

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

Кафедра коррекционной педагогики

**ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ,
РАБОТАЮЩИХ С ДЕТЬМИ С ОВЗ**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
МАГИСТРСКОЙ РАБОТЫ

студента 3 курса 356 группы
направления 44.04.03 «Специальное (дефектологическое) образование»
профиль «Дефектология»
факультета психолого-педагогического и специального образования

Бакан Ирины Сергеевны

Научный руководитель

кандидат социологических наук, доцент _____ О.В. Соловьева
подпись дата

Зав. кафедрой

доктор социологических наук, профессор _____ Ю.В. Селиванова
подпись дата

Саратов 2021

Введение. Актуальность выбранной темы выпускной квалификационной работы обусловлена повышением требований к личности педагога и его роли в образовательном процессе, поскольку профессия учителя, тем более работающего с детьми с ОВЗ, имеет большое социальное значение.

Высокая эмоциональная напряженность педагога возникает из-за наличия большого количества стрессовых факторов: перегрузка работой, нехватка времени, сложность возникающих педагогических ситуаций, социальная оценка и т. д. В том случае, если педагог не способен противостоять психо - эмоциональному напряжению, трудности в личной и семейной жизни, проблемы в общении с коллегами, а также с родителями учеников могут усугубить проблемы психоэмоциональной активности.

Огромное эмоциональное и физическое напряжение, неизбежность постоянного поддержания профессионального уровня, необходимость сдерживать свои чувства, быть в курсе инновационных технологий, быть в узком кругу общения каждый день, это приводит человека к накоплению отрицательных эмоций. В конце концов, учитель, от потери сил противостоять внешним и внутренним воздействиям, эмоционально ломается, испытывает сильное истощение, отходит от учеников, от общения с ними. И в результате внутреннего накапливания отрицательных негативных эмоций без соответствующей «разрядки», или «освобождения» от них возникает синдром эмоционального выгорания. Результат влияния синдрома на человека негативно сказывается на деятельности всей команды.

Представляется абсолютно оправданным изучение синдрома эмоционального выгорания специалистами дошкольной педагогики. В 90-х годах 20-го века синдром эмоционального выгорания стал предметом независимых исследований российских психологов; Т. В. Форманюк, Г.А. Зарипова, В.Е. Орёл, А.А. Рукавишников, В.В. Смарт, О.В. Крапивина, М.В. Агапова, Т.В. Большакова.

Объектом исследования в данной выпускной квалификационной работе выступает эмоциональное выгорание педагогов, работающих с детьми с ОВЗ.

Предметом исследования являются организационно - педагогические отношения, возникающие в процессе выявления особенностей эмоционального выгорания педагогов, работающих с детьми с ОВЗ.

Целью исследования в данной выпускной квалификационной работе является изучение особенностей эмоционального выгорания педагогов, работающих с детьми с ОВЗ.

Для достижения поставленной цели необходимо выполнить следующие **задачи**:

1. Раскрыть теоретические основы понятия эмоционального выгорания.
2. Определить особенности эмоционального выгорания педагогов.
3. Выявить специфику педагогической работы с детьми с ОВЗ.
4. Рассмотреть организацию и методы исследования.
5. Провести анализ результатов исследования.
6. Изучить профилактику эмоционального выгорания у педагогов, работающих с детьми с ОВЗ.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что уровень эмоционального выгорания у педагогов, работающих с детьми с ОВЗ, значительно выше, чем у педагогов, работающих с нормотипичными детьми.

Методы исследования:

-теоретические (изучение психологической, педагогической, методической, специальной литературы и других информационных источников);

- эмпирические (анкетирование, беседа, опрос);
- метод количественной оценки;
- методы обработки результатов.

База исследования: государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Саратовской области «Школа для обучающихся по адаптированным образовательным программам № 4 г. Саратова»

Теоретическая значимость выпускной квалификационной работы заключается в том, что основные теоретические положения и выводы, содержащиеся в работе, могут быть использованы для дальнейшего изучения вопросов, связанных с особенностями эмоционального выгорания педагогов, работающих с детьми с ОВЗ.

Практическая значимость выпускной квалификационной работы заключается в возможности использования результатов проведенного в данной работе исследования для выявления эмоционального выгорания и разработки профилактических мероприятий эмоционального выгорания у педагогов, работающих с детьми с ОВЗ.

Структура работы: магистерская работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, приложения.

Основное содержание работы. Во введении представлены актуальность проблемы исследования, цель, задачи, методы исследования, характеризуется экспериментальная база и выборка.

В первой главе «Теоретический анализ проблемы синдрома эмоционального выгорания педагогов, работающих с детьми с ОВЗ». Рассматривается понятие эмоциональное выгорание, как переутомление, эмоциональное истощение, приводящее к полному безразличию, ощущению собственной несостоятельности. По причине эмоционального выгорания снижается качество жизни и могут возникнуть деперсонализация, неврозы, депрессия и различные психосоматические заболевания. Синдром эмоционального выгорания нередко приводит к личностным изменениям и постоянному ощущению опустошения.

