

ляет увеличение на 20% от числа педагогического коллектива школы в конфликте стали придерживаться такого стиля поведения, как сотрудничество.

Результаты свидетельствуют о положительном влиянии занятий с элементами тренинга на межличностные взаимоотношения между педагогами школы и на стиль поведения педагогов в конфликтной ситуации.

Заключение. На конфликт смотрят сегодня, как на весьма значимое явление в психологии и педагогике, которое нельзя игнорировать и которому должно быть уделено особое внимание. Ни коллектив, ни личность не могут развиваться бесконфликтно, наличие конфликтов есть показатель нормального развития. Успешное разрешение конфликтов поэтому обычно включает цикл, состоящий из определения проблемы, ее анализа, действия по ее разрешению и оценке результата.

Список использованной литературы:

1. Анцупов, А. Я. Конфликтология / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. – СПб.: Питер, 2021. – 560 с.
2. Гришина, Н. В. Психология конфликта / Н. В. Гришина–СПб.: Питер, 2022. – 576 с.

Воронько-Дунаева А.Ю.

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
Научный руководитель – Циркунова Н.И., старший преподаватель

ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СРЕДИ ЭЛЕКТРОМОНТЁРОВ

Синдрому эмоционального выгорания в отечественной психологии практически не уделялось внимание. Как правило, данный феномен рассматривается в контексте более широкой проблематики. Отечественные учёные: В. В. Бойко, Б. Г. Ананьев, В. Е. Орёл, Г. А. Макарова, Н. А. Аминов, Н. Е. Водопьянова, А. А. Баранов, М. В. Борисова, А. А. Руковишников, Т. В. Форманюк, В. Д. Вид, Е. И. Лозинская, Е. С. Лаврентьева, Ю. В. Сорокина, Е. К. Николаева, Л. М. Митина, А. А. Реан, Е. С. Старченкова и др. внесли существенный вклад в изучение синдрома выгорания.

В зарубежной психологии представлены более широко теоретические и эмпирические исследования феномена эмоционального выгорания. Изучению этого вопроса посвящены работы следующих зарубежных ученых: К. Маслач, С. Джексон, Е. Аронсон, С. Валкер, Д. Кассевска, Дж. Гринберг, Дж. Сонека, Г. Бредли, Г. Фрейденбергер, А. Пайнс, Б. Перлман, Е. Хартман, М. Буриш, А. Аронсон, Б. Шауфелли, Дж. Шваб и многие другие.

Термин «эмоциональное выгорание», введённый американским психиатром Гербертом Дж. Фрейденбергом в 1974 году, означает состояние психического истощения профессионалов, интенсивно общающихся с клиентами в обстановке эмоциональной напряжённости. Этот синдром включает в себя три основные составляющие:

- 1) эмоциональное истощение, которое проявляется в ощущениях эмоционального перенапряжения и в чувстве опустошенности, истощенности своих эмоциональных ресурсов;
- 2) недостаток чувства личного достижения, чувство некомпетентности в своей профессиональной сфере, осознание неуспеха в ней;
- 3) деперсонализацию – это тенденция к развитию негативного, бездушного и циничного отношения к другим. В результате возникает цинизм, отчуждённость [1, с. 70].

Эмоциональное выгорание является динамическим процессом, который развивается во времени и характеризуется нарастающей степенью выраженности его проявлений.

Снижение личной результативности проявляется в снижении чувства компетентности на работе, неудовлетворённости собой, формировании низкой самооценки (профессиональной и личной) и негативного самовосприятия на профессиональном уровне.

В этом смысле синдром эмоционального выгорания обозначается понятием «профессиональное выгорание», что позволяет рассматривать это явление с точки зрения профессиональной деформации под воздействием рабочих нагрузок [2, с. 41].

Под эмоциональным выгоранием В. В. Бойко понимал выработанный человеком механизм психологической защиты, который выражается в полном или частичном исключении эмоциональных реакций на определённые психотравмирующие раздражители извне. В своих работах В.В. Бойко выделял три основные фазы формирования процесса выгорания:

1) Фаза напряжения, которая характеризуется состоянием нервного напряжения или состоянием тревоги, которое запускает процесс формирования эмоционального выгорания. Данное напряжение характеризуется изменчивостью, а также тем, что сильно изматывает в силу своего постоянства.

2) Фаза резистенции или процесс сопротивления усиливающемуся стрессу. Находясь в этой фазе, человек старается обезопасить, оградить себя от травмирующих условий, чтобы сохранить свою устойчивость и защититься от негативных воздействий.

3) Фаза истощения характеризуется общим упадком всех ресурсов человека. Происходит ослабление нервной системы и снижение психического потенциала.

Каждая из этих фаз содержит в себе ряд симптомов, которые описывают динамику процесса развития синдрома эмоционального выгорания [3, с. 42].

