

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye->

%D0%BD%D0%B0%D1%8F%20%D0%BA%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%84%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D1%86%D0%B8%

Тип работы: ВКР (Выпускная квалификационная работа)

Предмет: Дошкольная педагогика

Оглавление

Введение 8

Глава 1. Концептуальные основы исследования профессионального выгорания педагогов дошкольного образовательного учреждения 12

1.1 Теоретические подходы к изучению феномена профессионального выгорания 12

1.2 Факторы, влияющие на развитие профессионального выгорания педагогов дошкольного образовательного учреждения 22

1.3 Методы предотвращения и профилактики синдрома профессионального выгорания педагогов дошкольного образовательного учреждения 30

Глава 2. Эмпирическое исследование профессионального выгорания педагогов дошкольного образовательного учреждения 40

2.1 Организация и методы исследования 40

2.2 Анализ результатов проведенного исследования 43

Глава 3. Способы профилактики синдрома профессионального выгорания педагогов дошкольного образовательного учреждения 57

3.1 Программа профилактики синдрома профессионального выгорания педагогов дошкольного образовательного учреждения 57

3.2 Анализ эффективности программы по профилактике синдрома профессионального выгорания педагогов дошкольного образовательного учреждения 63

Заключение 67

Список использованных источников и литературы 70

Еще в 70-е годы XX-го века некоторые исследователи обратили внимание на довольно часто встречающееся состояние эмоционального истощения у лиц, занимающихся в различных сферах коммуникативной деятельности (педагогов, врачей, работников социальных служб, психологов, менеджеров).

Как правило, такие специалисты на определенном этапе своей деятельности неожиданно начинали терять интерес к ней, формально относиться к своим обязанностям, конфликтовать с коллегами по непринципиальным вопросам. В дальнейшем у них обычно развивались соматические заболевания и невротические расстройства. Как было обнаружено, наблюдавшиеся изменения были вызваны длительным воздействием профессионального стресса.

В данном случае уместно говорить о эмоциональном выгорании. Термин «burnout» в психологической литературе переводится как «выгорание» или «сгорание». Позже К. Маслач определила СЭВ как потерю интереса и осторожности в работе. А впоследствии, развив свое учение, она представила это понятие как «синдром физического и эмоционального истощения, включая развитие отрицательной самооценки, отрицательного отношения к работе и утрату понимания и сочувствия по отношению к клиентам». В. В. Бойко под эмоциональным выгоранием понимает "выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций (понижения их энергетики) в ответ на избранные психотравмирующие воздействия".

Первые исследования вопроса «эмоционального выгорания» носили эпизодический и описательный характер. К. Маслач выделила и описала данное понятие как особое состояние человека, которое включает в себя:

- чувство эмоционального изнеможения и истощения;
- симптомы деперсонализации и дегуманизации;
- негативное восприятие самого себя;
- утрату человеком профессионального мастерства [19].

Важнейшими признаками данного синдрома выступают:

- наличие отрицательных чувств по отношению к пациентам или клиентам;
- ощущение полного или частичного эмоционального истощения;
- негативная или низкая самооценка.

Данные признаки синдрома «эмоционального выгорания» отмечают большинство исследователей, которые изучают и наблюдают проявления данного синдрома.

На первом этапе изучения данного феномена исследователями была определена сущность данного понятия, его основные признаки. Затем этот синдром стал общепризнанным.

На следующем этапе проводились исследования по выявлению и последующей классификации факторов, которые тормозят развитие этого синдрома или, наоборот, способствуют ему. При изучении личностного фактора в развитии и формировании этого синдрома исследователь П. Торнтон принимал во внимание такие показатели, как пол, стаж, возраст, семейное положение, образовательный уровень, социальное происхождение, стаж данной работы. Но, в результате исследований оказалось, что данные показатели не связаны с высоким или низким уровнем «эмоционального сгорания». [12]

А. Пайнс уделял особое внимание связи мотивации и «сгорания». Он изучал мотивы трудовой деятельности, среди которых выделял чувство собственной значимости на рабочем месте, удовлетворенность зарплатой, самостоятельность, профессиональное продвижение, уровень контроля со стороны руководства.

В результате исследований он не выявил прямой связи между синдромом «эмоционального выгорания» и уровнем зарплаты. Однако, он раскрыл связь между установкой на поддержку, неудовлетворенностью профессиональным ростом и развитием данного синдрома. Он выявил большую подверженность этому синдрому социальных работников, которые испытывают недостаток самостоятельности.

