
Глава 3. АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ЧАСТНЫХ МЕТОДИК

Антипина М.С., Лантева Н.М.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ СИНДРОМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ НА ЭТАПЕ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ ПЕДАГОГОВ

Выгорание представляет собой процесс, развивающийся во времени. Он начинается с сильного и продолжительного стресса на работе. В том случае, когда требования к человеку (внешние и внутренние) постоянно превышают имеющиеся у него ресурсы, нарушается состояние психофизиологического равновесия. Особенно высок риск развития синдрома профессионального выгорания у специалистов «помогающих профессий», в частности у педагогов. При этом важную роль в формировании данного состояния играет уровень развития таких свойств, как всестороннее и непрерывное развитие творческого и духовного потенциала человека, максимальная реализация всех его возможностей, адекватное восприятие окружающих, мира и своего места в нем, богатство эмоциональной сферы и духовной жизни, высокий уровень психического здоровья и нравственности, то есть уровень самоактуализации личности.

Изучением синдрома выгорания в зарубежной психологии занимались Э. Пайнс, Э. Аронсон, Д. Дидердонк, В. Шауфели, Х. Сиксма, К. Маслач, С. Джексон, А.М. Иваницкий и др. В отечественной психологии данную проблему разрабатывали Р.Т. Гомбелевский, Р.Ф. Мунзенридер, В.В. Бойко, Т.В. Форманюк, Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова и др.

Разработку проблемы самоактуализации вели Э. Фромм, К. Гольдштейн, А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Шостром, в России — И.Д. Егорычева, Е.В. Андриенко, Е.Б. Лисовская, М.В. Загика, М.В. Кроз, Е.Ю. Алешина, Л.Я. Гозман и др.

В условиях постоянно действующих на личность педагога стрессогенных факторов возникает противоречие между потребностью

образовательных учреждений в сохранении эмоционального здоровья своих сотрудников и недостаточной методической разработанностью способов профилактики развития у них синдрома профессионального выгорания, построенных на основе выявления и анализа факторов, препятствующих развитию данного состояния.

Объектом исследования в нашей работе являлся синдром профессионального выгорания на примере педагогов ПУ № 12 г. Нижние Серги Свердловской области.

Цель нашей работы заключалась в исследовании особенностей проявления синдрома профессионального выгорания педагогов в связи с их самоактуализацией.

В качестве исследовательской гипотезы выступало предположение о том, что данная выборка обладает рядом специфических особенностей проявления синдрома профессионального выгорания, связанных со стажем профессиональной деятельности и особенностями их самоактуализации.

Методологической основой нашей работы являлись общепсихологическая теория деятельности, гуманистическая психология, теория самоактуализации Роджерса, принцип активности теории А. Маслоу, подход К. Маслач и С. Джексона и Н.Е. Водопьяновой к проблеме профессионального выгорания.

Для проверки гипотезы использовался комплекс взаимодополняющих методов: теоретический анализ литературы по проблеме исследования; диагностические методы (тестирование с помощью методик «Профессиональное выгорание» Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой и «Самоактуализационный тест» Э. Шострома, адаптированный Л.Я. Гозманом, М.В. Латинской, М.В. Кроз); методы статистической обработки данных (пакет программ «Statistica 6.0»: коэффициент ранговой корреляции Спирмена — и MS Office Excel 2000).

По результатам проведенного корреляционного анализа мы выявили значимую взаимосвязь профессионального стажа с таким компонентом профессионального выгорания как эмоциональное истощение, а также выявили значимые отрицательные взаимосвязи составляющих профессионального выгорания педагогов с некоторыми параметрами их самоактуализации, такими как характер представлений о природе человека, возможность и способность регулировать собственное поведение, отношение к себе (самопринятие, самоуважение) и степень независимости ценностей и поведения педагога от внешних воздействий.

Поскольку уровень самопринятия педагогов низкий, а уровень профессионального выгорания высокий, корреляционные связи показывают нам основную взаимосвязь между самоактуализацией и профессиональным выгоранием: чем ниже самоактуализация и уровень принятия себя педагогом, тем более выражен синдром профессионального выгорания и наоборот, чем выше у педагога уровень принятия себя, тем менее выражен синдром профессионального выгорания.

Итак, особенности проявления синдрома профессионального выгорания связаны со стажем осуществления педагогической деятельности, характером представлений о природе человека, возможностью и способностью регулировать собственное поведение, отношением к себе (самоуважение, самопринятие), степенью независимости ценностей и поведения педагога от воздействий извне.

Таким образом, данная связь может определить коррекционные работы для данной выборки с использованием технологий активного обучения, целью которых может являться развитие самоактуализации педагогов.

Ахметшина О.И.

ИЗУЧЕНИЕ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ ПЕДАГОГОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СООТНОШЕНИЯ ЛОКУСА КОНТРОЛЯ И СТАЖА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В педагогической психологии проблема изучения труда учителя как целостной системы — одна из важных научно-практических проблем.

О типичности стресса для педагогической деятельности из-за ее насыщенности такими стресс-агентами, как социальная оценка, неопределенность, повседневная рутина, говорят многие зарубежные и отечественные исследователи. Важность эмпирической разработки этой проблемы определяется так же тем, что по своему содержанию деятельность педагога относится к категории «повышенной степени риска» с точки зрения развития профессионального стресса. К числу психических факторов, ве-