



ИТОГИ

психолого-педагогического диагностического обследования «Уровень эмоционального выгорания педагогов образовательного учреждения - 2022»



*Выступление подготовила
педагог-психолог Соколова О.С.*



Психологическая служба ставила перед собой следующие задачи:

- оценить уровень эмоционального выгорания педагогического коллектива, работающего с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья;
- проанализировать ситуацию о выраженности и рисках психологического насилия со стороны педагогов в образовательном учреждении.



Диагностическое обследование проводилось методом самооценивания педагогов по «Методике диагностики уровня эмоционального выгорания В.В.Бойко»





Охват

В обследовании принимали участие педагоги трех корпусов МАОУ «Школа-интернат №4 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» г.Перми.

Обследование проводилось анонимно, но желающие могли шифром обозначить свои анкеты и получить развернутые рекомендации по итогам диагностики.

В мониторинге приняли участие:

- 118 педагогов, что составляет 70% от всего педагогического коллектива школы.



У 20% обследованных педагогов выявлен симптом «переживание психотравмирующих обстоятельств», который проявляется как осознание психотравмирующих факторов деятельности, которые трудно устранить. Накапливается отчаяние и негодование. Неразрешимость ситуации приводит к развитию прочих явлений «выгорания».

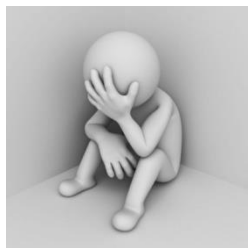


10% обследованных педагогов испытывают неудовлетворенность собой. В результате неудач или неспособности повлиять на психотравмирующие обстоятельства, эти педагоги испытывают недовольство собой, профессией, конкретными обязанностями. Действует механизм «эмоционального переноса» – энергия эмоций направляется не столько вовне, сколько на себя.





3% обследованных педагогов чувствуют «Загнанность в клетку». Чувство беспомощности, когда психотравмирующие обстоятельства давят, и ничего нельзя изменить. В данном состоянии человек пытается что-либо сделать, сосредотачивает все свои возможности – психические ресурсы: мышление, установки, смыслы, планы, цели. И если не находит выхода, наступает состояние интеллектуально-эмоционального ступора.



10% педагогов находятся в тревожном, депрессивном состоянии. Профессионал переживает личностную тревогу, разочарование в себе, в профессии или месте работы.

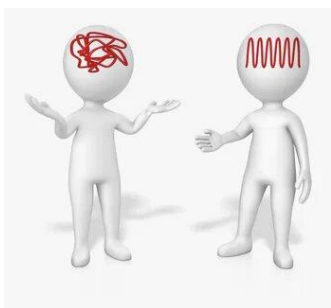


У 27% обследованных педагогов выявлен симптом «неадекватное избирательное эмоциональное реагирование» (еще у 50% опрошенных он находится в стадии формирования). Профессионал перестает улавливать разницу между двумя принципиально отличающимися явлениями: экономичное проявление эмоций и неадекватное избирательное эмоциональное реагирование.

Профессионал неадекватно «экономит» на эмоциях, ограничивает эмоциональную отдачу за счет выборочного реагирования на ситуации. Действует принцип «хочу или не хочу»: сочту нужным – уделю внимание подопечному, партнеру, будет настроение – откликнусь на его состояние и потребности. Человеку чаще всего кажется, будто он поступает допустимым образом, однако субъект общения или наблюдатель фиксирует иное – эмоциональную черствость, неучтивость, равнодушие.



У 19% обследованных педагогов выявлен симптом «эмоционально-нравственная дезориентация» (еще у 45% опрошенных он находится в стадии формирования). Профессионал не только осознает, что не проявляет должного эмоционального отношения к своему подопечному, он еще и оправдывается: «таким людям нельзя сочувствовать», «почему я должен за всех волноваться», «она еще и на шею сядет» и т.п. Подобные мысли и оценки говорят о том, что нравственные чувства педагога остаются в стороне.





У 21% обследованных педагогов выявлен симптом «расширение сферы экономии эмоций». Симптомы эмоционального выгорания проявляются вне профессиональной деятельности – дома, в общении с друзьями, знакомыми. На работе педагоги до того устают от контактов, разговоров, что не хочется общаться даже с близкими. На работе педагоги держатся, а дома замыкаются или «рычат» на супруга и детей. Домашние становятся «жертвой» эмоционального выгорания.