Цель: выявить уровень эмоционального выгорания у электромонтёров по ремонту и обслуживанию электрооборудования

Материал и методы. Эмпирическое исследование проводилось среди рабочих предприятия ОАО «Нафтан» г. Новополоцка по специальности «Электромонтёр по ремонту и обслуживанию электрооборудования». Выборка насчитывала 20 человек мужского пола, в возрасте от 24 до 57 года, со стажем работы от 3 лет до 31 года. Для диагностики синдрома профессионального выгорания была использована методика «Диагностика уровня эмоционального «выгорания», разработанная В.В. Бойко в 1996 году [4, с. 691].

Результаты и их обсуждение. Эмпирическое исследование уровня эмоционального выгорания показало, что в подгруппе электриков со стажем работы до 10 лет симптомы эмоционального значительно менее выражены, чем в подгруппе электриков со стажем работы более 10 лет. Данные исследования наглядно представлены в виде рисунков 1, 2 и 3.

Для фазы «напряжение» были получены следующие результаты (рисунок 1):

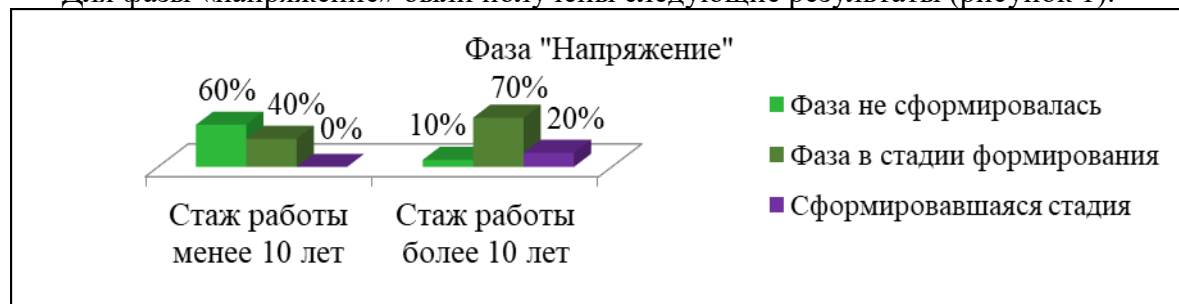


Рисунок 1 – Выраженность уровней эмоционального выгорания фазы «Напряжение»

По результатам эмпирического исследования видно, что у работников, которые имеют стаж трудовой деятельности менее 10 лет фаза «напряжение» не сформировалась у 60% респондентов; в стадии формирования фаза «напряжение» находится у 40 % респондентов. Работники, которые имеют стаж трудовой деятельности более 10 лет, показали следующие результаты исследования: фаза «напряжение» не сформировалась у 10% респондентов; в стадии формирования фазы «напряжение» находится 70 % респондентов; сформированную фазу «напряжение» имеют 20 % респондентов.

Для фазы «резистенция» были получены следующие результаты (рисунок 2):

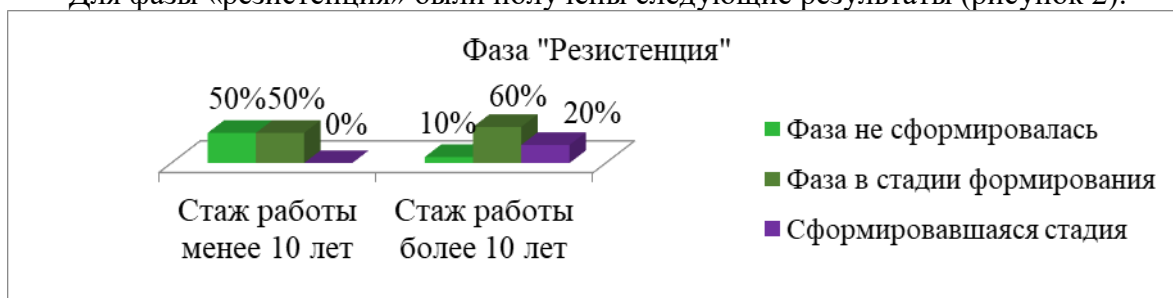


Рисунок 2 – Выраженность уровней эмоционального выгорания фазы «Резистенция»

Результаты эмпирического исследования показывают, что у электромонтёров, которые имеют стаж трудовой деятельности менее 10 лет фаза «резистенция» не сформировалась у 50 % респондентов; в стадии формирования фаза «резистенция» находится 50 % респондентов. У работников, которые имеют стаж трудовой деятельности более 10 лет, следующие результаты исследования: фаза «резистенция» не сформировалась у 10 % респондентов; в стадии формирования фаза «резистенция» находится у 60 % респондентов; в сформированной стадии фазу «резистенция» имеют 20 % респондентов.