В настоящее время феномен эмоционального выгорания в психологической науке широко и разнонаправленно исследован (М.В. Агапова, В.В. Бойко, Н.Е. Водопьянова, Н.В. Гришина, Л.Д. Демина, И.П. Ильин, И.В. Комаревцева, Г.А. Макарова, Л.М. Митина, В.Е. Орел, Д.Н. Орлов, С.А. Подсадный, И.А. Ральникова, Т.И. Ронгинская, А.А. Рукавишников, Е.С. Старченкова, Т.В. Форманюк и др.), авторами подробно описана внешняя сторона выгорания, детально проработан вопрос симптомов и внешне наблюдаемых факторов выгорания. [14]

Согласно современным данным, под «психическим выгоранием» понимают состояние физического, эмоционального, умственного истощения, проявляющееся в профессиях эмоциональной сферы. В настоящее время общепринятым и наиболее употребляемым является определение выгорания, как синдром эмоционального истощения, деперсонализации и уменьшения личностных достижений. [5]

Р. Шваб расширяет группу профессионального риска. Это прежде всего учителя, полицейские, тюремный персонал, политики, юристы, нижнее звено торгового персонала, менеджеры всех уровней. На сегодняшний день проведенные в различных странах исследования показывают, что особой "группой риска" являются педагоги.

Современная психология выделяет четыре типа подходов к причинам появления психического выгорания, а именно: организационный, интерперсональный, индивидуально-психологический и интегративный. Опишем данные подходы.

1. Организационный подход

Непосредственно термин «организация» применяется как общее понятие для любых социальных образований, больших, чем малые группы, но меньших чем полноценное общество. Самое общее определение – это организация представляет собой систему людей, правил и задач. Задачи, как правило, описывают, что нужно делать, а правила задают алгоритмы решения задач. Если происходят любые изменения или нарушения в деятельности организации, то можно анализировать в этом смысле противоречия между сотрудниками, работающими в организации, задачам, стоящими перед ним, либо правилам выполнения данных задач [3].

Так, стресс у работника может появиться из-за предъявления чрезмерных требований, либо по причине собственного стремления решать задачи другого уровня либо объема, чем тот, который адекватен его возможностям. Конфликты в организации появляются из-за различного понимания руководством и сотрудниками критериев качества работы, а также из-за несоответствия поведения персонала внутриорганизационным стандартам либо в том случае, если суть профессиональной деятельности сотрудника противоречит его системе моральных норм и ценностей.

Среди иных организационных факторов, которые можно относить к источникам выгорания можно назвать: несоответствие рабочей нагрузке вознаграждению, ненормированный рабочий день, неопределенность профессиональных задач.

2. Интерпресональный подход

Согласно данному подходу, в качестве основной причины выгорания авторы называют асимметрию отношений между клиентами и работниками. К. Маслач говорит, что выгорание – это негативный индивидуальный опыт, который вплетен в контекст межличностных отношений на работе. Она полагает, что главной причиной выгорания являются напряженные отношения реципиента и профессионала, которые характерны для профессий «помогающего» типа [6].

А. Харрисон в своих исследованиях связывает выгорание с особенностями восприятия индивидом своей эффективности и социально компетентности в межличностных отношениях с клиентом. Если профессионал теряет ощущение своей полезности, то наступает выгорание. Некоторые исследователи говорят, что причинами выгорания могут стать межличностные конфликты внутри предприятия. В определенных исследованиях отмечается, что горизонтальные конфликты, то есть конфликты между сотрудниками, которые находятся на одном уровне управленческой иерархии, гораздо менее опасны психологически, чем конфликты с индивидами, которые занимают более высокие позиции. Отмечается, что фактором, который предохраняет от выгорания в ситуации конфликта, выступает социальная поддержка. [7]

3. Индивидуально-психологический подход

Симптомы психического выгорания образуются во внешней среде профессиональной деятельности, а также во внутрисистемной общении и взаимодействии с объектом деятельности, совместном выполнении служебных задач с другими работниками, в среде непрофессиональной деятельности. К таким факторам можно отнести особенности определенного сотрудника, способствующие развитию психического выгорания.

