

Секция «Общая психология: познание и реальность»

**Исследовательская диагностика особенностей эмоционального выгорания у
выборки школьных учителей города Москвы**

Анфимова Надежда Игоревна

Студент (магистр)

Российский университет дружбы народов, Филологический факультет, Москва, Россия

E-mail: miraesperanz@gmail.com

Современный житель мегаполиса ежедневно сталкивается со стрессогенными факторами и это, в свою очередь, находит своё отражение на его эмоционально-личностном состоянии и влияет на его деятельность в социуме. Велика значимость конгруэнтности личности профессионала какой бы то было отрасли. Бесспорно представляется значимым диагностика особенностей эмоционального выгорания у представителей профессии школьных учителей. Ведь грамотная диагностика позволит выявить ее специфику, а значит и позволит проведению своевременной психологической профилактики и психокоррекции со стороны специалистов.

В 2015 году нами было проведено соответствующее исследование. Всего в данном научном исследовании приняло участие 57 человек. В выборку вошли школьные учителя, профилирующиеся по разным предметам, возраста от 25 до 67 лет. Ниже приведены диаграммы, наглядно отображающие психические и социальные характеристики эмпирической выборки (рис.1,2,3).

В ходе исследования был применён метод опроса, в частности использовался тест-опросник диагностики уровня эмоционального выгорания В.В.Бойко. Для обработки всех результатов по исследованию были использованы компьютерные программы Microsoft Excel, статистическая программа SPSS Statistic 17.0.

По результатам проведённого тест-опроса была составлена сводная таблица результатов значений по изучаемым характеристикам, выявленных в группе.

По каждой шкале методики выявлено среднее значение по группе. Математическая обработка данных позволила определить степень выраженности каждого из симптомов, описанных автором, а также по фазе «выгорания» и непосредственно итоговый результат.

По таким симптомам как «загнанность в клетку», «тревога и депрессия», «эмоциональная отстраненность», «личностная отстраненность» и «психосоматические и психовегетативные нарушения» выявлен низкий уровень показателя по выборке. Перечисленные симптомы можно интерпретировать как не сложившиеся.

Математические обработки данных позволили выявить и диагностировать как «складывающиеся» следующие симптомы: «переживание психотравмирующих обстоятельств», «неадекватное избирательное эмоциональное реагирование», «редукция профессиональных обязанностей», «эмоциональный дефицит». Данный факт является весьма важным, ведь симптомы находятся на такой стадии когда представляют собой факторы предпосылки к эмоциональному выгоранию, как те самые «спички», которые могут привести к пожару если их вовремя не «затушить». Это говорит о том что значимость профилактики, психокоррекции лишней раз подкрепляется математической статистикой.

Как «сложившийся» выявлен симптомы «неудовлетворение собой». Проанализировав данный показатель можно отметить, что к его специфике можно отнести тот факт, что он представляет собой психологический фон, некое настроение, что представляет собой весьма негативный аспект подобного своего проявления ведь фон если и не задаёт, то уж точно очень влияет на жизнедеятельность человека, на его взаимодействие с окружаю-

щими. Для педагога, как и для любого важно снимать подобный симптом.

Кроме того, методика позволила нам выявить что все три фазы «выгорания», выделенные автором, а именно: «напряжение», «резистенция», «истощение» находятся в стадии формирования.

Мы считаем, что выявленные особенности эмоционального выгорания у школьных учителей позволит нам в дальнейшем грамотно выстроить методический материал по рекомендациям к профилактике и психокоррекции эмоционального выгорания. В свою очередь это благоприятно отобразится не только на профессиональной деятельности педагога, но и на жизнедеятельности личности в целом. Исследование носит перспективный характер в своём практикоориентированном ключе.

Слова благодарности

Благодарим заведующего кафедрой социальной и дифференциальной психологии Российского университета дружбы народов Кудинова Сергея Ивановича за организацию научно-исследовательской деятельности по данной тематике. Также мы выражаем благодарность научному студенческому обществу филологического факультета за сотрудничество при реализации исследовательской работы.