Для фазы «истощение» были получены следующие результаты (рисунок 3):

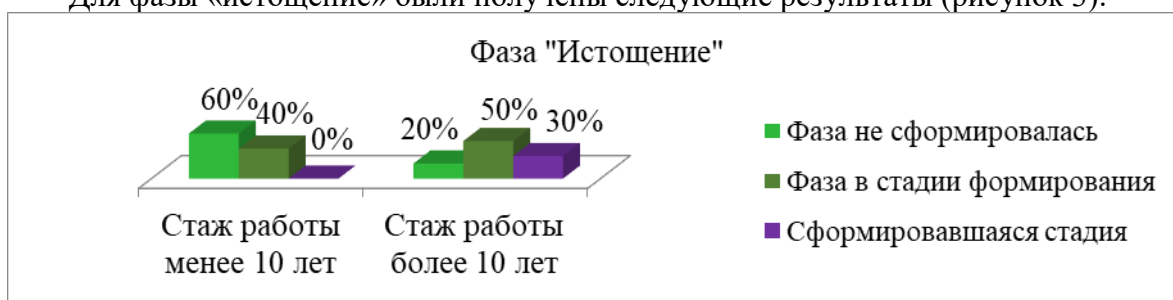


Рисунок 3 – Выраженность уровней эмоционального выгорания фазы «Истощение»

По результатам эмпирического исследования видно, что у электромонтеров, которые имеют стаж трудовой деятельности менее 10 лет фаза «истощение» не сформировалась у 60 % респондентов; в стадии формирования фаза «истощение» находится 40 % респондентов. У работников, которые имеют стаж трудовой деятельности более 10 лет, следующие результаты исследования: фаза «истощение» не сформировалась у 20 % респондентов; в стадии формирования фаза «истощение» находится у 50 % респондентов; в сформированной стадии фазу «истощение» имеют 30 % респондентов.

Вывод. Анализируя, полученные результаты мы видим, что имеются различия в уровнях сформированности фаз эмоционального выгорания в зависимости от стажа трудовой деятельности. У работников, чей трудовой стаж более 10 лет, фазы «напряжение», «резистенция» и «истощение» находятся в стадии формирования. У электромонтёров, которые имеют трудовой стаж менее 10 лет, фазы «напряжение»

и «истощение» не сформированы, а фаза «резистенция» у 50 % респондентов не сформирована и у 50 % находится в стадии формирования.

По результатам исследования можно сделать вывод о том, что люди, работающие по профессии «Электромонтёр по ремонту и обслуживанию электрооборудования» подвержены эмоциональному выгоранию. В данном коллективе необходимо провести мероприятия по предупреждению и профилактике эмоционального выгорания, т.к. последствия выгорания могут проявиться в виде проблем, как психосоматического характера, так и психологического.

Список использованной литературы:

1. Каратерзи, В.А. Деятельность практического психолога для специальности 1-23 01 04 Психология. Педагогическая психология: учебно-методический комплекс по учебной дисциплине / сост.: В.А. Каратерзи, Ю.Л. Поташёва. – Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2022. – 128 с.
2. Климов, Е.А. Психология труда : учебник для вузов / Е.А. Климов [и др.] ; под редакцией Е.А. Климова, О.Г. Носковой. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 308 с.
3. Бабич, О.И. Профилактика синдрома эмоционального выгорания педагогов. Диагностика, тренинги, упражнения / О.И. Бабич. – Учитель – М., 2022. – 693 с.
4. Бодров, В.А. Практикум по дифференциальной психодиагностике профессиональной пригодности. Учебное пособие / В.А. Бодров. – М. : ПЕР СЭ. 2019 – 768 с.

Воронько-Дунаева А.Ю.

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
Научный руководитель – Циркунова Н.И., старший преподаватель

ВЛИЯНИЕ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ НА СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КЛИМАТ КОЛЛЕКТИВА

Проблема влияния стрессоустойчивости на социально-психологический климат коллектива является актуальной в контексте современных вызовов, связанных с высокой динамикой рабочей среды, увеличением психоэмоциональных нагрузок и необходимостью поддержания благоприятной атмосферы в коллективе. Стрессоустойчивость как личностная характеристика играет ключевую роль в адаптации к стрессовым ситуациям, что, в свою очередь, влияет на взаимодействие между сотрудниками и общий климат в коллективе [1, с. 49].

Проблема стрессоустойчивости изучалась в отечественных исследованиях такими учёными, как: А. А. Баранов, В. А. Бодров, С. В. Субботин, Б. Х. Варданян, Л. Г. Дикая, Л. М. Аболин, Ю. В. Щербатых и др. Среди зарубежных исследователей данной проблемой занимались С. Фолькман, Д. Гринберг, Г. Селье, Р. Лазарус и др. [2, с. 16].

Проблема исследования социально-психологического климата была предметом изучения множества психологов как зарубежных: Курт Левин, Кэмпбэл, Даннэт, Вейк, Горма и другие, так и отечественных. Исследования психологического климата в отечественной психологии начались с работ А. С. Макаренко и были успешно продолжены современными социальными психологами: В. В. Бойко, А. И. Донцовым, А. Г. Ковалёвым, Г. А. Моченовым, В. В. Новиковым, Б. Д. Парыгиным, Е. В. Шороховым и многими другими. В их исследованиях обсуждаются методологические и теоретические аспекты социально-психологического климата, а также проводится анализ практических исследований, посвященных изучению климата в различных коллективах [3, с. 87].