

*Т. Г. Алешина
Сургут, СГПУ*

ЛИЧНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПЕДАГОГОВ В КОНТЕКСТЕ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

Проблема изучения синдрома эмоционального выгорания в последнее время получила широкое распространение в тематике научных исследований. Впервые данный термин использовал американский психиатр Х. Френденбергер в 1974 году, описывая состояние медицинских работников, оказывающих помощь пациентам в эмоционально напряженных условиях. В целом под профессиональным (эмоциональным) выгоранием понимают негативные изменения в состоянии и личности человека под влиянием профессиональных стрессоров. Эмоциональному выгоранию более подвержены представители тех профессий, которые работают с людьми. Основным направлением большинства исследований являются особенности профессиональной деятельности и выделение факторов, приводящих к возникновению СЭВ. Изучаются особенности трудовой деятельности в социальных профессиях: у педагогов (Т.В. Форманюк, В.Е. Орел, Н.Е. Водопьянова, Т.И. Ронгинская), управленцев (Н.Е. Водопьянова, Л.Б. Серебрякова), у медицинского персонала (Г.С. Абрамова, Ю.А. Юдчиц, Н.В. Козина), у психологов (Е.Г. Лешукова, А.Н. Моховиков), у менеджеров и торговых агентов (А.Р. Фонарев, Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова) и др. Целью большинства этих работ является определение внешних факторов, влияющих на формирование СЭВ, и особенностей его протекания в той или иной профессиональной группе. Так как синдром эмоционального выгорания был открыт эмпирическим путём, то в настоящее время остаётся открытым вопрос действительно ли особенности профессиональной деятельности являются основополагающими в формировании синдрома эмоционального выгорания или существуют определённые личностные тенденции, способствующие его возникновению. Внешние факторы необходимы, но недостаточны для развития синдрома. Их действие разворачивается на фоне внутренних факторов. Так как личность понятие многомерное, поэтому экспериментально-психологические и психодиагностические

исследования должны проводиться комплексно, иметь единую методологическую базу и выстраиваться в направлении от базовых характеристик к более высоким уровням развития личности.

В нашем исследовании мы опираемся на авторский подход к пониманию личности – теорию ведущих тенденций Л.Н. Собчик. В которой личность представляет собой единый конструкт, включающий в себя индивидуально-типологические predispositions, находящие свое продолжение и определяющие индивидуальный стиль мотивационной, познавательной, эмоциональной и коммуникативной сферах.

Экспериментальная работа в нашем исследовании включала следующие этапы:

- 1) изучение СЭВ педагогов (методика В.В. Бойко);
- 2) изучение индивидуально-личностных особенностей педагогов (методики «Индивидуально-типологический опросник»; «Диагностика межличностных отношений»; «Стандартизированный многофакторный метод исследования личности»; модифицированный тест ММРГ Л.Н. Собчик);
- 3) выявление особенностей взаимосвязи индивидуально личностных факторов и СЭВ педагогов.

В исследовании приняли участие педагоги дошкольного образования, учителя начальных классов, учителя-предметники различных городов Ханты-мансийского Автономного округа. Общее количество 246 чел. Возрастные границы колеблются от 20 до 57 лет. Средний возраст испытуемых составил 35 лет. Педагогический стаж определяется в интервале от 3,6 мес. до 36 лет. Средний показатель – 12 лет. Все испытуемые – женщины, что не дает нам возможности определить гендерные различия, проявляющиеся в составляющих синдрома.

Методика В.В. Бойко дает подробную картину синдрома эмоционального выгорания как динамического процесса, возникающего поэтапно в полном соответствии с механизмом развития стресса, когда присутствуют три фазы такового. Уровень эмоционального выгорания оценивается по 12 шкалам, которые группируются в соответствии с тремя фазами:

- фаза «Напряжения» служит предвестником и «запускающим» механизмом в формировании эмоционального выгорания и включает в себя симптом «переживания психотравмирующих обстоятельств», симптом

- «неудовлетворенности собой», симптом «загнанности в клетку», симптом «тревоги и депрессии»;

- фаза «Резистенции»: сопротивление нарастающему стрессу. Включает в себя симптом «неадекватного избирательного эмоционального реагирования», симптом «эмоционально-нравственной дезориентации», симптом «расширения сферы экономки эмоций и симптом «редукции профессиональных обязанностей».

- фаза «Истощения» характеризуется более или менее выраженным падением общего энергетического тонуса и ослаблением нервной системы и включает в себя симптом «эмоционального дефицита», симптом, «эмоциональной отстраненности», симптом «личностной отстраненности, или деперсонализации», симптом «психосоматических и психовегетативных нарушений».

