

**Національний університет  
«Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка  
Психолого-педагогічний факультет**

**\* \* \***

**Полоцький державний університет  
Гуманітарний факультет**

**ДЕВ'ЯТИ СІВЕРЯНСЬКІ  
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИТАННЯ**

**Матеріали міжнародної наукової конференції**

*30 листопада 2018 року, м. Чернігів*

Чернігів  
2019

УДК 159.9 : 316.6

ББК 88

Д 25

**Наукова редакція:**

*Дроздов О. Ю.*, доктор психологічних наук, доцент  
*Шлімакова І. І.*, кандидат психологічних наук, доцент

*Рекомендовано до випуску вченою радою  
психолого-педагогічного факультету  
Національного університету «Чернігівський колегіум»  
імені Т. Г. Шевченка (протокол № 5 від 18.12.2018 р.)*

**Дев'яти Сіверянські соціально-психологічні читання:**  
Матеріали Міжнародної наукової конференції (30 листопада  
2018 року, м. Чернігів) / За наук. ред. О. Ю. Дроздова,  
І. І. Шлімакової. – Чернігів, НУ «ЧК» імені Т. Г. Шевченка,  
2019. – 418 с.

Збірник містить матеріали Міжнародної наукової конференції  
«Дев'яти Сіверянські соціально-психологічні читання» (30 листопада  
2018 року, м. Чернігів). Висвітлюються актуальні фундаментальні та  
прикладні питання сучасної психологічної науки.

Адресовано науковцям-психологам, соціологам, педагогам,  
викладачам закладів вищої освіти, практичним психологам, студентам,  
усім, хто цікавиться проблемами психології.

© НУ «ЧК» імені  
Т. Г. Шевченка, 2019  
© Автори, 2019

родительской любви, предположительно объясняется тем, что самооценка дошкольника в 5-6 летнем возрасте еще только начинает формироваться после недавно прошедшего кризиса 3 лет, и на ее развитие влияют не только детско-родительские отношения, но и ряд других факторов.

Общая тенденция полученных результатов заключается в том, что более благоприятные условия семейного воспитания, положительные взаимоотношения между родителями, демократический стиль руководства, теплота отношений к детям сочетаются с адекватным и высоким уровнем самооценивания, а неблагоприятные – с низким или с неадекватно завышенным. Применение негармоничных типов родительского отношения (симбиоз, «маленький неудачник») приводит к переживанию ребенком неблагоприятия в семейной ситуации, а также к развитию эмоциональных нарушений, в том числе тревожности, агрессивности, импульсивности, закрытости, демонстративности. Указанные особенности оказывают существенное влияние на самооценку дошкольника и его отношения к другим людям.

**Жукова Т. Л., Морозова М. В.**

## **СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ВОСПИТАТЕЛЕЙ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Профессиональная деформация личности – это изменения качеств личности: стереотипов восприятия, ценностных ориентаций, характера, способов общения и поведения, которые появляются под влиянием выполнения профессиональной роли. Феномен профессиональной деформации характеризуется проникновением «Я–профессионального» в «Я–человеческое», то есть, при профессиональной деформации воздействие профессиональных рамок и установок не ограничивается исключительно профессиональной сферой. Можно сказать, что после выхода человека из профессиональной ситуации не происходит его естественного «выправления», поэтому даже в

личной жизни человек продолжает нести на себе «деформирующий отпечаток» своей профессии (Абрамова Г., 2007).

Профессиональная деформация может отличаться своей направленностью, носить положительный или отрицательный характер, быть эпизодической или устойчивой, поверхностной или глобальной; проявляться в профессиональном жаргоне, в манерах поведения, даже в физическом облике.

Профессиональные деформации личности обусловлены многими факторами, которые можно поделить на объективные и субъективные. К объективным относятся: содержание профессиональной деятельности и общения; условия выполнения профессиональных обязанностей; факторы, связанные с социальной макросредой (например, социально-экономические условия жизнедеятельности, повышенная юридическая регламентация труда, многосторонний социальный контроль со стороны государственных и общественных органов, частный конфликтный характер взаимодействий работника с другими людьми).