Эмоциональное выгорание чаще встречается в тех сферах деятельности, где требуется высокая концентрация внимания, наблюдается монотонность, изнурительный график. Синдром выгорания чаще встречается

у людей, чья профессиональная деятельность связана с человеческим общением (учителя, воспитатели, медицинские работники, психологи, социальные работники, люди, работающие в тюрьмах, операторы, менеджеры).

Синдром эмоционального выгорания - это искажение личности, деформация в результате психологических и эмоциональных трудностей или морально трудных отношений в системе «человек-человек», которая формируется со временем. Результат выгорания может проявляться как в психосоматических расстройствах, так и в психологических изменениях личности.

К наиболее важным социально-психологическим факторам, определяющим развитие синдрома выгорания учителя, можно отнести:

1. Неформальную внутригрупповую структуру преподавательского состава, социально-психологическое разнообразие группы свидетелей, наблюдаемой сотрудником и характеристики их трудовой мотивации.

2. Психологическое состояние учителя также напрямую зависит от его профессиональной позиции в неформальной внутригрупповой структуре трудового коллектива.

3. Взаимосвязь уровня эмоционального выгорания специалистов учреждений в степени социально-педагогической обстановки, которая руководит в классах. Эмоциональное выгорание на некоторой стадии служит регуляторным механизмом, который позволяет специалисту дозировать и поддерживать свою устойчивость к стрессу.

Кроме того, не следует забывать и о другом факторе, так как несоответствие между педагогической теорией и практикой, когда молодой специалист, который только что закончил педагогический университет, сталкивается с такой проблемой, как отсутствие практического образовательного опыта.

Педагог, получивший знания в университете, не находит для них практического применения, что создает неблагоприятные условия для

дальнейшей деятельности. В этом случае синдром выгорания может быть вызван развитием непрофессиональной компетенции специалиста.

Руководству, конечно же, нужно обратить внимание на систему найма специалиста. Это соответствующий подбор персонала, помощь в установлении контактов с коллегами, прохождение сертификации.

Руководитель отвечает за эмоциональное состояние своего персонала, из которого вытекает его трудовая деятельность. Если неудовлетворенное состояние возникает в результате профессиональной деятельности сотрудников по отношению к коллегам и ученикам, может возникнуть агрессивное поведение.

Бывает, что коллектив в школе находится в дружеской обстановке и работает эффективно. Но случается так, что происходят изменения в настроении учителей, депрессивное состояние, исчезает желание работать, и может возникнуть агрессия по отношению к ученикам и коллегам.

Причины, которые можно выявить на начальном этапе эмоционального выгорания, помогут решить эту психологическую проблему без особых трудностей: усиление раздражения и безразличия к своей работе; забывчивость, неудовлетворенность собой и другими; отсутствие инициативы, безразличие; допустимость нервных срывов; раздражение, чувство пустоты, чувство личной и профессиональной неудачи и т. д.

Если учитель не удовлетворен своей профессиональной деятельностью, то это оказывает большее влияние на его психическое состояние. Безразличное и негативное отношение к своей профессиональной деятельности приводит человека к негативным эмоциям и вызывает вспышки гнева. В результате специалист не может отдохнуть и расслабиться после рабочего дня.

Поэтому, скорее всего, эмоциональное истощение формируется из-за неудовлетворенности своей профессиональной деятельностью, что может привести к депрессии. Но если специалиста больше интересует

профессиональная деятельность, и она его удовлетворяет, тем быстрее он сможет восстановить свои силы и душевное равновесие.

Во второй главе описывается экспериментальное исследование эмоционального выгорания педагогов, работающих с детьми с ОВЗ. Проводилось исследование на базе государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Саратовской области «Школа для обучающихся по адаптированным образовательным программам № 4 г. Саратова».

Педагогический коллектив школы состоит из 40 педагогов, в исследование приняли участие 15 педагогов в возрасте от 24 до 55 лет: 4 учителя начальной школы, 8 учителей – предметников и 3 учителя индивидуальных занятий (группа А).

Для сравнения результатов было проведено исследование с группой педагогов, работающих с нормотипичными детьми в общеобразовательной школе МОУ СОШ № 106 г. Саратова. В исследовании также приняло участие 15 педагогов, в возрасте от 24 до 55 лет (группа Б).

Выборка исследования представлена 30 учителями, разделенными на две группы:

- группа А – работающие с детьми с ОВЗ;
- группа Б – работающие с нормотипичными детьми.

В исследовании были использованы методика «Диагностика эмоционального выгорания личности» (В.В. Бойко) и опросник «Профессиональное (эмоциональное) выгорание» (К. Маслач и С. Джексон, адаптированный Н. Водопьяновой).

