

Изучение подструктур личности ведется с помощью шкал.

Содержательные характеристики шкал (негативные проявления):

Ø **Психоэмоциональное истощение** – процесс истощения эмоциональных, физических, энергетических ресурсов профессионала, работающего с людьми. Истощение проявляется в хроническом эмоциональном и физическом утомлении, равнодушии и холодности по отношению к окружающим с признаками депрессии и раздражительности.

Ø **Личностное отдаление** – специфическая форма социальной дезадаптации профессионала, работающего с людьми. Личностное отдаление проявляется в уменьшении количества контактов с окружающими, повышении раздражительности и нетерпимости в ситуациях общения, негативизме по отношению к другим людям.

Ø **Низкий уровень или отсутствие профессиональной мотивации** – проявляется низкой профессиональной эффективностью и отдачей, стремлением работника облегчить или сократить обязанности, которые требуют энергетических затрат в работе с детьми; снижением потребности в достижениях и снижением успешности в работе с людьми.

5. Интерпретация результатов опроса

1. Психоэмоциональное истощение (далее ПИ)

Опрошенных по полученным результатам можно объединить в 5 групп (*см. Таблицу 1*):

Таблица 1. Результаты по шкале «психоэмоциональное истощение»

Крайне низкие	Низкие значения	Средние значения	Высокие значения	Крайне высокие
4,1%	30,4%	53,6%	8,1%	3,8%

· Педагоги, у которых преобладают крайне низкие значения ПИ (**4,1%**) отличаются неограниченностью диапазона и интенсивностью включения эмоций в профессиональное общение. Такие педагоги, как правило, чрезмерно эмоциональны, не сдержаны, конфликтны.

· Педагоги, у которых преобладают низкие значения ПИ (**30,4%**), отличаются большим запасом энергетических ресурсов, в профессиональной сфере активны, но не всегда могут контролировать свои эмоции.

- Группа обследованных (**52,6%**), у которых выявлены средние значения психоэмоционального истощения соответствует норме, характеризуются, активной жизненной установкой, позитивным мышлением, адекватной самооценкой, самоуважением и самодостаточностью.
- Группа педагогов (**8,1%**), уровень психоэмоционального истощения которых соответствует высоким значениям, отличается негативной установкой по отношению к своей работе, негативной самооценкой, усилением пассивности. Такие педагоги относятся к группе риска – лица с повышенной угрозой нарушения психического здоровья.
- Педагоги с крайне высоким уровнем ПИ (**3,8%**), характеризуются хроническим эмоциональным и физическим утомлением, пренебрежением к исполнению своих обязанностей, равнодушием и холодностью по отношению к окружающим, в том числе, к детям.

II. Личностное отдаление (далее ЛО)

По данной шкале результаты распределились таким образом (*см. Таблицу 2*):

Таблица 2. Результаты по шкале «личностное отдаление»

Крайне низкие	Низкие значения	Средние значения	Высокие значения	Крайне высокие
3,8%	15,7%	65%	11,4%	4,1%

- **3,8%** опрошенных педагогов попали в группу крайне низких значений, что позволяет говорить о недостаточной гибкости в их профессиональном поведении и в целом в коммуникативных процессах. У лиц с такими значениями ЛО наблюдается поверхностное и избирательное общение.
- **15,7%** испытуемых имеют низкие значения по шкале ЛО, что свидетельствует о наличии у педагогов желания контактировать с людьми, их включенности в работу и дела других людей.
- Средние значения (**65%**) характеризуют педагогов как общительных людей, умеющих в конфликтных ситуациях находить конструктивное решение, проявляющих терпимость и доброжелательность к окружающим.

- Высокие значения по данной шкале (**11,4%**) могут говорить о дезактивизации поведения или деятельности, проявляющейся в уменьшении количества контактов с окружающими, нетерпимости, негативизме по отношению к другим людям.
- Крайне высокие показатели (**4,1%**) свидетельствуют о социальной дезадаптации, об избегании работниками взаимодействия с окружающими, повышенной раздражительности, конфликтности в ситуациях общения.

III. Профессиональная мотивация (далее ПМ), см. Таблицу 3

Таблица 3. Результаты по шкале «профессиональная мотивация» (ПМ).

