

Кісліцина М. В. Поширеність та особливості прояву професійного вигорання серед педагогічних працівників загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів / М. В. Кісліцина // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 19. Корекційна педагогіка та спеціальна психологія. Зб. наукових праць. – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. – № 22. – С. 339–343.

УДК: 159.9

**ПОШИРЕНІСТЬ ТА ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ
ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ СЕРЕД ПЕДАГОГІЧНИХ
ПРАЦІВНИКІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ЗАКЛАДІВ
ДЛЯ РОЗУМОВО ВІДСТАЛИХ УЧНІВ**

Кісліцина М.В.

Аспірантка кафедри корекційної психопедагогіки
Інституту корекційної педагогіки і психології
НПУ імені М.П. Драгоманова

У статті розкриваються результати дослідження професійного вигорання серед вчителів спеціальних загальноосвітніх шкіл, розглянуті складові професійного вигорання та їх особливості у зазначеній групі фахівців.

Ключові слова: професійне вигорання, вчителі спеціальних загальноосвітніх шкіл, компоненти професійного вигорання.

В статье раскрываются результаты исследования профессионального выгорания среди учителей специальных общеобразовательных школ, рассмотрены составляющие профессионального выгорания и их особенности у названной группы специалистов.

Ключевые слова: профессиональное выгорание, учителя специальных общеобразовательных школ, компоненты профессионального выгорания.

The article reveals results of a study of the professional burnout among teachers of special comprehensive school, considered components of the professional burnout and their feature.

Key words: professional burnout, teachers in establishments of special education, components of professional burnout.

Актуальною проблемою сучасних психологічних досліджень залишається професійне вигорання, яке здійснює руйнівний вплив не тільки на діяльність професіонала, але й на фізичне, психічне здоров'я фахівця та на всю організацію у цілому.

Первісно потенційно схильними до професійного вигорання вважалися соціальні працівники, медики й адвокати, що пояснювалося специфічними особливостями цих «допомагаючих» професій. Сьогодні практично в усіх групах фахівців «комунікативних» професій (учителі, поліцейські, робітники пенітенціарних установ, політики, торговий персонал, страхові агенти, менеджери, службовці комерційних банків, агенти нерухомості, медсестри, лікарі-терапевти) є особи з високим і середнім рівнем професійного вигорання [2].

Аналіз сучасної наукової літератури засвідчує, що перелік фахівців, які потерпають від професійного вигорання не обмежується сферою „людина-людина”. Професійне вигорання притаманне також професіям інших типів, таких як „людина-техніка”, наприклад, льотчикам (А.В. Сечко, 2006); „людина-знакова система”, наприклад, муніципальним та державним службовцям (Ю.І. Виданова, 2008). Однак групою фахівців, найбільш схильною до професійного вигорання, вважаються педагоги [3, 5].

Сучасні автори, які вивчають проблему професійного вигорання вчителів (М.М. Скугаревська, 2003; М.В. Борисова, 2005), притримуються думки, що наявність професійного вигорання є свідомством психологічного професійного неблагополуччя педагога та негативно впливає на здоров'я та ефективність виконуваної діяльності. А.К. Маркова вважає, що професійне вигорання виникає внаслідок душевної перевтоми, це своєрідна плата за співчуття, коли у професійні обов'язки входить віддача тепла власної душі.

На нашу думку, особливої уваги вимагає дослідження професійного вигорання серед педагогічних працівників загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів у зв'язку з тим, що їх професійна діяльність є глибоко специфічною. Аналіз теоретичних та практичних досліджень щодо професійного вигорання виявляє недостатню розробленість проблеми професійного вигорання зазначеної категорії фахівців.

Актуальність зазначеної проблеми та її значущість обумовили потребу дослідження професійного вигорання серед педагогічних працівників загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів, *метою* якого стало визначення ступеня розвитку та особливостей прояву професійного вигорання зазначеної групи фахівців.

У дослідженні ми ставили перед собою такі *завдання*:

1. Вивчити рівень розвитку професійного вигорання у вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів.

2. Розкрити психологічні особливості прояву професійного вигорання у вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів шляхом порівняння з даними про професійне вигорання вчителів загальноосвітніх шкіл.

Методика й організація дослідження

У дослідженні взяли участь 104 вчителі спеціальних загальноосвітніх шкіл та шкіл-інтернатів м. Сум та Сумської області (6 закладів). 34 вчителі працюють у спеціальних загальноосвітніх школах, 70 – у спеціальних загальноосвітніх школах-інтернатах. Вік досліджуваних: від 20 до 63 років. Стаж роботи: від 4 місяців до 45 років.

