СИНДРОМ

ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ

ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Чекмарева М.А.

Казанский федеральный университет, Елабуга,

e-mail: mariy140390@mail.ru

Синдром эмоционального выгорания понимается

как один из защитных механизмов, выражающийся

в определённом эмоциональном отношении специ-

алиста к своей профессиональной деятельности. Для

определения синдрома эмоционального выгорания

у педагогов ДОУ (n=60) применили методику «Эмо-

циональное выгорание» В.В. Бойко.

Было выявлено, что синдром эмоционального

выгорания наиболее выражен у педагогов, имеющих

профессиональный стаж более 10 лет. Они испытыва-

ют нервное напряжение, обусловленное изматываю-

щим постоянством и усилением психотравмирующих

факторов. В результате педагоги испытывают недо-

вольство собой, избранной профессией, занимаемой

должностью, конкретными обязанностями. Здесь же

обнаруживается симптом «загнанного в клетку», ког-

да человек пытается что-то изменить, обдумывает

неудовлетворительные аспекты своей работы, ког-

да психотравмирующие обстоятельства очень давят

и устранить их невозможно, что усугубляет чувство

безысходности. Далее рассматривая синдром эмоцио-

нального выгорания, было выявлено, что у педагогов

доминирующими симптомами являются «расшире-

ние сферы экономии энергии», имеющий место тог-

да, когда защита проявляется вне профессиональной

области – в общении с родными, приятелями и зна-

комыми и симптом «редукция профессиональных

обязанностей., предполагающей широкое общение

с людьми, когда редукция проявляется в попытках об-

легчить или сократить обязанности, которые требуют

эмоциональных затрат.

Таким образом, эмоциональная защита в форме

«выгорания» становится неотъемлемым атрибутом

воспитателей с большим стажем работы. Это может

вызвать плохое настроение, дурные ассоциации, бес-

сонницу, чувство страха, неприятные ощущения в об-

ласти сердца, сосудистые реакции, обострения