Отечественный психолог А.В. Филиппов выделял некоторые типы психологических барьеров, которые вызывают психическое выгорание, а именно:

Социально-психологические;

Когнитивно-психологические;

Психомоторные;

Организационно-психологические. [31]

Появление данных барьеров может быть обусловлено стереотипизацией, квалификацией. Психологические барьеры могут вызывать психическую напряженность, неудовлетворенность трудом, порождая ситуации конфликта. Такие негативные явления приводят к появлению и развитию таких профессионально нежелательных качеств, как консерватизм, догматизм, индифферентность. Психолог Х. Фрейдсберг описывал сгорающих эмоционально как сочувствующих, мягких, гуманных, увлекающихся, идеалистов, которые ориентированы на людей, и — в то же время — интровертированных, неустойчивых, одержимых навязчивыми идеями (фанатичные), «пламенных» и легко солидаризирующихся. И. Махер пополнил этот список «авторитаризмом» (авторитарный стиль руководства) и низким уровнем эмпатии.

Синдром психического выгорания проявляется в следующем: чувство безразличия, изнеможения, эмоционального истощения (человек не способен отдаваться работе так, как это было прежде); дегуманизация (развитие негативного отношения к клиентам и своим коллегам); негативное самовосприятие в профессиональном плане — недостаток чувства профессионального мастерства.

Е.С. Старченкова и Н.Е. Водопьянова обнаружили корреляционные связи между показателем «качества жизни» и эмоциональным выгоранием, а также показателями самореализации. Особое значение авторы отвели балансу переживания успеха и удовлетворенности, не только в профессиональной, но и личной жизни. [19]

М.В. Агапова и С.В. Умняшкина, рассматривали психическое выгорание, как некое следствие нарушения процессов самоактуализации и самореализации личности. Авторы отмечали, люди, у которых наблюдается тенденция к самоактуализации, склонны к конфронтации, сопротивлению с неблагоприятными средовыми факторами, а также всей профессиональной ситуации в целом, так как перестают ощущать удовлетворение от работы и не могут относиться творчески к собственным профессиональным обязанностям. [9]

4. Интегративный подход

Интегративный подход рассматривает причины психического выгорания с точки зрения внешних и субъективных факторов. Одной из самых частых причин психического выгорания является специфика деятельности и ближнего окружения, с которым вынужден иметь общение специалист-профессионал. Другой, одной из важных причин психического выгорания, является разделение труда и узкая специализация профессионалов. Б.Д. Новиков говорит о ценностных установках человека как факторе развития психического выгорания личности.

Формирование такого синдрома, как «психическое выгорание» может начаться уже с детского возраста,

так как в некоторые промежутки жизни личности могут появляться негативные социальные, а также психологические новообразования. Как правило, с течением времени они могут углубляться, становясь все более ригидными, устойчивыми, основными для человека, а после, по мере взросления и приобретения профессии, реагируют избирательно на любые негативные воздействия социальной среды. Б.Д. Новиков заявляет, что нарушения в иерархии ценностей человека ведет к замедлению или остановке личностного и, следовательно, профессионального роста.

У лиц, проявляющих склонность к формированию строгих стереотипов, процессы мышления со временем становятся более проблематичными. Данная категория людей оказывается более закрытыми для получения новых знаний, а мировоззрение ограничивается установками, ценностями, стереотипами круга профессии. Согласно мнению Е.И. Рогова, психическое выгорание вызывается специфическими отличиями сферы мотивации трудового субъекта, состоящие в субъективной сверхзначимости трудовой деятельности при низких функциональных и энергетических возможностях, а также при низких значениях интеллекта [6].