Для вирішення завдань дослідження було використано такі методи: а) діагностика рівня емоційного вигорання за методикою В.В.Бойко; б) метод анкетування; в) порівняльний метод; г) кількісний (математико-статистичний) та якісний аналіз. Для виявлення статистично значущих відмінностей між різними групами педагогічних працівників, використовувався критерій „хі-квадрат”.

Методика діагностики рівня емоційного вигорання В.В. Бойко дає нам можливість побачити докладну картину професійного вигорання. За В.В. Бойко [1], професійне вигорання складається з трьох компонентів:

1. Напруження. Характеризується такими симптомами, як: 1) переживання психотравмуючих обставин; 2) незадоволеність собою; 3) «загнаність у клітку»; 4) тривога й депресія.

2. Резистенція. Характеризується такими симптомами, як: 1) неадекватне вибіркоче емоційне реагування; 2) емоційно-моральна дезорієнтація; 3) розширення сфери економії емоцій; 4) редукція професійних обов'язків.

3. Виснаження. Характеризується такими симптомами, як: 1) емоційний дефіцит; 2) емоційне відчуження; 3) особистісне відчуження (деперсоналізація); 4) психосоматичні та психовегетативні порушення.

Отже, кожен компонент професійного вигорання складається з 4 симптомів. Кожен компонент і кожен симптом мають три рівні розвитку: низький, середній та високий. Компоненти синдрому можуть комбінуватись у різні індивідуальні профілі професійного вигорання.

Результати дослідження та їх обговорення

Отримані в результаті дослідження дані дозволили оцінити особливості прояву всіх компонентів професійного вигорання вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів. За результатами дослідження аналізувалися, по-перше, рівень розвитку компонентів професійного вигорання серед вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів. По-друге, результати замірів порівнювалися з результатами аналогічних досліджень серед вчителів, проведених Т.В. Зайчиковою [4] за цією ж методикою, з метою виявлення наявності чи відсутності особливостей прояву компонентів і симптомів професійного вигорання у вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів.

Як видно з таблиці 1, домінуючим компонентом у професійному вигоранні вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів є «резистенція», який за В.В. Бойком, характеризується згортанням професійних

обов'язків, зменшенням взаємодії з колегами та учнями, розширенням сфери економії емоцій, бажанням побути на самоті, неадекватним емоційним реагуванням тощо. 54,8% опитаних мають високий рівень розвитку даного компоненту, у той же час у 26,0% опитаних виявлено високий рівень розвитку третього компоненту професійного вигорання – виснаження, а у 23,1% опитаних – високий рівень розвитку першого компоненту професійного вигорання – напруження. Таким чином, можна говорити про те, що *розвиток професійного вигорання у вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів відбувається саме через другий компонент синдрому.*

Таблиця 1

Рівень розвитку компонентів професійного вигорання
у вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів

№ з/п	Компоненти професійного вигорання	Рівні розвитку компонентів професійного вигорання (у % від загальної кількості опитаних)		
		Низький	Середній	Високий
1.	Напруження	41,3	35,6	23,1
2.	Резистенція	14,4	30,8	54,8
3.	Виснаження	43,2	30,8	26,0

Такий висновок підкріплюється і даними про розвиток у вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів *окремих симптомів професійного вигорання.* Дані, отримані в результаті дослідження, свідчать про те, що у вчителів зазначеної категорії у професійному вигоранні домінують симптоми другого компоненту – резистенції (табл. 2).

Якщо проранжувати симптоми професійного вигорання за частотою виникнення, то *перше місце* отримає симптом *«редукція професійних обов'язків»* – у 62,5% опитуваних він є сформованим. Даний симптом проявляється у згортанні емоційної взаємодії з учнями та колегами, у зниженні пильності та неуважності до дітей та їх проблем, у обмеженні змісту роботи з учнями формальним виконанням програмових вимог, у зниженні якості роботи та роботі через силу.

Друге місце має симптом «неадекватне вибіркоче емоційне реагування» – 56,7% опитуваних. Даний симптом проявляється у зниженні настрою, у неможливості запобігти впливу поганого настрою на контакти з колегами, учнями та їх батьками; у обмеженні емоційної віддачі, у емоційній черствості, байдужості, що призводить до ще більшого обмеження емоційних контактів з учасниками педагогічного процесу.

