

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра

Педагогика и психология

(наименование)

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки / специальности)

Организационная психология

(направленность (профиль) / специализация)

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА
(БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)**

на тему Профессиональная деформация личности педагогов дошкольного образования

Обучающийся

Е.В. Гончарова

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

канд. психол. наук, Т.А. Бергис

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Тольятти 2025

Аннотация

Тема исследования «Профессиональная деформация личности педагогов дошкольного образования».

Цель исследования: изучение профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования.

Для достижения поставленной цели потребуются решение следующих задач: изучить и проанализировать теоретические основы профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования; провести исследование профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования; разработать и реализовать тренинг по преодолению профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования; осуществить анализ результатов повторной диагностики.

Объект исследования: профессиональная деформация личности.

Предмет исследования: профессиональная деформация личности педагогов дошкольного образования.

Практическая значимость исследования заключается в поиске конкретных путей преодоления профессиональной деформации педагогов дошкольного образования.

Структура бакалаврской работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы. Работа содержит 7 рисунков, 4 таблицы, список литературы. Текст работы со списком литературы изложен на 70 страницах.

Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретические основы профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования	9
1.1 Профессиональная деформация, ее основные виды и проявления	9
1.2 Причины и особенности профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования	16
1.3 Выгорание как основное проявление профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования.....	23
Глава 2 Эмпирическое исследование профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования	32
2.1 Организация и методы исследования.....	32
2.2 Результаты исследования профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования	39
2.3 Разработка и реализация тренинга по преодолению профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования и анализ результатов повторной диагностики	51
Заключение.....	64
Список используемой литературы.....	67

Введение

Проблема изучения психологических аспектов профессиональной деятельности людей напрямую соотносится с проблемой исследования человеческой личности.

Это обусловлено тем, что существует прямая связь между этими двумя категориями, обусловленная тем, что содержание личности человека всегда отражается на процессе и результатах его труда, а с другой стороны собственно личность формируется и постоянно трансформируется в течение жизни человека под влиянием профессиональной деятельности.

С точки зрения современных психологических взглядов, в рамках профессиональной деятельности человек способен удовлетворить практически все свои значимые потребности.

Та профессиональная деятельность, которую выбрал человек для своей самореализации, ее содержание и особенности играет важнейшую роль в развитии его личности на этапе взрослости. Зачастую это обусловлено также тем, что люди определенной профессии часто имеют и схожие особенности жизнедеятельности, приводящие в свою очередь к появлению определенных узнаваемых личностных черт.

Наблюдение за этим феноменом и легло в основу теории идентификации личности с профессиональной деятельностью, объясняющую глубокие изменения личности, происходящие под влиянием требований профессиональной деятельности, осуществляемой человеком. Часто эти изменения могут проявляться в трансформации мировоззрения и поведения. Такие случаи специалисты характеризуют как наивысший уровень идентификации человека с собственной профессией.

Именно поэтому исследования, позволяющие раскрыть механизмы и обнаружить средства и методы сохранения психологического комфорта работника, адаптации его к серьезным психоэмоциональным нагрузкам,

выработки толерантность к различным факторам организационной среды, невзирая на содержание профессиональной деятельности, являются весьма актуальными.

Помимо вышеизложенного, актуальность темы исследования обусловлена также крайне высокими требованиями предъявляемым к личностным характеристикам и профессиональным данным педагога.

Профессиональное деформирование личности педагога в дошкольном образовании представляет собой значительную проблему, которая требует внимания и изучения.

Трудовой стаж педагога оказывает влияние на развитие его профессиональной деятельности, однако может также привести к негативным последствиям, связанным с возможным искажением его личности. Все это сформировало потребность в разработке действенных и оптимальных средств, позволяющих преодолеть профессиональную деформацию педагогов дошкольного образования.

Проблема формирования, в рамках осуществления профессиональной деятельности, профессиональных деформаций, влияющих на изменение личностных характеристик, изучается в работах: С.П. Безносова, работавшего над проблемой профессиональной деформации личности; А.Б. Холмогоровой и Н.Г. Гаранян, исследовавших влияние мотивационного аспекта на развитие психических расстройств и деструктивных личностных черт; Е.А. Климова, писавшего об особенностях трудовой деятельности в профессиях социономического типа и влиянии на их эффективность индивидуального стиля деятельности; А.К. Марковой, работавшей над проблемой психологии труда учителя; Э.Ф. Зеера, изучавшего проблему профессионального становления и развития личности; Р.М. Грановской, изучавшей механизмы психологических защит человека и способы их преодоления; Е.Н. Корнеевой, разрабатывающей проблему регуляции психолого-педагогического взаимодействия и других.

Обозначенная актуальность исследования определила тему исследования «Профессиональная деформация личности педагогов дошкольного образования».

Цель исследования: изучение профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования.

Объект исследования: профессиональная деформация личности.

Предмет исследования: профессиональная деформация личности педагогов дошкольного образования.

В ходе работы была выдвинута гипотеза исследования: мы предполагаем, что преодоление профессиональной деформации личности будет успешно если:

- организовать тренинг по психологической поддержке, помощи педагогам дошкольного образования в решении проблем, связанных с переживанием синдрома эмоционального выгорания;
- развить у педагогов дошкольного образования способности к эмоциональной саморегуляции, добиться повышения их личностной эффективности и конструктивности, социально-активной жизненной позиции;

Для достижения поставленной цели потребуются решение следующих задач:

- изучить и проанализировать теоретические основы профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования;
- провести исследование профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования;
- разработать и реализовать тренинг по преодолению профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования;
- осуществить анализ результатов повторной диагностики.

