

Исследование синдрома эмоционального выгорания и способности к эмпатии у педагогов дошкольных образовательных учреждений

На современном этапе развития общества в условиях экономической нестабильности, конкуренции на рынке труда, стрессов, растут требования, предъявляемые к профессионализму личности человека. Однако далеко не каждый может адаптироваться, эффективно осуществлять свою профессиональную деятельность и социальную роль, а потому возрастает вероятность развития деформации личности.

В профессиях типа «человек – человек», особенно у педагогов, чаще проявляются негативные признаки профессиональной деформации личности. К ней относится формирование у специалистов синдрома эмоционального выгорания. Этот защитный механизм проявляется как «приглушение» эмоций, исчезновение остроты чувств и переживаний, увеличение числа конфликтов с партнёрами по общению, равнодушие и отгороженность от переживаний другого человека, потеря ощущения ценности жизни, утрата веры в собственные силы и др.

Немаловажную роль в процессе общения играют человеческие отношения, основанные на чувствах эмпатии. В связи с вышеизложенным очевидна актуальность темы данного исследования.

Целью исследования было определить взаимосвязь синдрома эмоционального выгорания и способности к эмпатии у педагогов дошкольных образовательных учреждений. Мы предположили, что существует взаимосвязь синдрома эмоционального выгорания и способности к эмпатии у педагогов. В качестве диагностических методик были использованы «Методика диагностики уровня эмоционального выгорания» (В. В. Бойко) и «Методика экспресс-диагностики эмпатии», разработанная И. М. Юсуповым.

В данном исследовании приняли участие 60 педагогов детских садов со стажем работы в дошкольном образовательном учреждении от 6 месяцев до 35 лет. Из них: 42 воспитателя, 2 педагога-психолога, 4 музыкальных руководителя, 6 учителей-логопедов, 2 воспитателя по обучению татарскому и русскому языкам, 4 инструктора по физическому воспитанию. Все испытуемые – женщины от 21 до 56 лет. Имеют высшее образование 31 педагог (51,7%), среднее специальное – 29 педагогов (48,3%).

Эмпирическое изучение взаимосвязи синдрома эмоционального выгорания и способности к эмпатии у педагогов дошкольных образовательных учреждений позволило нам сделать следующие выводы:

- после проведения «Методики диагностики уровня эмоционального выгорания» (В. В. Бойко) мы выяснили, что в данной выборке доминирующей является стадия резистенции. Она характеризуется сопротивлением педагогов нарастающему стрессу из-за пресыщенности контактами с людьми;
- доминирующими симптомами в стадии напряжения являются «переживание психотравмирующих обстоятельств» и «загнанность в клетку», которые проявляются в отчаянии и негодовании вследствие неустраняемых психотравмирующих факторов профессиональной деятельности, а также в чувстве безысходности и неудовлетворенности своей профессиональной деятельностью; в стадии резистенции – «неадекватное избирательное эмоциональное реагирование» и «редукция профессиональных обязанностей». Это говорит о том, что педагогам характерно ограничение эмоциональной отдачи в ходе профессиональных контактов. В стадии истощения – «личностная отстраненность» и «психосоматические и психовегетативные нарушения. Этой выборке характерна утрата интереса к субъекту профессиональной деятельности. Он воспринимается ими как неодушевленный предмет и вызывают у них чувство страха;
- в целом по результатам теста выраженность симптомов эмоционального выгорания среди испытуемых соответствует уровню ниже среднего, что составляет 33,3% педагогов. Педагоги способны дозировать энергетические ресурсы и при нарастающем раздражении допускают в своей работе небольшие перерывы для расслабления и снятия напряжения.
- после проведения «Методики экспресс-диагностики эмпатии», разработанной И. М. Юсуповым, было выявлено, что в данной выборке педагогов доминирует средний уровень проявления эмпатии (85%). Их отличает внимательность в общении, им не чужды проявления эмоций, но они стараются их сдерживать. Предпочитают деликатно не высказывать свою точку зрения, нуждаются в социальном одобрении своих действий, спокойно относятся к критике в свой адрес, в межличностных отношениях более склонны судить о других по поступкам, чем доверять своим личным впечатлениям.

- для определения взаимосвязи синдрома эмоционального выгорания и способности к эмпатии у педагогов мы использовали коэффициент корреляции Пирсона, который позволил сделать вывод о том, что наличие синдрома эмоционального выгорания влияет на способность к эмпатии у педагогов.
- Подводя итог корреляционного анализа, можно сделать вывод о том, что синдром эмоционального выгорания взаимосвязан со способностью к эмпатии у педагогов дошкольных образовательных учреждений. Это обусловлено тем, что осознание психотравмирующих факторов профессиональной деятельности, которые трудно устранить, приводит к развитию напряжения в межличностных отношениях на работе и в семье, к развитию чувства неудовлетворенности. Это способствует сокращению эмоциональных проявлений по отношению к окружающим, появлению отрицательных эмоций или к отсутствию эмоций вообще. Человек стремится к снижению давления внешних обстоятельств, к экономному расходованию энергетических ресурсов, что отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности и отношениях с партнерами. Эти ощущения «подпитывают» синдром «эмоционального выгорания».

Таким образом, проведенное нами исследование подтвердило подтвердило наше предположение о том, что существует взаимосвязь синдрома эмоционального выгорания и способности к эмпатии педагогов.

Значимость данного исследования заключается в обобщении содержания понятий «эмоциональное выгорание» и «эмпатия», а также оно позволит контролировать развитие синдрома эмоционального выгорания у педагогов, его результаты помогут психологам в создании психолого-педагогических условий, а также в разработке коррекционной программы по профилактике и преодолению синдрома эмоционального выгорания и программ, способствующих развитию у педагогов эмпатии, как профессионально значимого качества личности.