Крайне низкие	Низкие значения	Средние значения	Высокие значения	Крайне высокие
0,2%	0,8%	10,8%	13,4%	74,8%

- Крайне низкие значения (**0,2%**) характеризуют педагогов, как людей с чувством низкой профессиональной эффективности и отдачи. У таких педагогов проявляются попытки облегчить или сократить обязанности, которые требуют энергетических затрат в работе с детьми.
- Низкие значения (**0,8%**), свидетельствуют о снижении потребности в достижениях в различных сферах жизни и успешности в работе с людьми.
- Педагоги, у которых преобладают средние значения по данной шкале (**10,8%**), обладают адекватной самооценкой собственной профессиональной компетентности. Чувства неудовлетворенности работой и отношениями в коллективе появляются крайне редко. Такие испытуемые, как правило, видят перспективу собственного развития, равномерно распределяют нагрузку, оптимистичны и заинтересованы в работе.
- Высокие значения (**13,4%**) могут говорить о высоком уровне притязаний педагогов. Это может быть инициировано как руководителем учреждения (административное принуждение к участию в конкурсах, интенсивная нагрузка педагогов), так и жизненной позицией испытуемых, перфекционизмом.

IV. Индекс психического «выгорания» (далее ИПВ)

Комплексный анализ показателей позволяет сделать вывод о **преобладании средних значений по общему индексу психического «выгорания» (см. Таблицу 4)**, что

говорит о нормальном развитии эмоциональной сферы у **60,5%** обследованных педагогов. Опрошенные, попавшие в эту категорию, могут оптимально распределять рабочую нагрузку и в полной мере восполнять потраченную энергию, они обладают достаточными собственными ресурсами, чтобы противостоять выгоранию, связанному с особенностями профессиональной деятельности.

Качественно-количественный анализ результатов проведенного исследования показал, что **25,1%** опрошенных педагогов обнаруживают выраженные признаки профессионального выгорания, а еще **10,7%** имеют уже сложившийся синдром выгорания.

Анализ данных позволяет также выявить группу из **7** педагогов с крайне низкими и низкими значениями ИПВ(**3,7%**), это лица с большим энергетическим запасом, практически не подверженные процессу психоэмоционального выгорания.

Таблица 4. Результаты по индексу психического «выгорания» (ИПв)

Крайне низкие	Низкие значения	Средние значения	Высокие значения	Крайне высокие
0,1%	3,6%	60,5%	25,1%	10,7%

Вывод:

Проведенное психодиагностическое обследование, а также сравнительный анализ данных позволили получить информацию о степени выраженности синдрома эмоционального выгорания среди педагогов МОБУ «ООШ №8», а также выявить тенденции и устойчивые закономерности в характере формирования и протекания рассматриваемого явления.

По данным проведенного в апреле 2021г. мониторинга, профессиональные деформации в педагогической деятельности наблюдаются у **35,8%** обследованных педагогов «ООШ №8». Полученные результаты дают основание предположить, что такой социальный фактор образовательной среды, как *преобладающий негативный эмоциональный фон у педагога, может отрицательно повлиять на психологическую комфортность обучающегося в «ООШ № 8»*

Необходимо предпринять попытки создания условий, способствующих изменению сложившейся ситуации и сохранению профессионального здоровья педагогов. В том числе, посредством проведения цикла мероприятий психопрофилактической и психокоррекционной направленности. Так как, согласно социально-психологическим нормативам, ситуация в коллективе с точки зрения его психоэмоционального состояния лишь в том случае считается стабильной (нормальной), если признакам выгорания подвержен лишь каждый 5-й работник (20% от всего коллектива). В проведенном опросе синдром выгорания встречается практически в 2 раза чаще (у 35,8% опрошенных).

В коррекционно-профилактические мероприятия для улучшения психологического климата в коллективе:

Сентябрь:

проведение тренингов личностного роста :

- самодиагностика (работа с тестами);
- упражнения на отработку навыков самоанализа;
- психотехнические игры на рефлексирование, расслабление, активизацию;
- обсуждение, рефлексия;

элементы проектирования и прогнозирования жизненного пути

Октябрь: *психологическое консультирование*. Психологическое консультирование можно определить как непосредственную работу с людьми, где основным средством воздействия является определенным образом построенная беседа. Психологический смысл консультирования заключается в том, чтобы помочь человеку понять причины проблем в социальном взаимодействии: в личных, семейных и профессиональных контактах. (По запросу педагогов и руководителей методических объединений).

Ноябрь:

Проведение психологического семинара, направленного на закрепление у педагогов знаний о психическом здоровье, его составляющих, о механизмах и различных способах саморегуляции негативных психических состояний, возникающих в педагогической деятельности;

- разработка рекомендаций по последовательному и целенаправленному использованию методов работы в повседневной практике педагога для оптимального использования своего рабочего времени.

Педагог-психолог:

Сорокина Ольга Ивановна.

Директор МБОУ «Основная
общеобразовательная школа № 8»



Н.А.Ганзюк