Иллюстрации

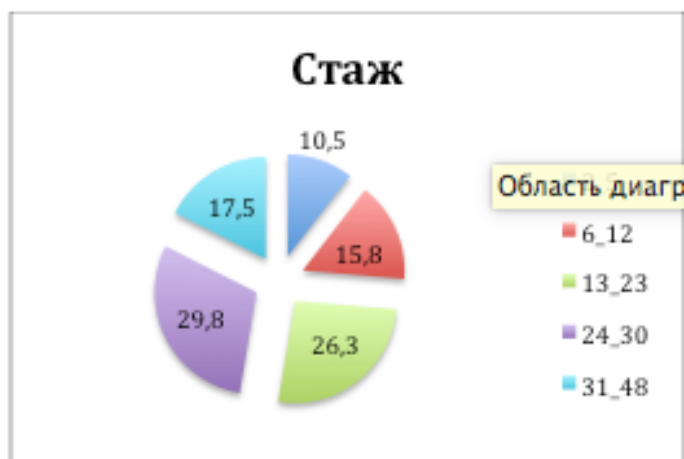


Рис. 1. диагр. 1 процентное распределение респондентов по показателю «стаж»

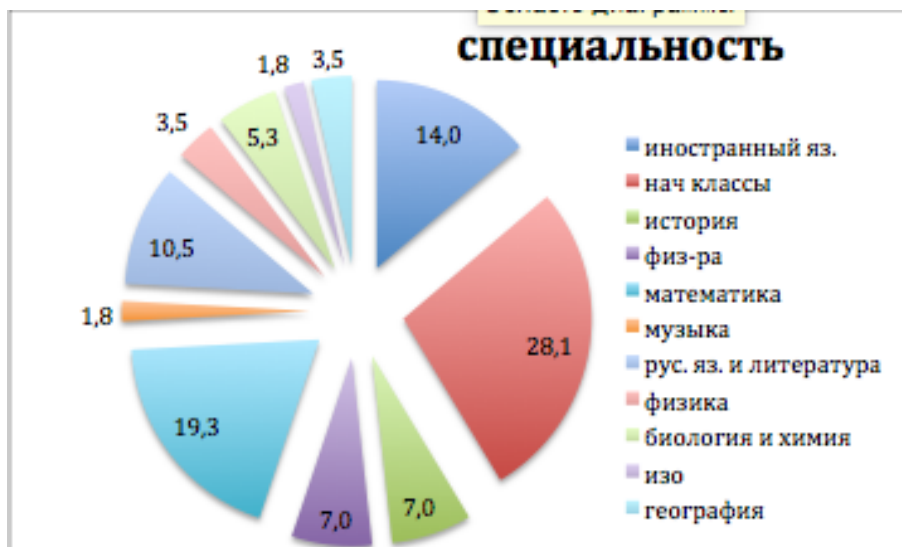


Рис. 2. диагр. 2 процентное распределение респондентов по показателю «профиль специальности»

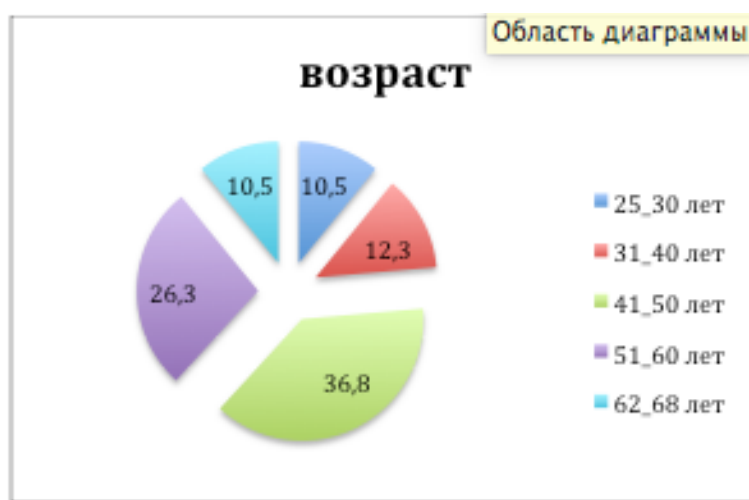


Рис. 3. диагр. 3 процентное распределение респондентов по показателю «возраст»