

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ  
Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра общей и социальной психологии

Особенности профессионального психического выгорания педагогов  
коррекционных школ в связи со стажем их работы в образовательном  
учреждении

**АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

Студента(ки) 5 курса 511 группы

направления 37.03.01 «Психология»

---

код и наименование направления

---

факультета психологии

---

наименование факультета

---

Тугушевой Дании Ришатовны

---

Научный руководитель

доцент, к.псих.н

---

должность, уч. степень, уч. звание

---

подпись, дата

А.Ю. Смирнова

---

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

профессор, д.псих.н., доцент

---

должность, уч. степень, уч. звание

---

подпись, дата

Л.Н.Аксеновская

---

инициалы, фамилия

Саратов 2020 год

## **Введение**

Труд педагога сопровождается различными эмоциональными состояниями, которые могут быть нейтральными, положительными, отрицательными. Которые во многом обуславливают продуктивную деятельность педагога, которая в значительной степени влияет на личность преподавателя. В определенных условиях это ведет к формированию синдрома эмоционального выгорания. Субъективное благополучие личности работающих в системе специального образования, отличается от общеобразовательных поскольку их труд протекает в своеобразных условиях, среди которых можно отметить: напряженность, необходимость эмоционального включения в коррекционный процесс при отсутствии быстро достигаемых результатов.

**Актуальность исследования** заключается в выявлении влияния стажа на синдром профессионально психического выгорания педагогов коррекционных школ. Большое внимание уделяется изучению стресса в педагогической деятельности, но профессиональный стресс в деятельности педагогов, работающих с умственно отсталыми детьми изучен значительно меньше.

**Цель** данной работы заключается в том, чтобы изучить влияние стажа работы педагогов коррекционных школ на уровень их профессионально психического выгорания в сравнении с педагогами общеобразовательных школ.

**Для реализации цели работы были поставлены следующие задачи:**

- изучить особенности работы в коррекционной школе;
- определить профессионально важные качества для преподавателей специальных коррекционных учреждений;
- проанализировать связь эмоционального выгорания и качества жизни;
- рассмотреть теоретическую часть ранее проводившихся исследований в историческом порядке;

— Выявить влияния стажа на субъективное благополучие личности преподавателя.

**Объект:** профессиональное психическое выгорание преподавателей коррекционных образовательных учреждений.

**Предмет:** связь стажа и профессионального психического выгорания преподавателей коррекционных образовательных учреждений.

**Научная новизна** исследования состоит в том, что с каждым годом появляются все новые и новые методические средства, позволяющие проследить взаимосвязь эмоционального выгорания у педагогов со стажем.

**Гипотеза** профессионально психического выгорания педагогов коррекционных школ имеет свои особенности в связи со стажем их работы в образовательном учреждении в сравнении с педагогами общеобразовательных школ.

**Эмпирический базис** преподаватели коррекционных и общеобразовательных школ.

**Для этого проведем исследование на основе следующих методик:**

— «Ольденбургский опросник профессионального (психического) выгорания» Е. Демерути в переводе и адаптации А.Ю. Смирновой;

— Опросник Е.Б. Фанталовой «Уровень соотношения “ценности” и “доступности” в различных жизненных сферах» (УСЦД);

— «Опросник на выгорание (ММТ)» К. Маслач и С. Джексона, адаптированный Н.Е. Водопьяновой.

Для обработки полученных данных был проведен статистический анализ с помощью программы SPSS Statistics. Нами были использованы следующие методы статистической обработки: критерий Колмогорова-Смирнова (для проверки нормальности распределения), корреляционный анализ Спирмена, критерий Краскела - Уоллиса.

**В первом параграфе** теоретической части было рассмотрено понятие «профессионально психологическое выгорание».

Определение профессионально психического выгорания ввел американский психиатр Х. Дж. Фрейденбергом в 1974 г. для определения особых расстройств личности у здоровых людей, возникающих в следствии усиленного и эмоционально нагруженного общения в процессе профессиональной работы с пациентами, учениками. В 1976 г. исследователями К. Маслак и С. Джексоном была предложена наиболее разработанная модель выгорания, в котором выгорание рассматривается как синдром, проявляющийся таких симптомах как:

— Эмоциональное истощение - это комплекс проявлений «эмоциональной усталости» от постоянных переживаемых напряжений и стрессовых реакций в процессе работы с людьми;

— деперсонализация проявляется в тенденции видеть преимущественно худшие стороны в характере и поведении других людей;

— редукция личных достижений проявляется в утрате чувства собственной значимости в профессиональном плане.

Важно отметить, что только при совокупности трех выше указанных компонентов составляется содержание синдрома профессионально психического выгорания.