У 22% обследованных педагогов выявлен симптом «редукция профессиональных обязанностей» (еще у 30% опрошенных он находится в стадии формирования). Проявляется в попытке облегчить или сократить обязанности, которые требуют эмоциональных затрат.





У 18% обследованных педагогов выявлен симптом «эмоциональный дефицит». Эти педагоги ощущают, что эмоционально не могут помочь своим подопечным. Не в состоянии войти в их положение, соучаствовать и сопереживать. Появляется раздражительность, обиды, резкость, грубость.



У 10% обследованных педагогов выявлен симптом «эмоциональная отстраненность». Педагоги научились работать как бездушный автомат. Они почти полностью исключают эмоции из сферы профессиональной деятельности. В других сферах они живут полнокровными эмоциями.



У 7% обследованных педагогов выявлен симптом «личностная отстраненность (деперсонализация)». Реагирование без чувств и эмоций - наиболее яркий симптом «выгорания». Он свидетельствует о профессиональной деформации личности и наносит ущерб субъекту общения. Подопечный может быть глубоко травмирован проявленным к нему безразличием. Особенно опасна демонстративная форма эмоциональной отстраненности, когда профессионал всем своим видом показывает: «наплевать на вас».



У 12% обследованных педагогов выявлен симптом «психосоматические и психовегетативные нарушения». Если с нравственностью у педагога все нормально, он не может себе позволить «плевать» на людей, а «выгорание» продолжает нарастать – могут происходить отклонения в соматических или психических состояниях. Порой даже мысль о трудных подопечных вызывает плохое настроение, дурные ассоциации, чувство страха, неприятные ощущения в области сердца, сосудистые реакции, обострения хронических заболеваний..



Подведение итогов:



30% педагогов образовательного учреждения отказались принимать участие в анкетировании (что на 17% меньше, чем в прошлом году).

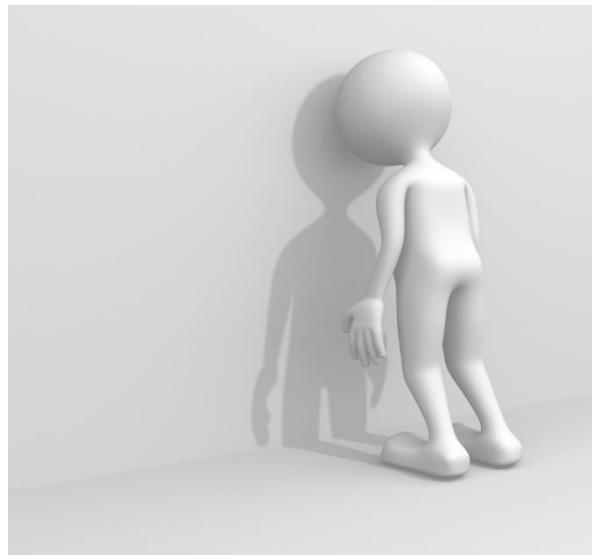
56% педагогов (что на 30% больше, чем в прошлом году), принявших участие в тестировании, находятся в стадии формирования второй фазы эмоционального выгорания - фазы резистенции, когда человек стремится к психологическому комфорту и поэтому старается снизить давление внешних обстоятельств.



10% опрошенных обучающихся не чувствуют себя защищенными от оскорблений в свой адрес со стороны педагогов школы.



*...невозможно принимать решения и действовать,
когда находишься в подавленном состоянии...*



*Как выйти из негативного состояния и набраться
сил для новых свершений?*

*...ведь жизнь не заканчивается, и только от нас
зависит, какая это будет жизнь...*



Ресурсы – это опора и основа, из которой вы живете.

Ресурсы – это силы жить.

И здесь можно сразу найти свои мощные смыслы – что для вас значит “сила”, что для вас значит “жить”?



Ресурсное состояние – это в целом счастливая и активная социальная и внутренняя жизнь, когда с самим собой хорошо и даже поговорить получается.

Когда не страшно признаться себе, что вы можете быть расстроены или устали.



ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

БАЛАНСИРЫ

ЗЕНТАНГЛ И ДУДЛИНГ

МЯЧИКИ

Время расслабиться — это когда у тебя нет на это времени...

АРОМАТЕРАПИЯ

СЮРПРИЗОТЕРАПИЯ

ЧАЙНАЯ МЕДИТАЦИЯ

МАНДАЛЫ

ОБОГАЩЕНИЕ СЕНСОРНОГО
ОПЫТА