5. Добраев Л.П. Логико-психологический анализ текста (На материале школьных учебников).- Саратов, 1969.
6. Жинкин Н.И. Механизмы речи.- М., 1956.
7. Зикеев А.Г. Методика работы над сложными предложениями на уроках русского языка в начальных классах коррекционных школ. -М.,2004.
8. Зимняя И.А. Лингвopsихология речевой деятельности. М., 2001.
9. Карпова С.Н. Осознание словесного состава речи дошкольниками.М.,1967.
10. Леонтьев А.А. Психолингвистические единицы и порождение речевого высказывания. -М., 1969.
11. Лосева Л.М. Как строится текст. -М, 1980.
12. Лурия А.Р. Основные проблемы нейролингвистики.-М., 1975.
13. Маркова А.К. Психология усвоения языка -М.,1974.
14. Микляева Н.В. Дошкольная педагогика / Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева, Н.А. Виноградова. - Люберцы: Юрайт, 2016. -411 с.
15. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии- М., 1989- Т.1.
16. Солганик Г.Я. Синтаксическая стилистика (сложное синтаксическое целое). -М.,1973.
17. Сохин Ф.А. Психолого-педагогические основы развития речи дошкольников. М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО "МОДЭК", 2002.
18. Щерба Л.В. Языковая система и речевая деятельность. Л.1974.428с.ИСБ

Узунова Г.П.

Взаимосвязь показателей синдрома эмоционального выгорания и потребностей преподавателей колледжа в саморазвитии и самосовершенствовании

*АНО «ПОО» «Открытый Таврический колледж»
(Россия, Симферополь)*

doi: 10.18411/sr-10-06-2020-70

idsp: sciencerussia-10-06-2020-70

Аннотация

Статья посвящена проблеме профилактики возникновения и развития у преподавателей колледжей, имеющих и не имеющих базовое педагогическое образование, синдрома эмоционального выгорания.

В статье представлены результаты эмпирического исследования, целью которого стало выявление степени выраженности у преподавателей системы среднего профессионального образования синдрома эмоционального выгорания, раскрытия связи между уровнем его сформированности и потребностей преподавателей в самообразовании и саморазвитии. В исследовании приняли участие 214 преподавателей колледжей, чей стаж педагогической деятельности варьируется от 3 до 38 лет.

Автор обосновывает актуальность предпринятого исследования, описывает его результаты, на основании которых определяет основные направления профилактики возникновения и развития синдрома эмоционального выгорания у преподавателей колледжей в процессе организации управления их профессионально-личностным развитием.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, преподаватели колледжа, напряжение, резистенция, истощение, самообразование, профессионально-личностное развитие.

1. Введение

В настоящее время проблема предупреждения возникновения и развития у педагогов синдрома эмоционального выгорания не теряет своей актуальности и практической значимости.

От психологического состояния педагога, от его эмоциональности и особенностей расходования эмоциональных ресурсов зависит не только психологическое состояние обучающихся, но и качество оказываемых им образовательных услуг [6].

В современной науке существует достаточно объемный исследовательский материал, подтверждающий важность учета распространенности среди профессий системы «Человек – человек», к которой относится и профессия педагога, профессионального, или эмоционального выгорания [2; 5; 6; 7], развивающегося в результате постоянного стресса, вызванного не только личностными особенностями и особенностями субъективной реакции на напряженные профессиональные ситуации [9], но и внешними обстоятельствами их профессиональной деятельности и жизнедеятельности в целом [5].

Под эмоциональным выгоранием понимается процесс прогрессивного роста эмоционального истощения [7], состояние, проявляющееся у субъектов труда на умственном и эмоциональном уровнях [2], реакция на профессиональный стресс [3], механизм психологической защиты, выработанный в процессе осуществления профессиональной деятельности и выражающийся в исключении эмоций из решения профессиональных задач [1].

Результаты теоретического анализа разнообразных концепций и теорий эмоционального, или профессионального выгорания позволяют говорить о том, что данный синдром отражает негативные последствия профессиональной деятельности представителей профессий системы «Человек – человек» [4].