Были проанализированы результаты диагностики педагогов по методике «Диагностика эмоционального выгорания личности» (В.В. Бойко) (фаза «напряжение»), результаты диагностики педагогов по методике «Диагностика эмоционального выгорания личности» (В.В. Бойко) (фаза «резистенция»), результаты диагностики педагогов по методике «Диагностика эмоционального выгорания личности» (В.В. Бойко) (фаза

«истощение»). Так же были проанализированы результаты исследования по опроснику «Профессиональное (эмоциональное) выгорание» (К. Маслач и С. Джексон, адаптированный Н. Водопьяновой)) педагогов из группы Б, результаты исследования по опроснику «Профессиональное (эмоциональное) выгорание» (К. Маслач и С. Джексон, адаптированный Н. Водопьяновой)), педагогов из группы А.

В результате диагностики были выявлены доминирующие значения по методике «Диагностика эмоционального выгорания личности» (В.В. Бойко) и по опроснику «Профессиональное (эмоциональное) выгорание» (К. Маслач и С. Джексон, адаптированный Н. Водопьяновой)), в группе А и группе Б.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что у испытуемых группы Б доминирующими симптомами являются "переживание стрессовых обстоятельств", "неадекватная избирательная эмоциональная реакция", "расширение накопительных эмоций", "снижение профессиональных обязанностей", таким образом, в этой группе развитие эмоционального выгорания является фазой напряжения и является устойчивым. По данным опросника "профессиональное (эмоциональное) выгорание" (К. Маслач и С. Джексон, адаптированного Н.Водопьяновой), индекс "эмоционального выгорания" в этой группе соответствует нулю, что свидетельствует о том, что в группе Б эмоциональное выгорание находится на первой или второй стадии.

В группе А преобладают следующие симптомы выгорания: "неадекватная избирательная эмоциональная реакция", "эмоционально-нравственная дезориентация", "расширение накопительных эмоций", "снижение профессиональной ответственности", "эмоциональный дефицит", "эмоциональная отстраненность", "личностная отстраненность", "психосоматические и психовегетативные расстройства", поэтому в этой группе эмоциональное выгорание находится в фазах сопротивления и истощения.

По данным опросника "профессиональное (эмоциональное) выгорание" (К. Маслач и С. Джексон, адаптированного Н. Если показатель "эмоциональное выгорание" достигает значения 60%, это свидетельствует о том, что эмоциональное выгорание в данной группе находится на второй и третьей стадиях и проявляется появлением соматических симптомов, вспышками раздражения, потерей интереса к работе, эмоциональным безразличием.

Подводя итоги проведенного исследования, можно констатировать, что в группе педагогов, работающих с детьми с ОВЗ, эмоциональное выгорание более выражено, чем в группе педагогов, не работающих с детьми с ОВЗ.

Это позволяет сделать вывод о том, что в условиях специального образования педагоги, работающие с детьми с ограниченными возможностями здоровья, нуждаются в поддержке и помощи в преодолении и профилактике эмоционального выгорания.

Заключение. Проанализировав психолого-педагогическую литературу, мы отмечаем, что синдром эмоционального выгорания – это динамический процесс, который развивается во времени и характеризуется нарастанием его проявлений, возникающий вследствие продолжительных профессиональных стрессов и ведущий к истощению личностных ресурсов человека. Проявляется в симптомах эмоционального, умственного истощения, физического утомления, личностной отстраненности и снижения чувства удовлетворения от выполненной работы. Эмоциональное выгорание, с точки зрения В.В. Бойко, включает в себя три фазы: напряжение, резистенцию и истощение.

В современных условиях, деятельность педагога, работающего с детьми с ОВЗ, наполнена факторами, вызывающими эмоциональное выгорание, хроническими стрессами, эмоциональной истощенностью, высоким уровнем требований к его компетенциям в условиях инклюзивного образования.

Со временем происходит нарастание тревожных переживаний, накопление усталости, снижение настроения, поведенческие срывы и вегетососудистые расстройства, приводящие к развитию эмоционального выгорания.

В ходе проведенного нами исследования, мы можем констатировать, что в группе педагогов, работающих с детьми с ОВЗ, эмоциональное выгорание выражено больше, чем в группе педагогов, не работающих с детьми с ОВЗ.

Работая, с детьми с ОВЗ педагог часто не видит результата своего труда, либо этот результат настолько минимален, что в итоге приводит к увеличению эмоционального напряжения и в дальнейшем приводит к эмоциональному выгоранию.

Это позволяет сделать вывод о том, что в условиях специального образования педагогам, работающим с детьми с ОВЗ, необходима поддержка и помощь в преодолении и профилактике эмоционального выгорания. Описывая систему профилактики эмоционального выгорания педагогов, работающих с детьми с ОВЗ, мы рассмотрели ключевые направления профилактической программы: информирование педагогов о причинах и признаках эмоционального выгорания, обучение способам саморегуляции эмоциональных состояний и релаксации, обучение самоанализу источников негативных переживаний, нивелирование проявлений адаптивно-разрушающих деформаций, выявление личностных ресурсов, раскрытие творческого потенциала, повышение уровня самоактуализации и саморазвития личности, создание системы мероприятий, повышающих значимость педагогической профессии.

Таким образом, цель исследования достигнута, задачи решены, гипотеза подтверждена.