В. В. Бойко, который «понимает под синдромом профессионально психического выгорания выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избыточное психотравмирующее воздействие» [16]. Таким образом, мы наблюдаем замкнутый круг, выход из которого предлагается другим исследователем выгорания школьных учителей — О. Н. Гнездиловой [6]. Она рассматривает инновационную психологическую деятельность как фактор предупреждения профессионально психического выгорания учителя. Инновационная педагогическая деятельность, по мнению автора, активизирует творческий

потенциал учителя и служит эффективным средством его личностного развития [6].

**Во втором параграфе** теоретической части были изучены особенности работы в коррекционной школе. В рамках данного параграфа рассматриваются психолого-дидактические принципы, на которых выстраивается коррекционно-развивающее обучение, которые определяют:

— введение в содержание обучения разделов, предусматривающих восполнение пробелов предшествующего развития, формирование готовности к восприятию наиболее сложных разделов программы;

— использование методов и приемов обучения с ориентацией на «зону ближайшего развития» ребенка;

— коррекционную направленность учебно-воспитательного процесса, обеспечивающего решение задач общего развития, воспитания и коррекции познавательной деятельности и речи ребенка [2].

Главное в воспитательной работе:

— принцип единства диагностики и коррекции отклонений в развитии;

— анализ социальной ситуации развития ребёнка и его семьи;

— формирование и коррекция высших психических функций в процессе специальных занятий с детьми;

— реализация лично ориентированного подхода к воспитанию и обучению детей и совершенствования методов приёма работы;

— определение базовых достижений умственно — отсталого ребёнка в каждом возрастном периоде.

Исходя из выше перечисленных данных, мы можем сказать, что воспитание детей с отклонениями в развитии должно быть направлено на становление личности ребёнка с адаптацией его в общество.

**В третьем параграфе рассматриваются** особенности профессионально важных качеств для педагога в общеобразовательных и коррекционных школах. Опираясь на отечественную педагогическую психологию в исследованиях Н.В. Кузьминой, А.К. Марковой, Л.М. Митиной и других ученых проблема свойств личности педагога, определяющих эффективность педагогической деятельности, стала предметом специального теоретического и экспериментального изучения.

Педагог специальной коррекционной школы должен обладать множеством профессионально важных качеств, общих с обычным учителем, в силу педагогической направленности своего труда. Также мы должны учитывать психологические и физические дефекты, уровень развития воспитанников, так как во многом деятельность педагога специальных школ связана с деятельностью дефектолога.

По мнению Р.О. Агавелян «в систему подготовки кадров специальных психологов должно входить умение контактировать с детьми, имеющими проблемы в психофизическом развитии, которое предполагает непосредственное отношение к ученикам и актуализирует положительные эмоции у детей» [1].

**Четвертый параграф** посвящен связи эмоционального выгорания и качества жизни. Специфика деятельности преподавателя специальной школы сопровождается напряженными условиями труда, необходимостью эмоционального включения в отсутствие быстрых результатов в коррекционный процесс, оплатой труда, длительное изменение существующей системы коррекционного образования, что на прямую сказывается на состоянии психического и физического здоровья работника. Через десять, пятнадцать лет непрерывной работы в школах у многих учителей возникают «педагогические кризисы», которые проявляются в неудовлетворенности своим трудом, появлении внутреннего сопротивления своим действиям. Высокий уровень выгорания учителей с большим стажем обусловлен длительным воздействием профессиональных стрессоров, а молодых учителей вхождением в новую профессиональную сферу. Наибольший вклад в формирование и развитие

эмоционального выгорания у педагогов осуществляют такие показатели субъективной удовлетворенности аспектами труда, как стиль руководства и социально-психологическим климат в коллективе. Эмоциональное выгорание напрямую влияет на качество жизни, которое определяется как индивидуальное соотношение человеком своего положения в жизни общества, в контексте его культуры и системы ценностей с целями данного индивида, его планами, возможностями и степенью неустройства.

**Раздел эмпирического исследования** направлен на проявления синдрома профессионально психического выгорания у преподавателей коррекционных образовательных учреждений с различным стажем работы. Исследование было проведено в форме тестирования онлайн в связи с самоизоляцией по всей России. Общее количество респондентов, принявших участие в исследовании, составляет 36 человек. Из них 18 преподавателей общеобразовательных школ и 18 преподавателей коррекционных школ. В исследовании, направленном на изучение профессионального эмоционального выгорания возрастной диапазон составил испытуемых - от 22 до 53 лет.

