

ситета. 2013. № 4 (26). С. 266-269.

9. Коростелева Е.Ю. Совершенствование профессиональной подготовки педагогов в условиях технологизации образовательного процесса // Вестник Гуманитарного института ТГУ. 2010. № 4. С. 25-27.

10. Савченко Н.В. Профессиональный имидж будущего учителя начальной школы как компонент культуры педагогической деятельности // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2013. № 1. С. 36-39.

11. Осадченко И.И., Коновалова Е.Ю., Сыротюк С.Д. Классификация ситуационных заданий в контексте изучения курса «Основы педагогического мастерства» // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. 2013. № 3 (25). С. 446-450.

12. Коростелев А.А., Пчельников А.А., Ярыгин А.Н. Моделирование системы профессиональной подготовки студентов к инновационной деятельности // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. 2007. № S3. С. 161-166.

13. Коваль В.А. Периодизация становления профессиональной компетентности будущих учителей-филологов (ретроспективный анализ) // Балтийский гуманитар-

ный журнал. 2013. № 3. С. 15-18.

14. Панченко О.В. Формирование условий готовности учителя к самообразованию и осуществлению инновационно-маркетинговой деятельности в общеобразовательной школе // Балтийский гуманитарный журнал. 2012. № 1. С. 23-24.

15. Моделирование инновационно-ориентированной учебно-исследовательской среды, обеспечивающей качество сформированности инновационной готовности будущих специалистов // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. 2006. № S2-2. С. 44-47.

16. Кара А.Н. Качество высшего профессионального образования как основа обеспечения конкурентоспособности специалистов // Вестник Поволжского государственного университета сервиса. Серия: Экономика. 2011. № 16. С. 20-25.

17. Богданова А.В., Коновалова Е.Ю. Управление качеством образования в информационном обществе как актуальная социально-педагогическая проблема // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2012. № 1. С. 15-17.

GENERAL PEDAGOGY TRAINING OF STUDENTS AS LEADING DESTINATION IMPROVING THE EDUCATION SYSTEM

© 2014

M.I. Bekoeva, candidate of pedagogical science, associate professor of the department of interdepartmental pedagogy and psychology
North Ossetian State University K.L. Khetagurova, Vladikavkaz (Russia)

Annotation: The paper describes the main causes of poor preparation of students of pedagogical universities in modern conditions, the results of empirical research indicated problems and ways of improving the process of preparation of students - future teachers to implement a full-fledged profession.

Keywords: teacher education, preparing students – future teachers, educational programs, teaching practice.

УДК 159.922

«ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ» КАК ФОРМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕФОРМАЦИИ ЛИЧНОСТИ СПЕЦИАЛИСТОВ СОЦИОНОМИЧЕСКИХ ПРОФЕССИЙ

© 2014

Л.А. Белозерова, кандидат биологических наук, доцент кафедры психологии
Н.Н. Сафукова, кандидат психологических наук, ст. преподаватель кафедры психологии
Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова, Ульяновск (Россия)

Аннотация: В работе представлены результаты изучения особенностей синдрома «эмоционального выгорания» у педагогов, психологов, социальных и медицинских работников. Установлено, что проявление симптомов «эмоционального выгорания» зависит от специфики профессиональной деятельности специалистов системы «человек-человек». Выявлена тенденция усугубления симптоматики синдрома «выгорания» у педагогов и медицинских работников.

Ключевые слова: синдром «эмоционального выгорания», специалисты профессии «человек-человек», социологические профессии.

Все изменения, происходящие в России на современном этапе (социально-экономическая нестабильность, конкуренция на рынке труда, социальные стрессы, материальная и социальная поляризация, нагнетание социальной и политической напряженности), находят отражение в растущих требованиях со стороны общества, предъявляемых к профессионализму личности. Однако далеко не каждый может адаптироваться, эффективно осуществлять свою профессиональную деятельность и социальную роль в подобных стрессогенных условиях. Существует целый ряд профессий, в которых человек регулярно подвергается воздействию профессионального стресса, в результате чего может происходить его профессиональная деформация, когда под воздействием ряда внешних и внутренних факторов, происходит изменение качеств и свойств личности, способов общения и поведения [1, 2].