Особую остроту и значимость проблема профилактики эмоционального выгорания, поиска действенных путей его преодоления приобретает в отношении преподавателей, работающих в организациях среднего профессионального образования. Это вызвано не только спецификой их профессиональной деятельности, нацеленной на подготовку в колледже высококвалифицированных, хорошо адаптирующихся и мобильных специалистов среднего звена, но и их противоречивым представлением о своей профессии и профессиональной карьере, что связано с наличием в их профессиональной деятельности производственно-технологического компонента [7]. Многие преподаватели колледжа воспринимают себя не столько представителями педагогической профессии, сколько специалистами в разных сферах жизнедеятельности общества – экономистами, юристами, медицинскими, музыкальными и техническими работниками, вследствие чего свою профессиональную карьеру они зачастую связывают не с педагогической карьерой, а с карьерой представителей других профессий.

Внутриличностный конфликт, вызванный таким двуликим представлением о себе и о своем профессиональном развитии, может стать доминирующим фактором возникновения у преподавателей колледжей синдрома эмоционального выгорания.

В связи с этим, было проведено исследование, целью которого стала разработка действенных способов профилактики возникновения и развития у преподавателей колледжа синдрома эмоционального выгорания, основанных на результатах исследования взаимосвязи показателей эмоционального выгорания и потребностей преподавателей колледжа в саморазвитии и самообразовании.

2. Методы

В исследовании приняли участие 214 преподавателей, имеющих стаж педагогической деятельности от 3-х до 38 лет.

Исследование осуществлялось с помощью следующих диагностических методик:

1. Методика диагностики уровня эмоционального выгорания, разработанная и апробированная В.В. Бойко [1].

Методика позволяет выявить степень выраженности у работников системы «Человек-человек» таких фаз развития синдрома эмоционального выгорания, как напряжение, резистенция и истощение. Каждая фаза развития имеет своим симптомами, отражающие особенности протекания фаз. Методика представляет собой опросник,

состоящий из 84 вопросов, требующих утвердительного или отрицательного ответа респондентов. Фазы «Напряжение», «Резистенция» и «Истощение» фиксируются как сформированные, если у респондента в сумме по четырем шкалам насчитывается более 60 баллов.

Фаза «Напряжение» имеет такие симптомы, как переживание психотравмирующих обстоятельств, неудовлетворенность собой, «загнанность в клетку», тревога и депрессия. Фаза «резистенция» - неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, эмоционально-нравственная дезориентация, расширение сферы экономии чувств и редукция профессиональных обязанностей. Фаза «Истощение» проявляется через такие симптомы, как эмоциональный дефицит, эмоциональная отстраненность, личностная отстраненность, или деперсонализация, и психосоматические и психовегетативные нарушения.

Выбор данной методики обусловлен тем, что, по данным многих исследований, профессия педагога является одной из сложных, что связано с возможностью формирования и развития синдрома эмоционального выгорания [1]. Под эмоциональным выгоранием автор методики понимает приобретенный в процессе педагогической деятельности стереотип профессионального поведения, что проявляется через выражение субъектом труда своего эмоционального фона.

2. Диагностика уровня саморазвития в профессионально-педагогической деятельности (Л.Н. Бережнова) [8]. Методика позволяет выявить уровень стремления педагога к саморазвитию, самооценку тех качеств личности, которые способствуют саморазвитию, оценку возможности реализовать себя в педагогической деятельности. Методика состоит из 18 утверждений и трех ответов на каждое из них. Результаты обрабатываются в соответствии с ключом.

Основным методом исследования является сравнительный анализ эмпирических данных, полученных с помощью обозначенных методик.

Сравнительный анализ осуществлялся с помощью расчета t-критерия Стьюдента, корреляционный анализ – коэффициента корреляции Спирмена.

3 Взаимосвязь показателей синдрома эмоционального выгорания и потребностей преподавателей колледжа в саморазвитии и самосовершенствовании

На заключительном этапе исследования был проведен корреляционный анализ обозначенных показателей, результаты которого позволяют говорить о том, что стремление к саморазвитию и самосовершенствованию является одним из доминирующих факторов, препятствующих возникновению и развитию у преподавателей колледжей синдрома эмоционального выгорания (Табл. 1).

