

## ПРОБЛЕМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ ПЕДАГОГОВ УЧРЕЖДЕНИЙ ОБРАЗОВАНИЯ

**О.Ю. Морозова**

*Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

(e-mail: Olyla.6925153@yandex.ru)

Профессиональный труд социального педагога отличается высокой коммуникативная активность, длительное взаимодействие с людьми и эмоциональная нагруженность. Частые стрессовые ситуации, в которые попадает социальный педагог в процессе сложного социального взаимодействия с клиентом, постоянное проникновение в суть социальных проблем клиента и другие морально-психологические факторы оказывают негативное воздействие на здоровье социального педагога. В связи с этим необходимы научно обоснованные методы его адаптации и профилактики синдрома профессионального выгорания [1, с. 65].

Существует ряд профессий (педагоги, врачи, менеджеры, работники социальных служб, психологи), в которых человек начинает испытывать чувство внутренней эмоциональной опустошенности вследствие необходимости постоянных контактов с другими людьми. Как правило, такие специалисты на определенном этапе своей деятельности неожиданно начинали терять интерес к ней, формально относиться к своим обязанностям, конфликтовать с коллегами даже по непринципиальным вопросам. В дальнейшем у них обычно развивались соматические заболевания и невротические расстройства, снижалась общая психическая устойчивость организма. Наблюдавшиеся изменения, как было обнаружено, вызывались длительным воздействием профессионального стресса [1, с. 66].

Психофизическое здоровье находится в тесной взаимосвязи с педагогической, профессиональной средой и если не учитывать ее специфические особенности, то между ними возникает конфронтация, появляются серьезные заболевания, присущие исключительно педагогической профессии: педагогическая усталость, синдром сгорания, психическое утомление. Чтобы этого не произошло, необходимо выявлять характерные особенности психосоциальных факторов психического и физического здоровья и профессионального развития личности социального педагога [2, с. 48].

Таким образом, *целью* данного исследования является изучение проблемы эмоционального выгорания социальных педагогов учреждений образования.

**Материал и методы.** Исследование эффекта эмоционального выгорания учителей проводилось на базе ГУО «Средняя школа № 46 г. Витебска». Испытуемыми стали 30 педагогов социальных учреждений образования г. Витебска с разным профессиональным стажем от 1 года до 20 лет.

Исследование проводилось при помощи методики диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко и опросника «Профессионального (эмоционального) выгорания» К. Маслач.

**Результаты и их обсуждение.** Исследование с помощью методики В.В. Бойко позволило разделить социальных педагогов на три группы: первую группу вошли социальные педагоги, у которых симптомы синдрома эмоционального выгорания полностью сформировались (сюда вошло 4 социальных педагога, что составляет 15%); вторая группа – синдром эмоционального выгорания находится в стадии формирования (14 человек, что составляет 45%); третья группа – синдром эмоционального выгорания не сформировался (12 человек, что составляет 40%). Самой многочисленной оказалась группа социальных педагогов у

которых синдром находится в стадии формирования хотя бы в одной из фаз. А самой малочисленной - группа со сформировавшимся синдромом.

В фазе «напряжение», в первой и во второй группах доминирует симптом «тревоги и депрессии» (соответственно 20% педагогов и 13,3%). В стадии формирования данный симптом у значительного количества испытуемых (36,7%). В третьей группе симптом не сложился и складывается у очень небольшого количества людей (6,7%). Симптом «переживания психотравмирующих обстоятельств» сложился у значительного количества педагогов из первой и второй групп (16,7% и 10% соответственно). У 26,7% испытуемых данный симптом находится в стадии формирования. Ощущение «неудовлетворенности собой» сформировалось лишь у одного человека (3,3%) из 2-й группы, это говорит о том, что в основном педагоги не испытывают недовольства собой в профессии и конкретными обстоятельствами на рабочем месте. Но у 23,4% педагогов из всех трех групп этот симптом начинает складываться, и это говорит о том, что начинает действовать механизм «эмоционального переноса», то есть вся сила эмоций направляется не во вне, а на себя. Симптом «загнанности в клетку» не сложился ни в одной из групп, находится в стадии формирования у 10% испытуемых. В целом фаза «напряжения» сформировалась у 3,3% педагогов, находится в стадии формирования у 30%, и не сформировалась у 66,7%.