Современные психологические исследования показали высокую подверженность профессиональным деформациям работников социологических профессий (врачи, психологи, педагоги, руководители разных рангов). Одним из частых негативных проявлений у пред-

ставителей названных профессий является синдром «эмоционального выгорания», который рассматривается как одна из форм профессиональной деформации личности [3, 4, 5]. У специалистов системы «человек-человек» проявлением деформации личности является истощение, герметизация и уход от контактов, что является следствием духовного переутомления, эмоционального «выкладывания» в профессиональной деятельности. На этой основе складываются деформации как в мотивационной сфере личности (приглушение эмоций, исчезновение остроты чувств и переживаний, возникновение конфликтов), так и в операционно-исполнительной сфере деятельности (пропадает умение обновлять арсенал своих профессиональных приемов) [7].

Таким образом, вышесказанное позволяет заключить, что признаки «эмоционального выгорания» являются неотъемлемыми атрибутами профессиональной деформации работников сферы «человек-человек», что позволяет рассматривать «выгорание» как главный показатель негативного влияния профессии на личность и как центральное проявление (форму) профессиональной деформации личности. Дополнительным подтверждени-

ем вышесказанного служит большое количество исследований особенностей профессиональной деформации у представителей социальных профессий [8, 9, 10]. Дело в том, что в них всегда среди множества проявлений приводятся такие, которые по описанию соответствуют симптоматике «эмоционального выгорания» [11].

Доказано, что в профессиях системы «человек-человек» на возникновение профессиональных деформаций влияют как индивидуальные особенности личности специалистов [12], так и специфика самой профессиональной деятельности [6, 13].

Вышесказанное послужило причиной исследования синдрома «эмоционального выгорания» как профессиональной деформации личности у специалистов системы «человек-человек». Целью настоящего исследования явилась оценка симптомов «эмоционального выгорания» у специалистов системы «человек-человек» разных сфер деятельности, а именно у педагогов, психологов, медицинских и социальных работников.

В исследовании приняли участие 96 специалистов, в возрасте от 20 до 60 лет: педагоги, психологи, медицинские и социальные работники психологических центров и служб, учебных и медицинских учреждений г. Ульяновска. Испытуемые были разделены на 4 группы в зависимости от профессиональной деятельности по 24 испытуемых в каждой группе. В первую группу вошли медицинские работники, во вторую – психологи, в третью – социальные работники, в четвертую – педагоги. Исследование проводилось с использованием методики В.В. Бойко для оценки уровня «эмоционального выгорания» [14]. Все респонденты заполняли бланки данного опросника индивидуально. Полученный в ходе исследования материал был подвергнут статистическому анализу с применением пакетов компьютерной обработки данных «Statistika 6.0». Для оценки достоверности различий между исследуемыми группами нами были использованы показатели описательной статистики и критерий Манна-Уитни.

Первоначальный анализ симптоматики «эмоционального выгорания» психологов, педагогов, медицинских и социальных работников позволил составить психологические профили «эмоционального выгорания» каждой профессиональной группы. Полученные при этом результаты представлены в Таблице 1.