К объективно-субъективным факторам относятся система и организация профессиональной деятельности, качество управления, стиль управления и профессионализм руководителей.

Субъективными факторами выступают: онтогенетические изменения, возрастная динамика, индивидуально-психологические особенности, характер профессиональных взаимоотношений, кризисы профессионального становления личности, служебная необходимость идентифицировать себя с патологическим внутренним миром других людей для их лучшего понимания.

Деформация является следствием эмоционального выгорания, когда защитные механизмы ослабевают настолько, что специалист не может противостоять губительным факторам и начинается процесс разрушения личности.

Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) – комплекс физических, эмоциональных и познавательных симптомов, которые испытывает профессионал, неспособный справиться эффективно со стрессом, вызванным ограничениями,

касающимися его цели и личной карьеры. Синдром эмоционального выгорания определяется как чувство эмоционального и физического истощения вместе с чувством расстройств и неудачи (Умняшкина С., 2002). Синдром предполагает появление эмоционального истощения, невозможности сострадать.

Симптомы профессионального выгорания указывают на характерные черты длительного стресса и психической перегрузки, которые могут приводить к полной дезинтеграции различных психических сфер. У «выгорающего» специалиста наблюдаются изменения в поведении, мышлении, эмоциях, состоянии здоровья (Водопьянова Н., 2005).

Последствия выгорания могут проявляться как в психосоматических нарушениях, так и в сугубо психологических (познавательных, эмоциональных, мотивационно–установочных) изменениях личности. И то и другое имеет непосредственное значение для социального и психосоматического здоровья личности.

Профессия педагог относится к сфере профессий типа «человек – человек», то есть профессий, которые отличаются интенсивностью и напряженностью психоэмоционального состояния и которые наиболее подвержены влиянию профессионального выгорания. Важной представляется изучение проблемы эмоционального выгорания в педагогической среде, особенно среди школьных учителей и воспитателей учреждений дошкольного образования (УДО). Деятельность педагога включает управление развитием личности ребенка. Успешно осуществить ее может только педагог, способный осознанно регулировать проявления своих эмоций: открытый собственным и чужим мыслям, чувствам, переживаниям, доверяющий себе и своим воспитанникам, способный преодолевать трудности, так как не до конца сформировавшаяся психика ребенка, не вполне окрепшее «Я» маленького воспитанника могут быть деформированы в ходе общения с «выгоревшим» педагогом.

С целью изучения синдрома эмоционального выгорания у педагогов, работающих в дошкольных учреждениях, были выявлены социально-демографические характеристики

испытуемых (имя, стаж работы в УДО). Далее для эмпирического исследования была использована методика изучения синдрома эмоционального выгорания В. Бойко (2011). Данная методика рассматривает эмоциональное выгорание как динамический процесс, возникающий поэтапно, в полном соответствии с механизмом развития стресса и с его 3 стадиями: напряжение, резистенция, истощение. Первую стадию («Напряжение») создают хроническая психоэмоциональная атмосфера, дестабилизирующая обстановка, повышенная ответственность. Вторая стадия («Резистенция») характеризуется попытками человека более или менее успешно оградить себя от неприятных впечатлений. Последняя стадия («Истощение») характеризуется оскудением психических ресурсов, снижением эмоционального тонуса, которые наступают вследствие того, что проявленное сопротивление оказалось неэффективным.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что существуют доминирующие симптомы, сопровождающие каждую из фаз синдрома эмоционального выгорания. Так, в группе педагогов со сформировавшимся эмоциональным выгоранием выявлено, что для стадии «Напряжение» наиболее выражен симптом «переживание психотравмирующих обстоятельств» (у 30% испытуемых), демонстрирующий собой ответную реакцию на факторы, способствующие формированию эмоционального выгорания; для стадии «Резистенция» доминирующим симптомом является «редукция профессиональных обязанностей» (30%), представляющий собой прием психологической защиты; для стадии «Истощение» ведущим симптомом является «эмоциональный дефицит» (20%), отражающий состояние нервной системы.

