

тип отношений предполагает существование мира взрослых и мира детей, которые не должны пересекаться. Межличностные отношения в семье могут строиться на признании возможности независимого существования взрослых от детей. Такая позиция присуща пассивным в плане воспитания родителям. При сотрудничестве в семье межличностные отношения подчинены общим целям и задачам, совместной деятельности [2].

Без сомнения семья для детей необходимая среда полноценного развития и успешного социального становления. От того как ребенок чувствует себя в родном доме, насколько интенсивно общаются с ним взрослые, во многом зависят темпы его умственного и волевого развития.

Заключение. Таким образом, анализ психолого-педагогической литературы показал, что тип отношений в семье непосредственно влияет на учебную мотивацию школьника, причины снижения учебной мотивация заключаются чаще всего не в ребенке, а в напряженной семейной ситуации. Важно отметить, что многие родители относятся к своему ребенку как проекту, в котором они пытаются реализовать все то, что не смогли достичь сами. Однако нельзя этого допускать, потому что необходимо так же учитывать интересы ребенка, от которых в прямой зависимости находится мотивация ребенка к обучению. Задача семьи поддерживать положительные интересы ребенка, направить их в нужное русло и по возможности создать ребенку условия для занятий по интересам.

Список использованной литературы:

1. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович // Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия. – Москва: АCADEMIA, 2001. – С. 43–46.
2. Вартанова, И.И. Мотивация учебной деятельности и особенности детско-родительских отношений / И.И. Вартанова // Психологическая наука и образование. – 2004. – № 3. – С. 55–59.

Чапковская И.В. (Научный руководитель – Богомаз С.Л.,
канд. психол. наук, доцент)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ УЧИТЕЛЕЙ

Эмоциональное выгорание – распространенная проблема педагогов. Оно проявляется нарастающим эмоциональным истощением, которое ведет к личностному дискомфорту у специалистов и серьезному снижению эффективности их труда. Основным источником этих явлений – постоянное напряжение, вызванное стрессовыми ситуациями на работе, которые требуют значительных эмоциональных затрат. Если эти затраты не компенсируются должным образом – либо в силу личных особенностей сотрудника, либо из-за плохих условий труда – обязательно появятся тревожность, эмоциональное истощение и отстраненность [1].

Тема эмоционального выгорания не является новой для психологической науки, но сохраняет актуальность. Увеличивается темп жизни, возрастают требования к педагогу, увеличивается объем работы, отчетности, количество детей в классе, появляются многочисленные нововведения. Все это ввергает учителя в состояние стресса, перманентное нахождение в котором оказывает влияние на эмоциональную сферу и состояние организма в целом, а также работоспособность, качество выполняемой работы и её результативность.

Цель нашего исследования – изучение особенностей эмоционального выгорания учителей и его взаимосвязь с уровнем стресса.

Материал и методы. Экспериментальная работа проводилась среди учителей 1–11 классов с различным педагогическим стажем и возрастом. В исследовании были задействованы учителя в количестве 30 человек. Для изучения эмоционального выгорания учителей были использованы следующие методики: «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко в модификации Е. Ильина, опросник «Шкала психологического стресса PSM-25».

Результаты и их обсуждение. С целью диагностики уровня эмоционального выгорания была использована методика «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко в модификации Е. Ильина. Согласно полученным данным, из 30 респондентов у 5 (17%) имеется эмоциональное выгорание, у 15 (50%) начальная стадия выгорания и 10 (33%) не имеют эмоционального выгорания. Степень выраженности эмоционального выгорания учителей в процентном соотношении представлена на рис 1.

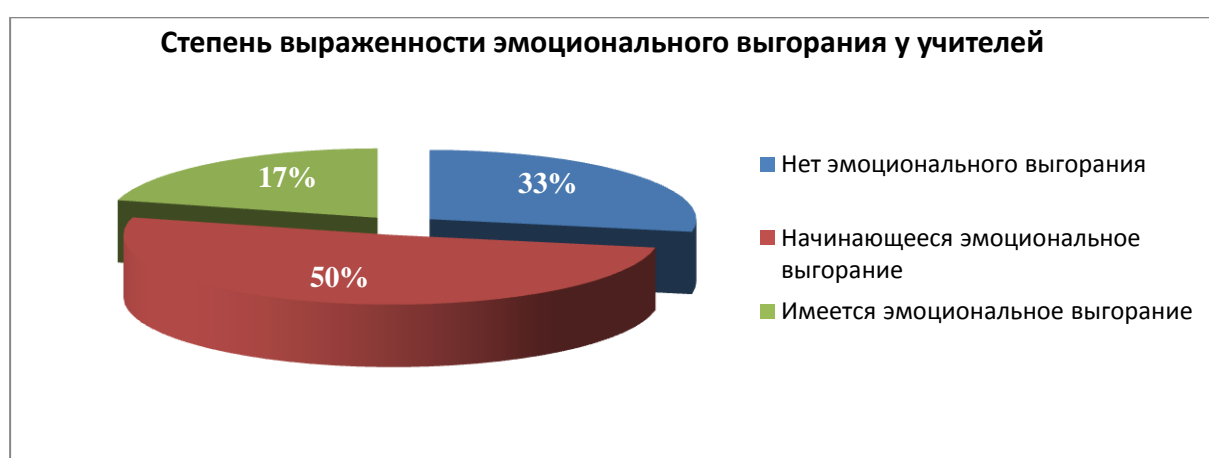


Рисунок 1 – Степень выраженности эмоционального выгорания у учителей

Аналогичные результаты мы получили по шкале психологического стресса PSM-25. 30% респондентов имеют низкий уровень стресса, 55% – средний уровень и 15% – высокий уровень стресса.