Таблица 1 – Выраженность симптомов «эмоционального выгорания» у психологов, педагогов, медицинских и социальных работников

Фазы и симптомы «эмоционального выгорания»	Профессиональная сфера			
	соц. раб. (n=24)	психологи (n=24)	педагоги (n=24)	мед. раб. (n=24)
Симптом переживания психотравмирующих обстоятельств	15,76±2,03	8,40±1,40	10,45±1,85	12,94±1,52
Симптом неудовлетворенности собой	3,92±1,02	3,73±0,36	5,54±0,56	5,67±0,25
Симптом зажатости в клетку	3,28±0,24	4,86±0,89	5,04±0,54	6,82±0,95
Симптом тревоги и депрессии	7,24±0,58	9,40±0,37	11,50±2,08	7,55±1,02
ФАЗА НАПРЯЖЕНИЯ	30,2±5,74	26,39±2,73	32,53±3,32	32,98±3,22
Симптом неадекватного избирательного эмоционального реагирования	12,28±1,69	12,13±2,02	13,13±2,54	15,14±2,87
Симптом эмоционально – нравственной дезориентации	10,36±1,74	10,53±1,85	8,77±1,24	9,85±1,32
Симптом расширения сферы экономики эмоций	7,12±0,89	9,26±1,05	11,72±2,34	10,88±1,69
Симптом редукции профессиональных обязанностей	12,52±1,57	11,8±1,23	16,59±2,68	13,73±1,82
ФАЗА РЕЗИСТЕНЦИИ	42,28±2,50	43,72±1,31	50,21±3,25	49,60±2,46
Симптом эмоциональный дефицит	6,84±0,34	6,53±0,52	9,40±0,85	10,35±1,06
Симптом эмоциональной отстраненности	7,80±0,69	10,73±1,52	13,86±2,04	11,17±1,69
Симптом личностной отстраненности	5,88±0,35	4,80±0,71	8,45±0,86	8,88±0,92
Симптом психосоматических и психовегетативных нарушений	6,96±0,87	7,20±0,52	8,31±0,34	7,67±0,66
ФАЗА ИСТОЩЕНИЯ	27,48±0,79	29,26±2,49	40,02±2,62	38,07±1,55

Выявлено, что в исследуемых группах наиболее высокие показатели «эмоционального выгорания» наблюдаются в фазе резистенции, это свидетельствует о том, что «эмоциональное выгорание» у испытуемых еще формируется, и не достигло фазы истощения, когда «выгорание» является неотъемлемой частью личности. Наиболее высокие показатели «эмоционального выгорания» во всех фазах синдрома выявлены у медицинских работников и педагогов. Вероятно, это обусловлено самой спецификой работы данных групп, высокой часто-

той и продолжительностью контактов разрушительной и раздражительной природы [15].

Данные исследования «эмоционального выгорания» в фазе «Напряжения» показали, что наиболее остро у обследуемых проявляется симптом переживания психотравмирующих обстоятельств, связанных с профессиональной деятельностью, их неразрешимость приводит к отчаянию и негодованию и появлению прочих проявлений «выгорания». Вероятно, по этой причине у обследуемых специалистов системы «человек-человек» нами также установлены достаточно высокие показатели симптома тревоги и депрессии, который проявляется в форме переживания ситуативной или личностной тревоги, разочарования в себе, в избранной профессии, в конкретной должности или месте службы. Исследование показало, что социальные (U=248 при p<0,05) и медицинские работники (U=370 при p<0,05) достоверно глубже переживают психотравмирующие обстоятельства, по сравнению с другими исследуемыми группами. Медицинские работники острее других испытуемых испытывают симптомы неудовлетворенности собой, «зажатости в клетку», то есть состояние интеллектуально-эмоционального затора, тупика. У педагогов достоверно более выражен симптом тревоги и депрессии относительно других экспериментальных групп (U=374 при p<0,05), что проявляется в переживаниях ситуативной и личностной тревоги, депрессии. Исследование показало, что для группы психологов характерны наименее выраженные проявления «выгорания» по большинству симптомов фазы «Напряжения», что, вероятно, связано с их профессиональной способностью к саморегуляции и управлению эмоциями.

Анализируя данные, полученные по фазе «Резистенция» мы получили следующие результаты (см. таблица 1).

