

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГА КАК СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА

С.А. Воробьева, А.Э. Николаев

Республика Беларусь, Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
(e-mail:vorobjova_s@bk.ru)

Современное общество динамично и характеризуется постоянными преобразованиями в политической, экономической, культурной и социальной сферах. Глобальная компьютеризация сделала общество информационным и стремительно развивающимся и важная роль в этом принадлежит высококлассному специалисту. В подготовке профессиональных кадров главная роль отводится преподавателю учреждения образования, где будущий специалист получает знания, умения и навыки в избранной профессии [1]. Казалось бы, что это четко сформулированный алгоритм, которому легко следовать и получать действенные результаты. Однако важной проблемой здесь является то, что наблюдается дефицит опытных учителей, преподавателей, т.к. многие уходят из системы из-за чрезмерной «бумажной» работы, низкой заработной платы, дополнительной занятости после работы (проверка домашних заданий и т.д.), круглосуточной ответственности за жизнь учеников, и в целом, из-за невысокого статуса педагогического работника в современном обществе. Все это порождает так называемую «текучку педагогических кадров». Тем не менее, в колледжах и вузах продолжается подготовка учителей и на места ушедших из системы педагогов приходят новые, молодые специалисты. Основной проблемой, которой подвергается большинство специалистов, работающих в системе «человек-человек», является «Синдром эмоционального выгорания», который присущ, как опытным, так и молодым работникам [2].

Целью статьи является определение синдрома эмоционального выгорания у педагогов по трем фазам: напряжение, резистенция, истощение.

Эмоциональное выгорание – это ответная реакция на продолжительные стрессы в сфере межличностного общения. Погоня за прибылью, не всегда правильно организованная работа с коллективом и клиентами, организационные и профессиональные стрессы и многие другие факторы оказывают влияние на развитие данного синдрома. Само понятие введено в научный оборот американским психиатром Гербертом Фрейдбергом в 1974 году и характеризуется нарастающим эмоциональным истощением. Всё это может повлечь за собой личностные изменения в сфере общения с людьми (вплоть до развития глубоких когнитивных искажений). В последующем это определение было доработано и стало характеризоваться следующими признаками: проявляющимся нарастающим безразличием к своим обязанностям и происходящему на работе, дегуманизацией в форме негативизма по отношению как к пациентам (клиентам), так и к сотрудникам, ощущением собственной профессиональной несостоятельности, неудовлетворенности работой, явлениями деперсонализации, а в конечном итоге и резким ухудшением качества жизни. В итоге могут развиваться невротические расстройства и психосоматические заболевания.

По определению Н.Е. Водопьяновой, это долговременная стрессовая реакция, возникающая вследствие продолжительных профессиональных стрессов средней интенсивности. Ее можно рассматривать в аспекте личностной деформации, происходящей под влиянием профессиональных стрессов.

В работе использованы теоретико-методологические подходы к исследованию синдрома эмоционального выгорания педагогических работников. Методами исследования выступают анализ литературы по изучаемой проблеме, а также Методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко. В опросе приняли участие

20 педагогических работников (преподаватели ВГУ имени П.М. Машерова, а также студенты заочной формы обучения факультета социальной педагогики и психологии ВГУ имени П.М. Машерова, имеющие среднее специальное педагогическое образование и работающие в учреждениях образования).

По мнению автора использованной методики, эмоциональное выгорание - это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия. «Выгорание» отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. В то же время, могут возникать его дисфункциональные следствия, когда «выгорание» отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности и отношениях с партнерами.

Методика позволяет выделить следующие 3 фазы развития стресса: «напряжение», «резистенция», «истощение». Напряжение представляет собой совокупность неспецифических адаптационных (нормальных) реакций организма на воздействие различных неблагоприятных факторов-стрессоров (физических или психологических); резистенция предполагает способность организма сопротивляться или не сопротивляться всем внешним вредным для него влияниям; истощение - это состояние специалиста в профессиональной деятельности, является результатом того, что педагог не выходит на новую ступень профессионализма.

В результате проведенного исследования нами получены следующие результаты (рис. 1).