Экспериментальное изучение синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) и анализ полученных данных позволили разделить испытуемых педагогов на 3 группы:

- 1) СЭВ сложился (56 чел.) - 22,7%;
- 2) СЭВ находится в процессе формирования (60 чел.) - 24,3%;
- 3) СЭВ не сложился (130 чел.) - 52,8%.

Значимые корреляционные связи между возрастом, педагогическим стажем и синдромом эмоционального выгорания не обнаружены. В нашем исследовании средний возраст в трёх группах приблизительно одинаков, а средний показатель педагогического стажа в первой группе значительно отличается от показателей во второй и третьей группах. В первой группе педагогов наибольшее количество молодых педагогов, 32% испытуемых имеют педагогический стаж до пяти лет. Во второй группе 17% молодых педагогов, в третьей группе – 27%. Сравнительный анализ формирования СЭВ в трех группах испытуемых позволяет сделать следующие выводы: наибольший «вклад» в возникновение состояния эмоционального напряжения вносит симптом переживания психотравмирующих обстоятельств. Для всех трех групп в фазе рези-

стенции характерен симптом редукции (упрощения) профессиональных обязанностей. В профессиональной деятельности редукция проявляется в попытках облегчить или сократить обязанности, которые требуют эмоциональных затрат. В фазе истощения СЭВ ярко проявляется симптомом личностной отстраненности, или деперсонализации. Такая форма защиты приводит не только к нарушению профессионального общения, но и к возникновению антигуманистического настроя к подопечным.

Для решения основной задачи нашего эксперимента, которая заключается в том, чтобы исследовать связь индивидуально-личностных особенностей педагогов с уровнем эмоционального выгорания, мы изучили индивидуально-типологические особенности личности (методика ИТО), в каждой группе педагогов. Методика представляет собой инструмент исследования индивидуально-типологических свойств и стиль межличностного поведения. В ее основе заложена теория ведущих тенденций. Индивидуально-типологические свойства представлены следующими шкалами: тревожность, агрессивность, интроверсия, экстраверсия, сензитивность, спонтанность, ригидность, эмотивность. Значимые корреляционные связи между симптомами и фазами эмоционального выгорания и индивидуально-типологическими особенностями определяем с помощью ранговой корреляции Спирмена. Мы установили, что личностные характеристики, формирующиеся на базе таких индивидуально-типологических свойств как «лабильность» и «сензитивность» и умеренно выраженные, замедляют процесс формирования синдрома эмоционального выгорания. Напротив, личностные характеристики, формирующиеся на базе таких индивидуально-типологических свойств как «тревожность», «интроверсия» и «агрессивность» способствуют формированию данного синдрома и ускоряют протекание этого процесса.

Стандартизированный многофакторный метод исследования личности (СМИЛ) позволяет получать многосторонний портрет человека, включающий богатый спектр таких структурных компонентов личности, как мотивационная направленность, самооценка, стиль межличностного поведения, полоролевой статус, черты характера, тип реагирования на стресс, защитные механизмы, когнитивный стиль, ведущие потребности, фон настроения, степень адаптированности индивида и возможный тип дезадаптации, наличие психических от-

клонений, выраженность лидерских черт и др. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности представляет собой модификацию теста ММРІ. Адаптация и рестандартизация ММРІ в отечественных условиях проводилась Собчик Л. Н. В своём исследовании мы использовали сокращённый вариант СМІЛ, который позволяет получить личностный портрет по базовым шкалам: 1-я шкала – шкала «невротического сверхконтроля», 2-я – «пессимистичности», 3-я – «эмоциональной лабильности», 4-я – «импульсивности», 5-й – шкала «женственности-мужественности», 6-я – «ригидности», 7-я – «тревожности», 8-я – «индивидуалистичности», 9-я – «оптимизма и активности» и 0-й - шкала «социальной интроверсии».

Шкалы в целом делятся на четыре группы:

1. Шкалы «сильного» регистра, выявляющие стеничные свойства личности (4-я, 6-я и 9-я шкалы).

2. Шкалы «слабого» регистра, отражающие гипостенические черты (2-я, 7-я и 0-я шкала).

3. Шкалы «смешанного» типа реагирования (1-я и 3-я шкалы).

4. Особняком стоят 5-я и 8-я шкалы, из которых повышенная у мужчин и пониженная у женщин 5-я смягчает стеничные характеристики, а повышенная 8-я и у тех и у других усиливает индивидуалистичность.