Установлено, что наиболее остро у обследуемых выражены симптомы неадекватного избирательного эмоционального реагирования и редукции профессиональных обязанностей. Они проявляются, когда профессионал неадекватно «экономит» на эмоциях, ограничивает эмоциональную отдачу за счет выборочного реагирования в ходе рабочих контактов, одновременно он пытается облегчить и сократить свои обязанности, которые требуют эмоциональных затрат. Как результат – неадекватное отношение к партнеру по профессиональному общению. Для психологов характерны более выраженные признаки эмоционально-нравственной дезориентации по сравнению с другими группами испытуемых. Они решают проблемы подопечных по собственному выбору, определяют достойных и недостойных, «хороших» и «плохих» клиентов. Как считает Бойко В.В. [16], это объясняется тем, что в нашем обществе привычно исполнять свои обязанности в зависимости от настроения и субъективного предпочтения. По результатам исследования наиболее выражены симптомы выгорания в фазе «Резистенции» оказались у медицинских работников (U=199 при p<0,05) и педагогов (U= 219 при p<0,05).

Результаты исследования «эмоционального выгорания» показали, что наиболее выраженным симптомом в фазе «Истощения» является эмоциональная отстраненность специалистов системы «человек-человек». Он рассматривается как форма эмоциональной защиты, при которой личность почти полностью исключает эмоции из сферы профессиональной деятельности, начинает реагировать без чувств и эмоций. Наиболее остро этот симптом выражен у педагогов (U=161 при p<0,05) и медицинских работников. Данный симптом у них усугубляется рядом других проявлений «эмоционального выгорания»: эмоциональным дефицитом, личностной отстраненностью, появлением психосоматических и психовегетативных нарушений. В результате у работников все реже проявляются положительные эмоции, появляются такие черты общения и поведения, как резкость, грубость, раздражительность, обиды, капризы, которые

сопровождается нарушениями физического и психического самочувствия. Работа с людьми становится для специалиста неинтересной, не доставляет удовлетворения, и перестает представлять социальную ценность. Это свидетельствует о том, что эмоциональная защита в форме «выгорания» становится неотъемлемым атрибутом личности, а, следовательно, о профессиональной деформации работника.

Результаты исследования показали, что медицинские работники острее других испытуемых переживают симптомы «эмоциональный дефицит» ($U=161$ при $p<0,05$) и «личностная отстраненность» по сравнению с другими испытуемыми. То есть ощущают, что эмоционально уже не могут помочь своим пациентам и утрачивают интерес к ним. Возможно, это связано с тем, что в течение рабочего дня медицинские работники теснейшим образом общаются в основном с больными, испытывающими негативные эмоции, при этом они невольно и непроизвольно вовлекаются в их эмоциональные переживания, и начинают ощущать повышенное эмоциональное напряжение. По сравнению с другими экспериментальными группами ($U=161$ при $p<0,05$), педагоги, пораженные симптомом «эмоциональной отстраненности» почти полностью исключают эмоции из сферы профессиональной деятельности. Вероятно, это объясняется тем, что профессиональный труд педагогов отличается очень высокой эмоциональной напряженностью [15]. В результате, симптоматика «выгорания» начинает усугубляться появлением признаков психосоматических и психовегетативных нарушений.

Таким образом, данное исследование углубило представления о научной концепции «выгорания» новыми доказательствами и фактами на примере психологов, педагогов, социальных и медицинских работников. Показано, что «эмоциональное выгорание» у различных специалистов системы «человек-человек» является центральным моментом профессиональной деформации личности и обладает качественным своеобразием в конкретной профессиональной деятельности. В значительной степени подвержены развитию «эмоционального выгорания» педагоги и медицинские работники, на которых ежедневно оказывает негативное воздействие большое количество объективных и субъективных эмоциональных факторов, вызывающих сильное эмоциональное напряжение и стресс [17]. Однако, учитывая, что большинство оцениваемых нами симптомов находятся на стадии формирования, развитие симптоматики «эмоционального выгорания» можно предотвратить, определив основные направления и способы психологического воздействия – профилактики, диагностики и коррекции, а также разработав программы по предупреждению данной формы профессиональной деформации [3].