Список использованных источников и литературы

1. Авдеева, Ю.В. Эмоциональное выгорание у воспитателей детского сада / Ю.В. Авдеева // Вопросы психологии. – 2015. – № 2. – С. 13 –20.
2. Акулинина, Ю.Н. Профилактика профессионального «выгорания» специалистов социальной сферы / Ю.Н. Акулинина // Социальная педагогика. – 2013. – № 5. – С. 94 – 102.
3. Аминов Н.А. Дифференциальный подход к исследованию структурной организации главных компонентов педагогических способностей //Вопросы психологии. – 2007, №5. – С. 5-17.
4. Андреева И.Н. Понятие и структура эмоционального интеллекта //Социально-психологические проблемы ментальности: 6-я Международная научно-практическая конференция. – Смоленск, 2004. – Ч.1. – С.22-26.
5. Андрунь, С.В. Синдром профессионального выгорания у педагогов и его влияние на психологическое здоровье детей / С.В. Андрунь // Дошкольная педагогика. – 2009. – № 2 . – С. 50 – 51.
6. Аппаев М.Б. Психологические причины и способы предупреждения конфликтов между учителями и школьниками: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Ставрополь: 2008. – 24с.
7. Асмаковец, Е.С. Взаимосвязь синдрома «эмоционального выгорания» и копинг-поведения / Е.С. Асмаковец // Психология и школа. – 2012. – № 2. – С. 94 - 99.
8. Безносков С.П. Профессиональная деформация личности - СПб.: Речь, 2007.– 272с.
9. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других – М.: ИИД Филинь, 2011. – 472 с.
10. Вассерман, Л. И. Совладание со стрессом: теория и психодиагностика [Текст] / Л.И. Вассерман, В.А. Абабков, Е.А. Трифонова. - СПб.: Речь, 2010. - 192 с.
11. Водопьянова, Н. Е., Старченкова, Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика [Текст] / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб.: Питер, 2008. - 338 с.
12. Водопьянова, Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. - СПб.: Питер, 2009. – 178 с.
13. Гаврилова, А.В. Исследование взаимосвязи психического выгорания с коммуникативными качествами педагогов / А.В. Гаврилова // Психология обучения. – 2015. – № 8. – С. 84 – 91.
14. Грабе, М. Синдром выгорания - болезнь нашего времени [Текст] / М. Грабе. - СПб.: Речь, 2008. - 96 с.
15. Емельянова, М. «Профессиональный кризис» / М. Емельянова // Директор школы. – 2012. – № 8. – С. 43 – 49.
16. Емельянова, М.Н. Профессиональная стагнация и «эмоциональное выгорание» педагогов как проблема управления / М.Н. Емельянова // Воспитательная работа в школе. – 2013. – № 8. – С. 46 – 55.
17. Емельянова, М.Н. Как избежать профессиональной стагнации и «эмоционального выгорания» у педагогов / М.Н. Емельянова // Педагогическая диагностика. – 2013. -№ 6. – С. 99 – 112.
18. Журавлев, Г. «Эмоциональное выгорание» в педагогической деятельности и способы его профилактики / Г. Журавлев // Народное образование. – 2008. – № 5. – С. 114 – 120.
19. Иванова, Т.В. Ресурсы личности в преодолении педагогом кризиса эмоционального выгорания / Т. В. Иванова, Т.В. Артемьева // Высшее образование сегодня. – 2010. – №11. – С. 35 – 38.
20. Китаев-Смык Л.А. Социально-психологические проявления стресса и синдрома «выгорания личности» /Л.А.Китаев-Смык, Э.С.Боброва// Активизация личности в системе общественных отношений. Тезисы докладов к VII съезду Общества психологов СССР. – М., 2009. – С. 24- 25.
21. Кутьина, Е. Эмоциональное «Выгорание» педагога дошкольного образовательного учреждения: диагностика и профилактика / Е. Кутьина // Детский сад от А до Я. – 2010. – №1. – С. 125 – 131.

