

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ

СТУДЕНЧЕСКОЕ НАУЧНОЕ ОБЩЕСТВО «ИНСАЙТ»

ПЕРВИЧНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ОБЩЕСТВЕННОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ СОЮЗ МОЛОДЕЖИ» БГПУ

ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Материалы XVII Международной студенческой научно-практической
конференции

Минск, 21 апреля 2017 г.

Научное электронное издание



Минск, 2017

УДК 159.99
ББК 88.4

Редколлегия:

кандидат психологических наук, доцент *Д.Г. Дьяков*;
кандидат психологических наук, доцент *С.Н. Жеребцов*;
кандидат психологических наук, доцент *Н.В. Азарёнок*;

Психология развития личности в современном мире: материалы XVII Междунар. студ. науч.-практ. конф., г. Минск, 21 апр. 2017 г. / Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка; редкол.: Д.Г. Дьяков, С.Н. Жеребцов, Н.В. Азарёнок – Минск : БГПУ, 2017. – 242 с.

ISBN

В сборник включены материалы исследований студентов ведущих вузов Республики Беларусь и СНГ. Рассматриваются вопросы современной психологии семьи, кризисной, социальной, возрастной, педагогической и клинической психологии. Адресуется студентам, аспирантам, преподавателям и всем интересующимся современными проблемами психологии.

УДК 159.99
ББК 88.4

ISBN

© БГПУ, 2017

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

СТЕПЕНЬ ВЫРАЖЕННОСТИ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У РАБОТАЮЩИХ ПЕДАГОГОВ

А.Д. Новаш, IV курс, Институт психологии, БГПУ им. М. Танка
Научный руководитель: *О.М. Евдокимова*, старший преподаватель,
БГПУ им. М. Танка

В современном мире проблема синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) занимает значительную часть в различных отраслях психологического знания. Актуальность данной психологической проблемы обусловлена её

ярко выраженными негативными последствиями, которые проявляются в постепенном развитии отрицательных социально-психологических установок в отношении себя, родных, коллег, а так же своей работы. Переживание чувства собственной несостоятельности, полное безразличие к своей выполняемой профессиональной деятельности, утрата ранее значимых жизненных ценностей, приводящих к снижению внутриличностных ресурсов, развитие психосоматических нарушений так же часто являются следствием развития синдрома эмоционального выгорания.

В значительной степени развитию синдрома эмоционального выгорания подвержены педагоги и преподаватели. Объясняется это тем, что профессиональный труд педагогов и преподавателей отличается очень высокой эмоциональной напряженностью, вплоть до возникновения стрессовых реакций. Кроме того, известно большое количество объективных и субъективных факторов, которые оказывают негативное воздействие на труд педагога.

Следует также учитывать, что профессия педагога является профессией альтруистического типа, в которой вероятность возникновения эмоционального выгорания более чем высока.

Эмоциональное напряжение может вызывать нарастающее чувство неудовлетворенности собой, своей профессиональной деятельностью, накопление усталости, что может привести к кризисам на рабочем месте, истощению и выгоранию.

Непризнание истинных заслуг преподавателя, не высокий социальный статус профессии, большие социальные ожидания и требования, ограничение активности профессионала по овладению новыми знаниями и умениями и другие социальные факторы препятствуют внедрению новых технологий и прогрессивных методов, которые бы позволили учителю более эффективно выполнять свою профессиональную деятельность.

Изучение эмоционального выгорания начинается в XX веке. Сам термин впервые был предложен американским психологом и психиатром Фреденбергом в 1974 г.[1,с.11]. По его мнению синдром эмоционального выгорания обозначает психическое состояние людей, которые интенсивно и тесно общаются с другими. Большой вклад в развитие проблемы эмоционального выгорания внесла Кристина Маслач, социальный психолог, которая изучала данное явление как синдром физического и эмоционального истощения, и связывала его с занижением самооценки, негативным отношением к своей профессиональной деятельности, утратой понимания и сочувствия по отношению к другим людям.

В отечественной психологии интерес к данному явлению, по сравнению с зарубежной психологией, возник относительно недавно.

Существуют различные подходы к определению термина «выгорание». В наиболее широком варианте данное явление рассматривается как долговременная стрессовая реакция или синдром, возникающий вследствие продолжительных профессиональных стрессов средней интенсивности. А в

понимании Маслач: «Синдром эмоционального «выгорания» - это процесс постепенной утраты эмоциональной, когнитивной и физической энергии, проявляющийся в симптомах эмоционального, умственного истощения, физического утомления, личной отстраненности и снижения удовлетворения исполнением работы»[2,с.14].

Японские исследователи предполагают, что для точного раскрытия содержания понятия выгорания к трем факторам определения Маслач необходимо добавить четвертый фактор «Involvement» (зависимость, вовлеченность), который характеризуется головными болями, нарушением сна, раздражительностью и многими др., а также наличием разнородных зависимостей (алкоголизм, курение) [3с.28].

В психиатрии синдром эмоционального выгорания рассматривается как болезнь и в международной классификации (МКБ-10) он отнесен к рубрике Z73 - "Стресс, связанный с трудностями поддержания нормального образа жизни".

Следует отметить, что исследования проблемы и их результаты достаточно не однозначны. Поэтому исследователю проблемы важно определиться со своей позицией.

В контексте проведенного исследования, синдром эмоционального выгорания рассматривается как выраженное сочетание симптомов нарушения в психической, соматической и социальной сферах жизни. Наличие определенных симптомов определяет тип и степень выраженности синдрома эмоционального выгорания.

Целью исследования было изучение степени выраженности синдрома эмоционального выгорания у преподавателей.

Для его изучения была использована методика диагностики профессионального выгорания (МВІ), адаптированная Н.Е. Водопьяновой. Представленная методика определяет степень эмоционального выгорания по трём шкалам: эмоциональное истощение, деперсонализации, профессиональных достижений.

В анонимном исследовании принимали участие 45 работающих педагогов. При исследовании степени эмоционального выгорания не учитывался их стаж работы в учреждении образования, возраст и пол.

Исследование показало, что у 44,4% испытуемых степень выраженности синдрома эмоционального выгорания высокая, у 37,7% - среднее и у 27,9% степень выраженности синдрома эмоционального выгорания низкая.

Результаты исследования по шкалам: «эмоциональное истощение», «деперсонализация» и «профессиональные достижения» представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Уровни эмоционального выгорания по исследуемым шкалам

| | низкий уровень | средний уровень | высокий уровень |
|---------|----------------|-----------------|-----------------|
| уровень | | | |

| | | | |
|---------------------------|-------|-------|--------|
| эмоционального истощения | 3,4% | 26,6% | 70% |
| уровень деперсонализации | 36,6% | 56,6% | 6,6% |
| редукция профессионализма | 26,6% | 30% | 43,34% |

ЛИТЕРАТУРА

1. Водопьянова, Н.Е. Синдром «психического выгорания» в коммуникативных профессиях / Н. Е. Водопьянова// Психология здоровья / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Изд-во СПб ГУ, 2000. - С. 443-463.
2. Водопьянова, Н.Е., Серебрякова А.Б., Старченкова Е.С. Синдром профессионального выгорания в управленческой деятельности/ Н. Е. Водопьянова, А. Б. Серебрякова, Е. С. Старченкова // Вестник СПбГУ. - 1997. - Вып. 2. - Серия 6. - № 13. - С. 83-91.
3. Сидоров, П.И. Синдром эмоционального выгорания / П. И. Сидоров // Nature. - 2005. – Вып. 1. – Серия 1. - № 1. – С. 68-74.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