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гурылёва Л.В. Проблема влияния профессионального стресса на психическое здоровье педагогов // Актуальные проблемы современного образования: опыт и инновации. Материалы научно-практической конференции (заочной) с международным участием. 2013. С.

448-452.

2. Мардахаев Л.В. Профессиональная деятельность и деформация личности социального педагога // Профессиональная деформация и проблемы профессионализма. Сборник научных трудов. 2001. № 2. С. 21-25.

3. Крапивина О.В., Косырев В.Н. К вопросу о профилактике и коррекции эмоционального выгорания у пенитенциарных служащих // Вестник Тамбовского гос. ун-та. Серия гуманитарных наук. Вып. 1 (29). 2003. С. 36-47.

4. Осухова Н., Кожевникова В. Профилактика профессионального выгорания: практико-ориентированный семинар. Школьный психолог. 2006. № 16. С. 18-32.

5. Шабанова К.Г. Специфика «эмоционального выгорания» у сотрудников линейных подразделений // Журнал психопедагогика в правоохранительных органах. 2007. № 2. С. 41-49.

6. Безносос С.П. Профессиональная деформация личности. СПб.: Речь, 2004. 272 с.

7. Фонарев А.Р. Основные показатели деформации личности профессионала // Психология и ее приложения. Ежегодник Российского психологического общества. 2002. Вып. 3. Т. 9. С. 24-28.

8. Виноградова Г. А. О деформации личности педагога профессией // Ананьевские чтения - 2001. Тезисы научно-практической конференции. СПб., 2001. С. 248-249.

9. Кондратьева С.В. Понимание учителем личности ученика // Вопросы психологии. 1980. № 5. С. 143-148.

10. Осницкий А. В. Особенности профессиональной деформации личности педагога // Ананьевские чтения - 2001. Тезисы научно-практической конференции. СПб., 2001. С. 539-541.

11. Трунов Д. Г. Профессиональная деформация практического психолога // Психологическая газета. 1997. № 1. С. 1-9.

12. Гурылёва Л.В. Анализ зависимости кризиса профессионального развития педагогов от их личностных особенностей // Актуальные проблемы современного образования: опыт и инновации. Материалы научно-практической конференции (заочной) с международным участием. 2013. С. 443-447.

13. Сафукова Н.Н., Белозерова Л.А. Проявление синдрома эмоционального выгорания у специалистов системы «человек-человек» с различным трудовым стажем // Ученые записки Орловского государственного университета. 2013. №4 (54). С. 423-426.

14. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Под ред. Д.Я. Райгородского. Самара.: Бахра-М, 2004. 672 с.

15. Орёл В. Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования и перспективы // Психологический журнал. 2001. Том 22. №1. С. 90-101.

16. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. СПб.: Питер, 1999. 105 с.

17. Чуева Е.Н. Специфика проявления профессионального стресса у представителей социномических профессий // Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные Науки. 2012. №2 (20). С. 165-174.

EMOTIONAL BURNOUT AS A FORM OF PROFESSIONAL DEFORMATION OF PERSONALITY SPECIALISTS SOCIONOMIC PROFESSIONS

© 2014

L. A. Belozerova, candidate of biological sciences, associate professor of the chair psychology
N. N. Safukova, candidate of psychological science, assistant professor of the chair psychology
 Ulyanovsk State Pedagogical University named I.N. Ulyanov, Ulyanovsk (Russia)

Annotation: This paper presents the results of the study features burnout personality specialists teachers, psychologists, social workers and medical professionals. The study found that the symptoms emotional burnout depends on the specifics of the professional activities of the «man-man». The observed trend of worsening symptoms of burnout the teachers and medical workers.

Keywords: emotional burnout syndrome, specialists professions «man-man», socionomic professions.