Полученные данные позволили нам выстроить личностные профили по каждой группе педагогов. На начальном этапе исследования мы предполагали, что профильный рисунок в первой и третьей группе будет значительно отличаться, что даст нам основания для выделения отдельных личностных характеристик, которые препятствуют появлению синдрома эмоционального выгорания либо приводят к его формированию. Однако сравнительный анализ профилей трёх групп показал, что они повторяют рисунок друг друга и отличаются лишь интенсивностью проявлений тех или иных личностных свойств. Это может быть связано с тем, что для людей с таким профилем характерен выбор педагогической профессии. Личностные характеристики, не выходящие за пределы нормы такого профиля, приветствуются в профессии педагога. Повышение показателей по шкалам импульсивности, ригидности и индивидуалистичности могут приводить к возникновению синдрома эмоционального выгорания.

Диагностика межличностных отношений (ДМО) представляет собой модифицированный вариант интерперсональной диагностики Т. Лири. Методика представляет собой набор характеристик, по которым испытуемый оценивает себя, своё актуальное «Я» на момент обследования. После того как испытуемый оценит себя, подсчитываются баллы по восьми вариантам межличностного взаимодействия. Варианты эти таковы: «властный–лидирующий», «независимый–доминирующий», «прямолинейный–агрессивный», «недоверчивый–скептический», «покорно–застенчивый», «зависимый–послушный», «сотрудничающий–конвенциальный», «ответственно–великодушный». Наиболее информативными оказались данные у эмоционально выгоревших педагогов. Положительные корреляционные связи с синдромом эмоционального выгорания показали такие стили взаимодействия как: «независимый – доминирующий», «прямолинейный – агрессивный», а также «недоверчивый – скептический». Педагоги, демонстрирующие такие стили межличностного взаимодействия как «зависимо – послушный» и «сотрудничающий – конвенциальный» имеют низкие показатели синдрома эмоционального выгорания.

Обобщая полученные данные можно сделать следующий вывод: Личностные характеристики, формирующиеся на базе таких индивидуально–типологических свойств как «лабильность» и «сензитивность» и умеренно выраженные, замедляют процесс формирования синдрома эмоционального выгорания; напротив, личностные характеристики, формирующиеся на базе таких индивидуально–типологических свойств как «тревожность», «интроверсия» и «агрессивность» способствуют формированию данного синдрома и ускоряют протекание этого процесса. Усреднённый портрет эмоционально выгоревшего педагога отличается значительным повышением по шкалам «индивидуалистичности», «ригидности» и «импульсивности». Эмоционально выгоревшие педагоги характеризуются преобладанием неконформных тенденций в межличностных отношениях, склонностью к дизъюнктивным явлениям, большей независимостью мнения, упорством в отстаивании собственной точки зрения, тенденцией к лидерству и доминированию. Сочетание этих индивидуальных характеристик в одном личностном конструкте приводит к возникновению синдрома эмоционального выгорания.

Использование данной батареи психодиагностических методик позволит не только грамотно выстроить коррекционную работу с педагогами, но и использоваться в профилактических целях, определяя склонности к формированию синдрома эмоционального выгорания ещё на стадии выбора профессии.

М.М. Басимов, С.М. Пономарева

Курган, КГУ

СИСТЕМА ТРЕБОВАНИЙ К ПРОФЕССИИ УЧИТЕЛЯ КАК ОБЪЕКТ СИНЕРГЕТИКИ

Идеалами научного знания в классической науке служили простота, линейность, полное исключение неопределенности (случайности). Эта жестко детерминистическая картина мира – так называемый лапласовский детерминизм – осознается с точки зрения нашего времени как чрезмерно упрощенная теоретическая схема. Хотя многие стереотипы классически ориентированного разума – стереотипы линейного мышления – не изжиты до сих пор.

Синергетический стиль мышления – это стиль мышления постнеклассической науки. «Нелинейность» – фундаментальный концептуальный узел новой парадигмы. Исследование любых психических явлений будет искусственно крайне упрощено и сужено внешними рамками, если исследователь, изучая многомерное психологическое явление, будет оставаться только в рамках линейных представлений.

Для решения поставленной задачи использовался авторский метод М.М. Басимова, который реализуется через множественное сравнение квантильных разбиений объектов по каждому параметру. При этом можно себе позволить сознательно отказаться от предварительного выдвижения гипотезы о форме самой зависимости (линейной или какой-то конкретной нелинейной зависимости). То есть, метод позволяет для изучаемой матрицы данных определить как формы зависимостей, так и степени их выраженности на различных отрезках тестовых шкал в единой системе измерения, достигаемой нормировкой коэффициентов силы связи, в результате которой аналоги единичной корреляции (зависимость параметра от самого себя) принимают значения равные или близкие единице.

Рассмотрим результаты применения предлагаемого метода для построения типологии зависимостей (соотношения линейности и нелинейно-