Третє – симптом «переживання психотравмуючих обставин» – 51,9% опитуваних. Даний симптом проявляється посиленням усвідомлення психотравмуючих факторів професійної діяльності, які важко або взагалі не можливо усунути, роздратування цими обставинами росте, накопичується відчай та обурення.

Четверте місце – симптом «розширення сфери економії емоцій» – 48,1% опитуваних. Даний симптом проявляється поза межами професійної області – у спілкуванні з друзями, знайомими – небажанням спілкуватися навіть з близькими, бажанням побути на самоті. Цьому симптому В.В. Бойко дав другу дуже влучну назву – симптом „отруєння людьми”.

П'яте – симптом «емоційний дефіцит» – 35,6% опитуваних. Вчителі відчувають, що емоційно вони не можуть допомагати суб'єктам своєї діяльності, не можуть співпереживати, бути чуйними; усе рідше проявляються позитивні емоції і все частіше негативні. Різкість, грубість, роздратованість, образи, капризи доповнюють симптом емоційного дефіциту.

Шосте місце має симптом «психосоматичні та психовегетативні порушення» – 34,6% опитуваних. Даний симптом проявляється на рівні фізичного та психічного самопочуття у вигляді безсоння, неприємних відчуттів у області серця, судинних реакцій, головних болів, загострення хронічних захворювань та ін.

Сьоме – симптом «емоційно-моральна дезорієнтація» – 28,8% опитуваних. Даний симптом ніби поглиблює неадекватну реакцію у стосунках з учнями та колегами. Нерідко у професіонала виникає потреба у самовиправданні. Не проявляючи необхідного емоційного ставлення до

суб'єкта, він захищає свою стратегію. При цьому звучать судження: „це не той випадок, щоб переживати”, „чому я повинен за всіх хвилюватися”, „таким не можна співчувати”... Подібні думки та оцінки свідчать про те, що емоції не спонукають або недостатньо стимулюють моральні почуття.

Далі симптоми розташувалися так: восьме місце – симптом „тривога й депресія” (27,9 %), дев'яте – симптом „особистісне відчуження (деперсоналізація)” (22,1%), десяте – симптом „емоційне відчуження” (20,2%), одинадцяте – симптом «Загнаність у клітку» (17,3%), дванадцяте – симптом „незадоволеність собою” (8,6%).

Таблиця 2

Особливості прояву симптомів професійного вигорання у вчителів
загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів

№ з/п	Симптоми професійного вигорання	Компоненти	Відсоток від загальної кількості опитаних
1.	Редукція професійних обов'язків	Р	62,5
2.	Неадекватне вибіркове емоційне реагування	Р	56,7
3.	Переживання психотравмуючих обставин	Н	51,9
4.	Розширення сфери економії емоцій	Р	48,1
5.	Емоційний дефіцит	В	35,6
6.	Психосоматичні та психовегетативні порушення	В	34,6
7.	Емоційно-моральна дезорієнтація	Р	28,8
8.	Тривога й депресія	Н	27,9
9.	Особистісне відчуження (деперсоналізація)	В	22,1
10.	Емоційне відчуження	В	20,2
11.	«Загнаність у клітку»	Н	17,3
12.	Незадоволеність собою	Н	8,6

