у педагогов таких личностных характеристик, как: невротичность, депрессивность, застенчивость, феминность, эмоциональная лабильность.

Что касается ведущего типа межличностных отношений, то значимых различий между результатами в двух группах не наблюдается, из этого можно предположить, что на формирование и развитие синдрома эмоционального выгорания оказывают влияние и другие факторы, например такие, как организационные. Таким образом, внутренний фактор сам по себе, становится таковым, усиливаясь организационным фактором.

Из этого, можно сделать вывод, что выдвинутая в начале исследования гипотеза о том, что на формирование и развитие синдрома эмоционального выгорания влияют, как личностные факторы, так и организационные подтверждается.

Список литературы:

1. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М.: Информационно-издательский дом «Филинь», 1996.
2. Львова Ю.Л. Социально-педагогические проблемы развития профессиональной и общественной активности учителей. М.: Изд-во МГУ, 1988.