

АНАЛІТИЧНА ДОВІДКА
за результатами проведеного опитування педагогів
на предмет професійного вигорання (жовтень 2024 року)

Мета дослідження: виявити ступінь вираженості синдрому емоційного вигорання у професійній діяльності педагогів.

Методи дослідження: методика "Діагностика професійного "вигорання"" (автор К. Маслач, С. Джексон, в адаптації Н. Є. Водоп'янової).

В опитуванні взяли участь 42 педагоги.

Для отримання об'єктивного результату дослідження проводилося анонімно.

Актуальність дослідження: термін «синдром професійного вигорання» - поняття для позначення душевного стану людей, які відчують розчарування, спустошеність, що супроводжуються байдужістю до своєї роботи. «Вигорання» - це, перш за все, реакція організму людини на безперервний стрес на роботі.

Емоційне виснаження – байдужість до всього робочого процесу. Педагог почувається спустошеним, приглушеність власних емоцій створює відчуття вакуумного простору. Професійні обов'язки виконуються суто формально.

У світі збереження психічного здоров'я педагога – нагальна проблема. Справа в тому, що вимоги до педагогів з кожним роком змінюються та зростають. Зараз викладач - це не тільки хороший фахівець, який розуміє своїх студентів, а й людина, яка майстерно контактує з батьками і має комп'ютерну компетентність. Викладачам щодня доводиться працювати з документацією, електронною звітністю та думати про рейтинг навчального закладу.

Результати дослідження:

Діагностика складається з 22 тверджень, що характеризують почуття та переживання, які можуть виникати у зв'язку з роботою. Педагог оцінював кожне твердження, наскільки воно відповідає його особистим переживанням, використовується шкала від 0 до 6 балів. Компонентами емоційного вигорання є: емоційне виснаження, деперсоналізація, редукція персональних досягнень.

Емоційне виснаження, яке проявляється у відчутті емоційного перенапруги та почутті спустошеності, вичерпаності власних емоційних ресурсів. Педагог відчуває, що не може віддаватись роботі, як раніше. Виникає відчуття «приглушеності», «притупленості» емоцій спостерігаються у двох педагогів, що становить 4,8% .

Деперсоналізація є негативним, бездушним, цинічним ставленням до людей. Контакти стають знеособленими та формальними. Виникаючі негативні установки можуть спочатку мати прихований характер (стримуване роздратування), але з часом вирватися назовні у вигляді спалахів гніву або конфліктних ситуацій спостерігаються у п'яти педагогів, що становить 11,9%.

Редукування персональних досягнень проявляється у вигляді зниження почуття компетентності у своїй роботі, зменшення цінності своєї діяльності, негативних само відносин у професійному плані, почуття провини, почуття власної неспроможності, байдужості до роботи спостерігаються у двох педагогів, що становить 4,8%.

Висновки: Після проведення діагностики було виявлено низькі, середні та високі показники рівня емоційного вигорання у педагогів. Виходячи з отриманих даних, рекомендується психологу спланувати програму, спрямовану на профілактику та зниження рівня емоційного вигорання педагогів, що включає, у тому числі, профілактичні рекомендації педагогам.