В фазе «резистенция» доминирующим является симптом «редукции профессиональных обязанностей». Этот симптом сложился у 36,7% педагогов из первой и второй групп (26,7% и 10%) и складывается у 40% педагогов, из них: 6,7% относится к первой группе, 26,7% ко второй группе и 6,7% к третьей группе. Следующим по степени выраженности является симптом «неадекватного эмоционального реагирования». Этот симптом сложился у 33,3% педагогов. Из них на первую группу приходится 20% и 13,3% на вторую. В третьей группе данный симптом не сложился. У значительного количества педагогов данный симптом находится в стадии формирования (56,7%). Далее следует симптом «расширения сферы экономии эмоций». Этот симптом сложился у 33,3% педагогов, из них 23,3% приходится на первую группу, 10% на вторую. У 33,3% – находится в стадии формирования. Это говорит о том, что данная форма защиты осуществляется вне профессиональной области – в общении с родными, друзьями. Наименее выраженным в данной фазе оказался симптом «эмоционально-нравственной ориентации». Он сложился у 23,3% педагогов, из них 13,3% приходится на первую группу, 10% на вторую. Складывается этот симптом у 16,6% педагогов, из них: 3,3% относятся к первой группе, 10% – ко второй и 3,3% к третьей группе. В целом фаза «резистенции» сформировалась у 30% педагогов, находится в стадии формирования у 40%, и не сформировалась у 30%.

В фазе «истощение» доминирующим является симптом «психосоматических и психовегетативных нарушений». Симптом сложился у 40% педагогов. Из них: 16,7% относится к первой группе, 13,4% ко второй и 10% к третьей. Складывается он у 10% педагогов, которые относятся только к первой и второй группам (3,3% и 6,7%). Следующим по степени выраженности является симптом «эмоционального дефицита», он сложился у 10% педагогов. Из них: 6,7% относится к первой группе и 3,3% ко второй. В третьей группе симптом не сложился. Складывается данный симптом у 16,7% педагогов, из них: 10% относится к первой группе и 6,7% ко второй. Далее следует симптом «личностной отстраненности». Он сложился у 6,7% педагогов только из первой группы. Но складывается этот симптом у 20% педагогов. Из них: 10% относится к первой группе и 10% – ко второй. Данный симптом проявляется в процессе общения в виде полной или частичной утраты интереса к субъекту профессиональной деятельности. Наименее выраженным оказался симптом «эмоциональной отстраненности». Он не сложился ни в одной из групп. В стадии формирования этот симптом у 13,4% педаго-

гов, из них: 6,7 относятся к первой группе и 6,7% ко второй. Педагоги, у которых формируется данный симптом, начинают исключать эмоции из профессиональной деятельности. В целом фаза «истощения» сформировалась у 3,3% педагогов, в стадии формирования у 26,7% и не сформировалась у 70% педагогов.

Таким образом, мы видим, что в наибольшее количество педагогов находится во второй фазе эмоционального выгорания, в фазе «резистенции» – сопротивления; в фазе «истощения» 70% испытуемых не подвержены синдрому эмоционального выгорания.

Также для измерения у социальных педагогов степени «выгорания» по шкалам: эмоциональное истощение, деперсонализация и редукция личных достижений в профессиях типа «человек-человек» был использован опросник «Профессиональное выгорание», данная методика была адаптирована Н.Е. Водопьяновой на основе модели К. Маслач и С. Джексона.

По шкале «эмоциональное истощение» высокий уровень имеют 37% социальных педагогов, средний уровень – 45% педагогов, низкий уровень – 18% педагогов.

По шкале «деперсонализация» высокий уровень имеют 63% социальных педагогов, средний уровень – 20% педагогов, низкий уровень – 17% педагогов.

По шкале «редукция личных достижений» высокий уровень имеют 10% социальных педагогов, средний уровень – 65% педагогов, низкий уровень – 25% педагогов.

Анализ результатов дает нам следующую картину: 37% респондентов показали высокие показатели по шкале «эмоциональное истощение», 63% респондентов с высоким показателем по шкале «деперсонализация» и 10% с высокими показателями по шкале «редукция личных достижений».

**Заключение.** Результаты исследования позволили нам выделить 3 группы испытуемых педагогов: 1 группа – синдром эмоционального выгорания сформировался; 2 группа – синдром эмоционального выгорания в стадии формирования; 3 группа – синдром эмоционального выгорания не сформировался. Наиболее важными для нашего исследования являются первая и третья группы. В результате исследования было выявлено, что у большинства педагогов со сформировавшимся синдромом эмоционального выгорания были отмечены высокие показатели по всем статистически значимым качествам: невротичность, раздражительность, застенчивость, эмоциональная лабильность. У педагогов с несформировавшимся синдромом эмоционального выгорания эти качества менее выражены, так как высокие показатели по значимым качествам были отмечены у значительно меньшего количества педагогов данной группы.

Анализ результатов опросника «Профессиональное выгорание» К. Маслач и С. Джексона дает нам следующую картину: 37% респондентов показали высокие показатели по шкале «эмоциональное истощение», 63% респондентов с высоким показателем по шкале «деперсонализация» и 10% с высокими показателями по шкале «редукция личных достижений».

#### Список использованной литературы:

1. Бойко, В.В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении / В.В. Бойко – СПб.: Питер, 2011. – 105 с.
2. Бочарова, Ю.Ю. Профессиональное сознание как фактор профилактики эмоционального выгорания специалиста социальной сферы / Ю.Ю. Бочарова // Педагогика. – 2015. – № 1. – С. 47–52.