Н – напруження; Р – резистенція; В - виснаження

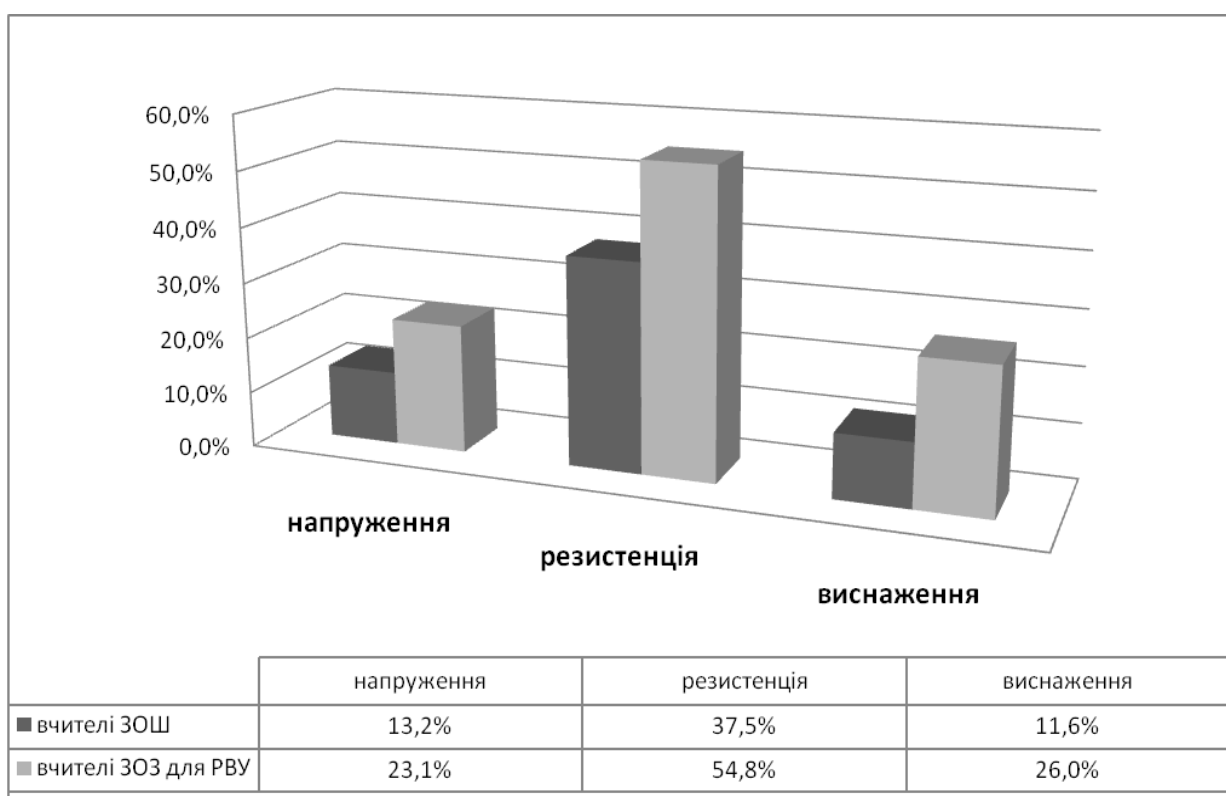
Отже, отримані дані дають нам можливість розкрити сутність поведінкових реакцій вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів при виникненні професійного вигорання. Переважна більшість опитаних вчителів, на наш погляд, схильні до такої захисної реакції, як «економія емоцій», що відображається на стосунках з оточуючими, може призводити до неадекватних емоційних реакцій, а також провокує редукцію професійних обов'язків.

З метою виявлення особливостей прояву професійного вигорання у вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів ми порівняли результати нашого емпіричного дослідження з результатами аналогічного дослідження серед вчителів загальноосвітніх шкіл, проведених Т.В. Зайчиковою [4] за методикою В.В. Бойко.

Порівняння сформованих компонентів професійного вигорання вчителів загальноосвітніх шкіл та спеціальних загальноосвітніх закладів представлено на мал. 1.

Малюнок 1.

Порівняння прояву компонентів професійного вигорання у вчителів загальноосвітніх шкіл та загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів



Компонент „резистенція” є найбільш сформованим в обох групах вчителів. Але кількість вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів, у яких на високому рівні сформовані всі три компоненти професійного вигорання, більша. Ця особливість, на нашу думку, пов’язана зі специфікою професійної діяльності вчителя спеціальної школи, що характеризується наявністю психологічно важкого контингенту, перевантаженою емоціями комунікативною діяльністю – спілкування з учнями, колегами, адміністрацією, батьками. Крім того спостерігається невідповідність отримуваних результатів затраченим інтелектуальним, фізичним та емоційним силам тощо. Все це створює для вчителя спеціальної школи умови постійного емоційного напруження.

Таблиця 3

Порівняння сформованих симптомів професійного вигорання у вчителів загальноосвітніх шкіл та вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів

Компоненти ПВ	Симптоми професійного вигорання	Вчителі ЗОШ		Вчителі спеціальних ЗОШ і ЗОШ	
		%	Ранг	%	Ранг
Напруження	Переживання психотравмуючих обставин	31,5	4	51,9	3
	Незадоволеність собою	11,9	10	8,6	12
	«Загнаність у клітку»	9,6	12	17,3	11
	Тривога й депресія	25,8	7	27,9	8
Резистенція	Неадекватне вибіркоче емоційне реагування	53,0	1	56,7	2
	Емоційно-моральна дезорієнтація	31,3	5	28,8	7
	Розширення сфери економії емоцій	32,6	3	48,1	4
	Редукція професійних обов’язків	44,2	2	62,5	1
Виснаження	Емоційне відчуження	10,9	11	20,2	10
	Емоційний дефіцит	14,2	9	35,6	5
	Особистісне відчуження (деперсоналізація)	14,7	8	22,1	9