22. Лазарева, Н.В. Диагностика синдрома эмоционального выгорания / Н.В. Лазарева // Школьные технологии. – 2009. – №1. – С. 171–176.
23. Ломов, Б. Ф. Проблема общения в психологии [Текст] / Б.Ф. Ломов. – М.: Просвещение, 2010. – 382 с.
24. Лукьянова, Н.А. Профессиональное самосознание педагога и синдром эмоционального выгорания / Н.А. Лукьянова // Начальная школа плюс до и после. – 2012. – № 4. – С. 72 – 74.
25. Лэнгле, А. Эмоциональное выгорание с позиций экзистенциального анализа [Текст] / А. Лэнгле // Вопросы психологии. – 2008. – № 2. – С. 3-16.
26. Майстренко, В. И. Взаимосвязь синдрома эмоционального выгорания и степени удовлетворенности профессиональных потребностей учителей / В. И. Майстренко // Психологическая наука и образование. – 2010. – № 1. – С. 21 – 29.
27. Макарова, Г. А. Синдром эмоционального сгорания [Текст] / Г.А. Макарова // Психотерапия.- 2003. – № 11. – С. 18-20.
28. Мельник, Л.В. Профилактика эмоционального выгорания педагогов / Л. В. Мельник, Т. В. Шубина // Детский сад от А до Я. – 2013. – №1. – С. 88 – 99.
29. Ронгинская Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях // Психологический журнал. – 2014, № 3. – С. 85-95.
30. Орел, В.Е. Синдром психического выгорания личности / В.Е. Орел. – М.: Институт психологии РАН, 2005. – 128 с.
31. Осипова, А. А. Общая психокоррекция [Текст] / А.А. Осипова. – М.: Сфера, 2012. – 510 с.
32. Полунина, О. В. Увлечённость работой и профессиональное выгорание: особенности взаимосвязей [Текст] / О.В. Полунина // Психологический журнал. – 2009. – Т. 30. – № 1. – С. 78-85.
33. Пряжников, Н.С. Стратегии преодоления синдрома "эмоционального выгорания" в работе педагога / Н.С. Пряжников, Е.Г.Ожогова // Психологическая наука и образование. – 2008. – № 2. – С. 87 – 95.
34. Ракицкая, А. В. Синдром эмоционального выгорания у педагогов с различным уровнем реактивной агрессии / А.В. Ракицкая // Психология обучения. –2015. – № 11. – С. 70 – 76.
35. Сазонова, Н. П. К вопросу о формировании профессионального здоровья педагогов дошкольного образования / Н.П. Сазонова // Дошкольная педагогика. – 2013. – № 2. – С. 49 – 52.
36. Семенова, Н. Ю. Работа с педагогами по профилактике синдрома профессионального выгорания / Н. Ю. Семенова // Дошкольная педагогика. – 2014. – № 3. – С. 53-54
37. Семиздралова, О. Предупреждение эмоционального выгорания педагога / О. Семиздралова // Социальная педагогика. – 2009. – № 6 . – С. 98 –106.
38. Семиздралова, О. Феномен эмоционального выгорания учителя и его предупреждение / О. Семиздралова // Народное образование. – 2009. – № 7. – С. 116 – 123.
39. Сергеева, Л. С. Синдром профессионального выгорания; психотерапия и профилактика [Текст] / Л. С. Сергеева. – СПб.: СПбМА-ПО, 2006. – 18 с.
40. Сидоров, П. Синдром эмоционального выгорания [Текст] / П. Сидоров // Медицинская газета. – 2005. – №43. – С.25-32.
41. Сипайлова, Н. А. Профилактика профессионального выгорания воспитателя ДОУ [Текст] / Н.А. Сипайлова// Коррекционная работа в ДОУ. Советы специалиста. – 2015. – №4. – С. 16-23.
42. Сташкова, Т. Н. Проблемы эмоционального выгорания педагогов детского сада / Т. Н. Сташкова // Современное дошкольное образование. Теория и практика. – 2010. – № 5 . – С. 66 – 73.
43. Сыманюк, Э. Противодействие профессиональным деформациям / Э. Сыманюк // Народное образование. – 2010. – № 9. – С. 265 – 269.
44. Усманова, М. Н., Бафаев, М. М., Остонов, Ш. Ш. Симптомы эмоционального выгорания современного педагога [Текст] / М.Н. Усманова, М.М. Бафаев, Ш.Ш. Остонов // Наука. Мысль: электронный периодический журнал. – 2014. – №10. – 23-32.
45. Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя //Вопросы психологии. – 2012, № 6. – С.57-64.
46. Хухлаева, О.В. Основные направления профилактики эмоционального выгорания педагогов / О.В. Хухлаева // Народное образование. –2010. – № 7. – С. 278 – 282.
47. Черлунчакевич, А.И. Программа по профилактике профессиональной деформации педагога / А.И. Черлунчакевич // Психология обучения. – 2013. – № 6. – С. 125 – 142.
48. Штанько, И.В. Искусство как средство профилактики эмоционального «выгорания» педагога / И. В. Штанько // Современный детский сад. –2013. – № 7. – С. 26 – 31.
49. Янковская, Н. Проблемы эмоционального выгорания педагогов: советы специалиста / Н. Янковская //

Воспитание школьников. – 2009. – №3 . –С. 89 –101.

50. Янковская, Н. Эмоциональное выгорание учителя / Н. Янковская // Народное образование. –2009. – № 2 . – С. 127 –137.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye->

[D0%BD%D0%B0%D1%8F%20%D0%BA%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%84%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D1%86%D0%B8](https://studservis.ru/gotovye-)