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа показателей синдрома эмоционального выгорания и стремления преподавателей к саморазвитию и самосовершенствованию

Показатели	Стремление к саморазвитию	Адекватность самооценки	Оценка возможности самореализоваться
Напряжение	- 0,237456**	- 0,232743**	-0,4127357***
Резистенция	- 0,339779***	- 0,300157***	- 0,507592***
Истощение	- 0,039754	-0,101174	-0,1889321*

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Достоверно статистические обратные взаимосвязи были выявлены между степенью выраженности симптомов фазы «Напряжение» и уровнем стремления преподавателей к саморазвитию ($r = - 0,237456$, $p < 0,01$), адекватностью самооценки их профессионально важных качеств личности ($r = - 0,232743$, $p < 0,01$), их оценкой

возможности самореализоваться в педагогической деятельности ($r = - 0,4127357$, $p < 0,001$).

Наиболее тесными взаимосвязями характеризуются показатели уровня сформированности фазы «Резистенция» и уровня стремления к саморазвитию. Чем выше потребность преподавателей колледжа к самосовершенствованию и самореализации в выбранной сфере деятельности, тем ниже степень выраженности у них таких симптомов эмоционального выгорания, как «Избирательное эмоциональное реагирование» ($r = - 0,349956$, $p < 0,001$), «Расширение сферы экономии чувств» ($r = - 0,339648$, $p < 0,001$), «Редукция профессиональных обязанностей» ($r = - 0,447738$, $p < 0,001$).

4. Заключение

Таким образом, проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

- проблема профилактики возникновения и развития у преподавателей колледжа синдрома эмоционального выгорания является актуальной, что обуславливает целесообразность поиска действенных путей блокирования данного процесса;
- доминирующими симптомами эмоционального выгорания у преподавателей колледжа являются симптомы фазы «Резистенция»: избирательное эмоциональное реагирование, расширение сферы экономии чувств и такое эмоциональное поведение, которое характеризуется неадекватными вспышками агрессии, раздражения и гнева, что проявляется во взаимодействии с другими людьми, в том числе и с обучающимися;
- существует обратная взаимосвязь между уровнем сформированности у преподавателей колледжей фаз эмоционального выгорания и их стремлением к саморазвитию и самосовершенствованию;
- организация в колледже системы управления профессионально-личностным развитием преподавателей, включающей в себя стимулирование их профессионального роста через формирование потребности и стремления к саморазвитию и самосовершенствованию, является одним из условий профилактики возникновения в педагогической среде синдрома эмоционального выгорания.

1. Бойко, В.В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении / В.В. Бойко. – СПб.: Питер, 2003. – 474 с.
2. Водопьянова, Н.Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика: практическое пособие / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – М.: Юрайт, 2017. – 343 с.
3. Кравченко, Е.В. Синдром эмоционального выгорания как результат профессионального стресса / Е.В. Кравченко // Проблемы современного педагогического образования. – 2015. - № 1 (49). – С. 377 – 383
4. Профилактика профессионального выгорания у педагогов: методическое руководство / Сост. И.В. Фокина, М.О. Цатурян. – Вологда: Институт развития образования, 2018. – 36 с.
5. Пряжников, Н.Н. Стратегии преодоления синдрома «эмоционального выгорания» в работе педагога / Н.Н. Пряжников, Е.Г. Ожегова // Психологическая наука и образование. – 2008. – « 2. – С. 87 – 95
6. Синдром профессионального (эмоционального) выгорания в педагогической среде / Сост. Е.А. Чикарева. – Хабаровск, 2018. – 30 с.
7. Третьякова, В.С. Исследование синдрома эмоционального выгорания в педагогической среде / В.С. Третьякова // Профессиональное образование и рынок труда. – 2019. - № 2. – С. 71 – 85
8. Фетискин, Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. – М.: Институт Психотерапии. – 2002. – 240 с.
9. Yin H., Huang S., Chen G. The relationships between teachers' emotional labor and their burnout and satisfaction: A meta-analytic review // Educational Research Review. – 2019. – Vol. 28. - Article 100283