	Психосоматичні та психовегетативні порушення	28,2	6	34,6	6
--	--	------	---	------	---

У ході аналізу результатів, представлених у табл. 3, привертає увагу доволі схожа рангова структура симптомів професійного вигорання у вчителів загальноосвітніх шкіл та вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів. Але яскраво проявляється більша частота прояву майже всіх симптомів професійного вигорання у групі вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів. Крім того можна помітити суттєві відмінності у проявах деяких симптомів професійного вигорання зазначених груп педагогічних працівників. Так симптом „емоційний дефіцит” зустрічається у вчителів спеціальних ЗОШ на 21,4 % частіше, крім того він займає 5-те місце серед симптомів професійного вигорання, тоді як серед вчителів ЗОШ він знаходиться на 9-му місці. Це особливо непокоїть зважаючи на те, що серед найважливіших якостей вчителя спеціальної школи ряд авторів (Назарова Н.М., 2000; Генкіна В.А., 2000) називають емпатійне ставлення до дітей, доброту, готовність прийти на допомогу в критичних ситуаціях, прагнення до системних, стабільних, продуктивних контактів. Під впливом професійного вигорання вчитель спеціальної школи стає нездатним проявити ті якості, які є необхідними умовами педагогічної взаємодії з розумово відсталими учнями.

Серед вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів також частіше зустрічається симптом „переживання психотравмуючих ситуацій” (на 20,4%). Збільшення кількості ситуацій, які вчитель оцінює як психотравмуючі, посилене почуттям неможливості змінити щось, поглиблює відчуття емоційного дефіциту та призводить до розширення сфери економії емоцій, яка поширюється з професійної сфери на сімейну сферу та сферу дозвілля (симптом „розширення сфери економії емоцій” зустрічається на 15,5% частіше). Розширення сфери економії емоцій супроводжується також зменшенням емоційних проявів і реакцій, а також прагненням мінімізувати особистісне залучення при виконанні професійних обов’язків. Звуження сфери емоційних контактів, що викликане емоційним виснаженням та прагненням до

економії емоцій, призводить до посилення переживання емоційного дефіциту та переживання почуття незрозумілості, непотрібності, самотності.

Симптом „редукція професійних обов’язків”, як видно з табл. 3, є найпоширенішим серед вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів і зустрічається на 18,3 % частіше в порівнянні з вчителями ЗОШ. Але в обох групах вчителів даний симптом входить до трійки домінуючих симптомів, що підвищує ризик недбалого виконання або уникнення виконання професійних обов’язків.

Проте серед вчителів спеціальних шкіл та шкіл-інтернатів декілька нижчі показники таких симптомів як „емоційно-моральна дезорієнтація” (на 2,5%) та „незадоволеність собою” (на 3,3%). Привертає увагу той факт, що всі симптоми компоненту „резистенція” проявлені сильніше у вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів, а симптом „емоційно-моральна дезорієнтація” зустрічається рідше та має нижчий ранг у порівнянні з вчителями ЗОШ (7 та 5 місце відповідно). Симптом „незадоволеність собою” у вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів займає останнє (12-те) місце у рейтингу симптомів професійного вигорання (у вчителів ЗОШ – 10-те).

Висновки

Результати нашого дослідження свідчать про те, що вчителі загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів більш схильні до професійного вигорання, причини даного явища будуть предметом наших подальших дослідження. Можливо, це не лише специфічний контингент учнів, а й відмінні умови праці або/та особистісні особливості вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів. У цілому ж зазначимо, що для вчителів загальноосвітніх закладів для розумово відсталих учнів, обстежених нами, властиве переважання такого компоненту професійного вигорання як „резистенція”, домінуючими симптомами професійного вигорання є „редукція професійних обов’язків”, „неадекватне вибіркоче емоційне реагування”, „переживання психотравмуючих обставин”.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. – М.: Филин, 1996. – 472 с.
2. Водопьянова Н.С., Старченкова Е.С. Психическое «выгорание». Пути преодоления // Мир медицины. – 2001. – № 9-10. – С. 44-45.
3. Водопьянова Н.С., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.: ил.
4. Зайчикова Т.В. Особливості прояву та детермінанти синдрому «професійного вигорання» у педагогічних працівників // Актуальні проблеми психології. Том.1.: Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія: Зб. наукових праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України / За ред. Максименка С.Д., Карамушки Л.М. – К.: Міленіум. – 2003. – Частина 9. – С. 103-108.
5. Орел В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования и перспективы // Психологический журнал, 2001. – Т.22. –№1. – С.99-101.