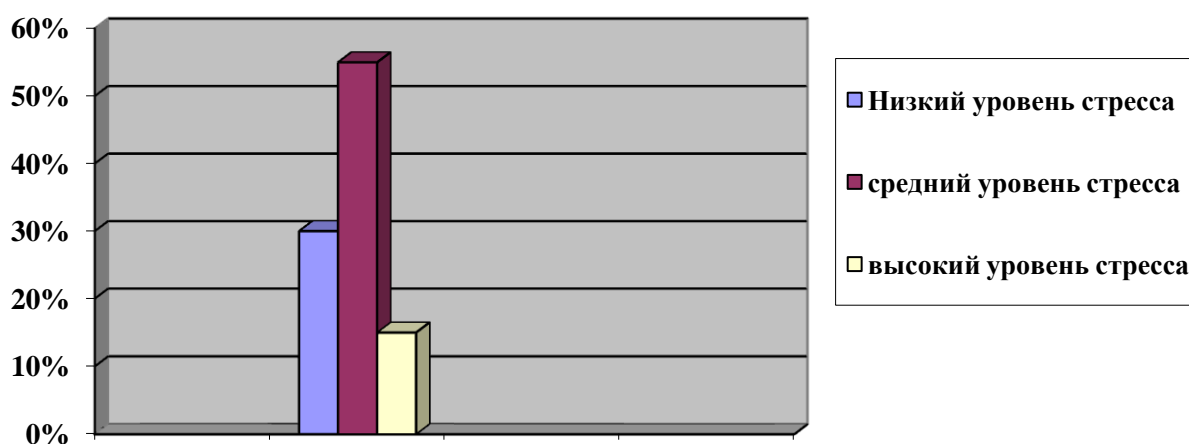


Рисунок 2 – Показатели уровней стресса учителей

Совместив показатели обеих методик, можно проследить прямую взаимосвязь уровня стресса, в котором находится педагог, и наличия у него эмоционального выгорания (рис. 3).

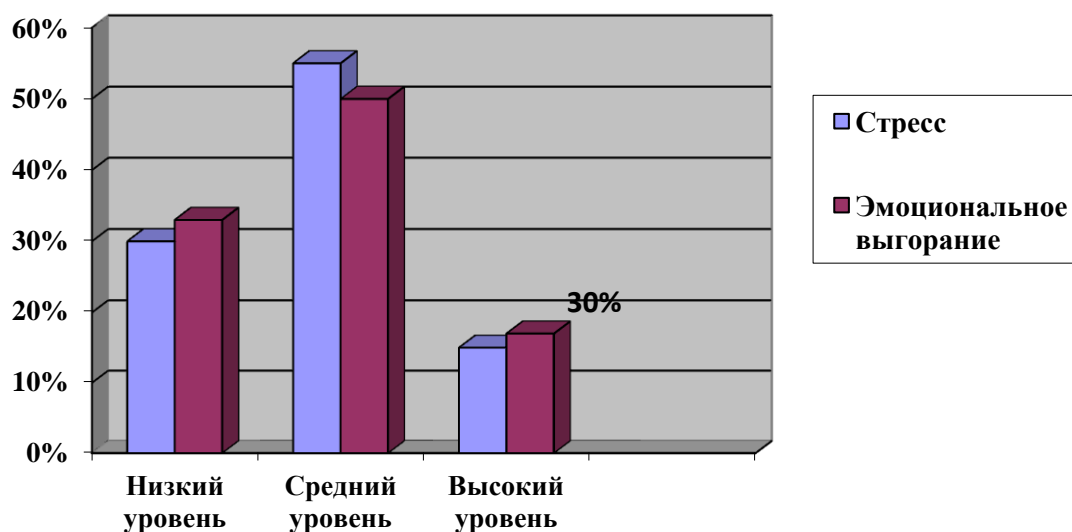


Рисунок 3 – Степень соотношения уровней стресса и эмоционального выгорания

Таким образом, анализируя полученные данные, мы видим, что чем выше уровень стресса, испытываемый учителями, тем выше вероятность их эмоционального выгорания.

Заключение. Специфика работы «человек-человек», высокий уровень эмоциональной нагрузки и требования, предъявляемые к личности педагога, способствуют увеличению количества стресса. Следствием длительного его воздействия в работе учителя является эмоциональное выгорание в виде эмоционального истощения и деформации личности. С помощью психодиагностических методик нам удалось исследовать взаимосвязь эмоционального выгорания учителей с уровнем испытываемого ими стресса. Мы увидели, что учитель, длительно находящийся в состоянии стресса, быстрее эмоционально истощается, а значит, больше подвержен выгоранию.

Поскольку полное устранение источников стресса в работе учителя невозможно, становится очевидной важность развития способности управлять собственными действиями, поступками, а также возможностями произвольного и эффективного управления собственной эмоциональной сферой, поиска ресурсов для поддержки. Эмоциональное благополучие и стрессоустойчивость способны повысить уровень самооценки педагога, уверенность в своих силах и качество выполняемой им работы [2].

При должном отношении администрации школ и специалистов психологов к указанной проблеме мы сумеем заполнить пробел в эмоциональном развитии учителей и научить их способам саморегуляции. В свою очередь, это повысит их работоспособность и позволит эффективнее взаимодействовать с учащимися.

Список использованной литературы:

- 1 Безносков, С.П. Профессиональная деформация личности / С.П. Безносков. – СПб.: Речь, 2004. – 272 с.
- 2 Водопьянова, Н.Е. Синдром психического выгорания в коммуникативных профессиях / Н.Е. Водопьянова // Психология здоровья; под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: СПбГУ, 2010. – 498 с.