Изначально мы предполагали, что существует прямая зависимость между проявлением синдрома эмоционального выгорания и педагогическим стажем.

	напряжение					резистенция					истощение					общий по фазам
СИМП СТАЖ	1	2	3	4	СР	1	2	3	4	СР	1	2	3	4	СР	
0.5	17	8	8	5	38	15	10	5	15	45	12	12	17	7	48	131
0.9	24	13	11	16	64	20	22	18	12	72	5	16	15	18	54	190
1	17	11	1	5	34	21	7	8	10	46	8	12	5	3	28	108
1	9	10	6	16	41	23	15	13	23	74	23	13	8	5	49	164
2	10	13	6	5	34	17	12	7	13	49	21	20	8	0	49	132
2.5	17	8	0	5	30	24	12	5	17	58	8	8	5	8	29	117
2.5	2	0	0	8	10	18	5	5	7	35	0	5	0	3	8	53
5	27	11	13	13	64	12	10	15	15	52	0	0	13	13	26	142
6.5	17	3	6	8	34	2	8	12	7	29	0	13	3	10	26	89
7	14	5	1	10	30	23	27	8	10	68	7	8	3	8	26	124
7.5	20	3	5	18	46	20	7	6	23	56	14	5	8	8	35	137
10	15	8	11	13	47	15	5	22	17	59	13	13	10	13	49	155
14	7	0	5	5	17	10	14	8	22	54	13	5	0	10	28	99
15	8	13	6	12	39	5	5	13	10	33	13	13	0	9	35	107
20	13	8	6	5	32	20	8	8	22	58	7	13	0	5	25	115
20	2	3	10	10	25	25	12	0	22	59	18	15	10	6	49	133
20	17	10	2	5	34	27	7	22	4	60	20	3	13	23	58	152
23	22	8	11	13	54	13	13	23	18	67	14	3	13	15	60	181
40	25	15	2	7	49	17	7	5	19	72	5	3	3	12	23	144

Рисунок 1 – Распределение ответов респондентов по фазам и симптомам

Однако исходя из данных таблицы можно увидеть, что наше предположение не подтвердилось. Доминирующими симптомами у большинства респондентов являются: 1) переживание психотравмирующих обстоятельств; 2) неадекватное избирательное эмоциональное реагирование. У опрашиваемых наблюдается высокий уровень резистенции, вне

зависимости от стажа работы, тем не менее, как показало исследование, это не препятствует развитию у них эмоционального выгорания. Исходя из среднего уровня фазы истощения, было выявлено, что уровень профессионального истощения в зависимости от стажа работы изменяется следующим образом: в начале профессиональной деятельности уровень истощения высокий, однако, после 2,5 лет работы уровень снижается, но в ходе длительной профессиональной деятельности (после 10 лет) снова повышается. Исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод о том, что синдрому эмоционального выгорания подвержены педагоги на протяжении всей профессиональной деятельности.

Заключение. Кадры решают всё. А педагоги занимаются подготовкой кадров для различных производственных и непроизводственных отраслей. И чем меньше негативных факторов влияет на педагога, тем выше степень их работоспособности, качества преподавания и др. Эмоциональное выгорание – это неминуемое последствие неадекватного разрешения стресса на рабочем месте и профессионального кризиса. Непрерывающееся воздействие на преподавателя стрессовых ситуаций приводит к интеллектуальному, душевному и физическому переутомлению. Предупреждение эмоционального выгорания педагога требует разработки ряда мер, прежде всего, по оптимизации рабочей среды учреждения, а именно мер организационно-управленческого характера: профессиональный отбор педагогического персонала, создание системы супервизорства для передачи молодым специалистам опыта педагогической деятельности; установление оптимального графика работы, создание позитивного психологического климата в коллективе, разработка плана карьерного роста.

Список использованных источников:

1. Касьянова, Л.И. Профилактика эмоционального выгорания у педагогов / Л.И. Касьянова, Е.В. Яношук // Адукацыя і выхаванне. – 2008. – № 8. – С. 32–36.
2. Соколова, И. Синдром эмоционального выгорания у учителя / И. Соколова // Психология и здоровье. – 2008. – № 3. – С. 57–61.