Также для достижения цели исследования все респонденты были распределены на три группы:

1. Преподаватели со стажем работы от 1 до 10 лет;
2. Преподаватели со стажем работы от 11 до 20 лет;
3. Преподаватели со стажем работы от 21 до 30 лет.

Для обработки полученных данных был проведен статистический анализ с помощью программы SPSS Statistics. Нами были использованы следующие методы статистической обработки: критерий Колмогорова-Смирнова (для проверки нормальности распределения), корреляционный анализ Спирмена, критерий Краскела - Уоллиса.

Для исследования работы мною были выбраны методики:

— Опросник "Профессиональное (эмоциональное) выгорание" был разработан Кристиной Маслач и Сьюзан Джексон в 1986 году. Метод

предназначена для измерения основных показателей синдрома профессионального выгорания: эмоционального истощения, деперсонализации и редукции профессиональных достижений. Также для получения данных которые в последующем могут учитываться при приеме на работу.

— «Ольденбургский опросник профессионального (психического) выгорания» разработан Е. Демерути в 1998 г., далее переведен и адаптирован Смирновой А. Ю. Ольденбургский опросник профессионального выгорания сотрудников разработан как рейтинговая шкала, предназначенная для исследования профессионального выгорания персонала, а также увлеченности персонала работой как противоположного состояния.

— Опросник Е.Б. Фанталовой «Диагностика ценностей и внутренних конфликтов в общей и клинической психологии». Методика оценивает особенности эмоциональной регуляции переживаний внутренних конфликтов и пустот в различных сферах жизни испытуемого.

**Результаты эмпирического анализа** были получены путем сравнительного анализа данных педагогов коррекционной школы и общеобразовательной школы, учитывается стаж работы сотрудников при рассмотрении двух школ и анализируются данные по общей выборке испытуемых с учетом стажа работы по каждой методике.

Обратимся к результатам по методике диагностики профессионально психического выгорания (К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н. Е. Водопьяновой). По общей выборке было выявлено, что педагоги, работающие от 11 до 30 лет (2 подгруппы), более сильно испытывают перенасыщение, эмоциональное перенапряжение на работе. У них данный показатель входит в область высоких значений. Подобные тенденции проявляются в большей степени в подгруппе испытуемых со стажем работы от 11 до 20.

В рамках сравнительного анализа испытуемых, работающих в коррекционной школе и тех, кто преподает в общеобразовательной школе были получены интересные результаты. Наиболее сильные различия выявлены по



выраженности эмоциональной истощенности у лиц, работающих от 21 до 30 лет. Если в общеобразовательной школе педагоги получили 15 баллов, то в коррекционной баллы выше в два раза, что указывает на сильное выгорание кадров в длительной перспективе. Можно судить о том, что работа в коррекционной школе требует особо интенсивного включения, отдачи и высокой траты эмоциональных сил при взаимодействии с учениками и коллегами. Работающие в коррекционной школе от 11 до 20 лет педагоги проявляют подобное поведение еще более ярко.

В целом можно говорить о том, что с увеличением стажа наблюдается стойкое увеличение эмоционального истощения, имеется определенная динамика по преобладанию деперсонализации, а по редукции профессионализма динамики практически нет.

Рассмотрим результаты по методике Е.Б. Фанталовой в контексте соотношения испытуемых по стажу работы.

В общей выборке было выявлено наибольшее рассогласование между ценностями и их доступностью в подгруппах испытуемых со стажем от 11 до 20 лет и со стажем от 21 до 30 лет. Указанные результаты позволяют судить о том, что у долго работающих педагогов могут быть больше фрустрированных потребностей. С течением времени может ставиться акцент на определенных ценностях, которые более доступны.

Если сравнивать результаты педагогов коррекционной школы с результатами педагогов общеобразовательной школы, то необходимо отметить большую выраженность дезадаптации личности испытуемых из коррекционной школы. Подобные тенденции прослеживаются во всех подгруппах испытуемых по стажу работы. При рассмотрении педагогов со стажем работы до 10 лет различия в двух выборках незначительны, но во второй и третьей подгруппе разница выражена достаточно сильно. В обеих выборках с течением времени усиливается дезинтеграция ценностной сферы, но у педагогов общеобразовательной школы, которые работают от 21 до 30 лет данные выбиваются из общей тенденции на увеличение. Это может быть связано с количеством испытуемых. Итак, по результатам сравнительного анализа испытуемых в двух выборках мы можем

говорить о том, что выводы о большем профессиональном психическом выгорании педагогов коррекционной школы подкрепляются и данными по методике Е.Б. Фанталовой.

Проинтерпретируем результаты по Ольденбургскому опроснику профессионального выгорания с учетом стажа работы испытуемых.