В группе педагогов с формирующимся эмоциональным выгоранием доминирующими симптомами синдрома эмоционального выгорания являются переживание тревоги и депрессии (30%), неадекватное избирательное эмоциональное реагирование (50%).

В ходе изучения соответствия социально-демографической характеристик испытуемых и стадий СЭВ выявлено его наличие на стадии формирования у педагогов со

стажем 6–10 и 11–15 лет. Стадия «резистенции» СЭВ диагностируется в каждой социально-демографической группе испытуемых, вне зависимости от стажа работы, как у молодых педагогов со стажем работы менее 5 лет, так и опытных педагогов. СЭВ на стадии «истощения» сформировался у молодых педагогов и у педагогов со стажем работы 11–15 и 16 и более лет.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что синдром эмоционального выгорания у педагогов, работающих в учреждениях дошкольного образования формируется не только в связи с большим стажем работы, но и у молодых специалистов, та как в исследуемой выборке наиболее подвержены развитию СЭВ педагоги со стажем 0– 5 и 16 и более лет стажа в УДО. Группа педагогов со стажем работы 0–5 лет является наиболее подверженной СЭВ на фоне остальных групп, вследствие того, что практическая деятельность испытуемых еще не носит долговременного характера. Высокий уровень развития симптоматики у данной группы подтверждает влияние достаточно сильных эмоциогенно-деструктивных факторов, высоких умственных нагрузок. Предположительной причиной этого являются еще не выработанные определенные способы саморегуляции и психологической защиты, позволяющие воспитателям более спокойно реагировать на педагогическую ситуацию. В группе педагогов со стажем 16 и более лет СЭВ можно обосновать тем, что длительно работающий педагог начинает испытывать эмоциональный дискомфорт, психическое напряжение, неудовлетворенность трудом и его результатами, переутомление, усталость от длительной работы в усиленном режиме.

Наилучшим способом борьбы с эмоциональным выгоранием является предотвращение, профилактика возникновения этого состояния. Эффективно участие в психологических тренингах, использование различных расслабляющие методик, ориентация на осознание и конструктивное использование внутренних и социальных ресурсов, потенциала личности педагога для самовосстановления и накопления как личностных, так и средовых ресурсов совладания. При «напряжении» можно

использовать самостоятельно приёмы отвлечения и снижение значимости событий, способы, связанные с управлением дыханием и тонусом мышц, движением. На стадии «резистенции» помогут приёмы действий и творческая работа. При «истощении» стоит попробовать способы, связанные с визуализацией (использованием образов), выражением эмоций и приёмы рефрейминга. Необходимая и базовая составляющая профилактики синдрома эмоционального выгорания – это личностная психологическая подготовка педагога как путем теоретического обучения основам психологических знаний, так и практическая работа, направленная на развитие устойчивости к стрессу и навыков эффективного совладания с ним.

**Іванашко О. Є., Вічалковська Н. К.**

## **МОНІТОРИНГ ЯК ТЕХНОЛОГІЯ ОЦІНКИ РЕАЛІЗАЦІЇ ІНКЛЮЗИВНОГО ПРОЦЕСУ**

Розуміючи природу розвитку інклюзивної освіти як процесу, стає зрозуміла необхідність аналізу його динаміки. Проведена нами дослідно-експериментальна діяльність у експериментальному загальноосвітньому навчальному закладі регіонального рівня комунальному закладі «Луцька загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів № 20 Луцької міської ради Волинської області» з проблеми «Інноваційні підходи до психолого-педагогічного супроводу інклюзивної освіти» на етапі проведення експертизи дозволяє зробити висновок, що розвиток інклюзивного процесу в загальній освіті складається з ряду різноманітних підпроцесів, багато з яких потребують відстеження. На вирішення цих завдань і спрямований моніторинг. Зазвичай, моніторинг слугує завданням інформаційного забезпечення управління процесом розвитку інклюзивної освіти, що дозволяє забезпечити його подальший прогноз, своєчасно вирішити будь які виявлені проблеми.

Моніторинг в освіті – це система збору, обробки, зберігання і поширення інформації про освітню систему та окремих її елементів, яка орієнтована на інформаційне