Если рассматривать общую выборку испытуемых, то стоит отметить, как и в предыдущих методиках, наибольшую выраженность профессионального выгорания у педагогов со стажем от 11 до 20 лет и от 21 до 30 лет.

При сопоставлении данных педагогов коррекционной школы и общеобразовательной школы можно говорить о том, что по всем замерам данных имеются более высокие баллы в группе испытуемых, работающих в коррекционной школе. Те, кто работает там от 11 до 20 лет отличаются значительно более высокими баллами шкалам, описывающим профессиональное выгорание. Мы можем судить о том, что чем дольше испытуемые работают в рассматриваемых организациях, тем более сильно выражены аспекты профессионального выгорания в их состоянии. При этом крайне важный вывод из проведенного анализа можно сделать о том, что педагоги коррекционной школы значительно сильнее испытывают выгорание на месте работы, чем педагоги общеобразовательной школы.

**Результаты статистического анализа.** В связи с тем, что распределение данных не по всем переменным является нормальным, нами был применен корреляционный анализ Спирмена. Проверка данных на нормальность распределения производилась с помощью критерия Колмогорова-Смирнова.

Обратимся к наиболее значимым для данной работы корреляциям. Так, переменная «Стаж» взаимосвязана со следующими шкалами: «Эмоциональное истощение» (,432\*\*), «Интегральный показатель методики Фанталовой» (,517\*\*), «Отстраненность» (,649\*\*). Выявленные взаимосвязи указывают на то, что у испытуемых с большим стажем работы наблюдаются более яркие проявления профессионального выгорания. Чем больше стаж работы, тем больше люди

пребывают в состоянии эмоционального перенапряжения, сопровождающей ее усталости, у них все сильнее проявляется дистанцирование от рабочих процессов, а заинтересованность в развитии рамках организации и удовлетворенность занимаемой должностью снижается.

По результатам проведения критерия Краскела-Уоллиса на материале данных педагогов коррекционной школы было выявлено, что в зависимости от стажа работы у испытуемых разнятся результаты, указывающие на фрустрированность ценностной сферы и проявления дистанцирования от работы, занимаемой должности и результатов деятельности.

### **Заключение**

Специфика деятельности преподавателя специальной школы сопровождается напряженными условиями труда, необходимостью эмоционального включения в отсутствие быстрых результатов в коррекционный процесс, оплатой труда, длительное изменение существующей системы коррекционного образования, что на прямую сказывается на состоянии психического и физического здоровья работника. Через десять, пятнадцать лет непрерывной работы в школах у многих учителей возникают «педагогические кризисы», которые проявляются в неудовлетворенности своим трудом, появлении внутреннего сопротивления своим действиям. Большая нагрузка на речевой аппарат, необходимость находиться постоянно на ногах в сочетании с гиподинамией приводят к изменениям в дыхательной и сердечно-сосудистой системах не в лучшую сторону.

Необходимость проделанной работы обусловлена малой изученностью, недостаточностью знаний и общими последствиями эмоционального выгорания, карьерных и ценностных ориентаций, адаптационных сторон, как факторов способствующих развитию синдрома эмоционального выгорания личности преподавателя коррекционной школы. Можно сказать, что при развитии профессионально психического выгорания структура карьерных, а также ценностных ориентаций меняется.

По мнению многих авторов, основной причиной “выгорания” является расхождение внутренних потенциалов к условиям внешней среды. Формируясь, синдром выгорания определяет жизнь человека, взгляды на себя и на жизнь, втягивают человека в замкнутое пространство негативных эмоций.

В данной работе была предложена исследовательская гипотеза, которая заключается в том, что профессиональное психическое выгорание педагогов коррекционных школ имеет свои особенности в связи со стажем их работы в образовательном учреждении в сравнении с педагогами общеобразовательных школ.

На основе проведенного исследования были рассмотрены особенности проявления профессионального психического выгорания педагогов коррекционной школы и общеобразовательной школы. Были выявлены корреляционные взаимосвязи между аспектами профессионального выгорания и стажем работы, а также с принадлежностью испытуемых к определенной школе. Сравнение подгрупп испытуемых по стажу работы имеет статистически достоверные различия. Таким образом, гипотезы исследования подтвердились. Цель данной работы может считаться достигнутой, а задачи разрешенными.

Результаты данной работы могут быть использованы в рамках построения курсов повышения квалификации педагогов, в ходе планирования тренингов для педагогов школьным психологом и приглашенными специалистами. Данные будут полезны при построении дальнейших исследований профессионального выгорания педагогов коррекционных и общеобразовательных школ, при разработке рекомендаций для педагогов и администрации школ, в работе консультативных психологов.