С целью реализации вышеперечисленных задач были использованы следующие методы исследования:

- теоретические (анализ литературы по проблеме исследования);
- эмпирические: психодиагностический метод (методика диагностики профессиональной деформации личности учителя (С.П. Андреев, В.Е. Орел); методика К. Маслач, С. Джексона в адаптации Н.Е. Водопьяновой; диагностика эмоционального выгорания В.В. Бойко).

Эмпирическая база исследования: муниципальное автономное образовательное учреждение детский сад № 120 «Сказочный» городского округа Тольятти.

Выборка исследования: участвовало 25 педагогов дошкольного образования, возраста от 22 до 50 лет, от которых было получено добровольное согласие на участие в эксперименте. Трудовой стаж испытуемых от 3 до 20 лет.

Новизна исследования заключается в том, что определена возможность преодоления профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования.

Теоретическая значимость исследования заключается в изучении и анализе литературы по проблеме профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования.

Практическая значимость исследования заключается в поиске конкретных путей преодоления профессиональной деформации педагогов дошкольного образования.

Материалы данного исследования могут быть использованы в исследовательской и профориентационной практике, в работе психологов различных учебных заведений в практике борьбы с проблемой профессиональной деформации и профессионального выгорания.

Данные, полученные в ходе исследования, а также программа

исследования профессиональной деформации педагогов дошкольного образования может стать основой для дальнейшего расширенного исследования данной проблемы.

Структура бакалаврской работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы.

В первой главе рассмотрены профессиональная деформация, ее основные виды и проявления, причины и особенности профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования, выгорание, как основное проявление профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования.

Во второй главе осуществлено экспериментальное исследование профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования, описаны организация и методы исследования, разработан и реализован тренинг, проведен анализ повторной диагностики.

Работа содержит 7 рисунков, 4 таблицы, список литературы (41 источник). Текст работы со списком литературы изложен на 70 страницах.

Глава 1 Теоретические основы проблемы профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования

1.1 Профессиональная деформация, ее основные виды и проявления

Профессиональная деятельность человека выступает одной из основных сред, в которой происходит процесс формирования человеческой личности. Осуществляя самореализацию в профессии, многие люди приносят обществу огромную пользу. Однако, достаточно распространенным явлением стало появление так называемой профессиональной усталости, развивающейся на фоне осуществления в течение долгого времени (более пяти лет) трудовой деятельности одного и того же содержания.

Этот феномен выражается в том, что в какой-то момент человек больше не получает от своей работы прежнее удовольствие и начинает задумываться о том, что его жизнь движется не в том направлении. Во многих случаях именно содержание профессиональной деятельности выступает основой для формирования этого феномена.

Это обусловлено тем, что содержание некоторых видов профессиональной деятельности способно отбить у человека желание профессионально развиваться и даже искалечить его личность. Причин для этого можно перечислить множество. К ним могут относиться как психологические составляющие конкретной профессии, так и многочисленные организационные факторы [13].

Специалисты утверждают, что любая профессиональная деятельность в конечном итоге накладывает отпечаток на поведение и содержание личностных характеристик человека.

Иногда происходит так, что осуществление определенной трудовой деятельности способно приводить не только к развитию личности и

формированию в ней положительных изменений, но также может выступать причиной его профессиональной деградации, которая сопряжена с появлением различных негативных личностных черт, появление которых крайне нежелательно для специалистов, работающих с людьми [37].

В этих случаях специалисты говорят не столько о проблеме снижения трудовой мотивации и эффективности профессиональной деятельности, сколько о социальной опасности, которую несет профессиональная деятельность такого специалиста.

Проявления профессиональной деформации не сосредоточены только вокруг среды, сопряженной с определенной профессиональной деятельностью, ухудшая характер субъект-объектного и субъект-субъектного взаимодействия в рамках трудового процесса, но распространяется на личную, непрофессиональную жизнедеятельность человека иногда даже проявляясь в его физическом облике и состоянии здоровья [5].

Наиболее подверженными, по мнению специалистов, формированию феномена профессиональной деформации являются представители социономических профессий, люди, чья профессиональная деятельность протекает в насыщенном общении с другими людьми (педагоги, социальные работники, психологи, менеджеры, чиновники, медицинские работники, военнослужащие).

У таких специалистов крайняя, наиболее негативная форма профессиональной деформации зачастую может проявляться в сугубо формальном выполнении своих должностных обязанностей, а также сопровождаться развитием функционального отношения к людям, являющимся объектами их профессиональной деятельности [7].

Следует, однако, отметить, что не все случаи профессиональной деформации являются явлением негативным, поскольку множество качеств личности, развивающихся в рамках определенной профессиональной деятельности могут быть успешно применены в повседневной жизни [10].

Сопровождающие же профессиональную деформацию негативные явления необходимо преодолевать любыми доступными способами.

А.К. Маркова, обобщив результаты нескольких исследований, направленных на изучение проблемы нарушения личностного развития, происходящего под влиянием осуществляемой профессиональной деятельности, сформулировала перечень возможных последствий профессиональных деформаций:

- очень медленное профессиональное развитие либо чрезвычайно затянувшийся период профессионального самоопределения в соотношении с социальными нормами и нормами возрастных изменений;
- крайне низкие показатели трудовой мотивации и удовлетворенности трудом, сопровождающиеся упрощением и формальным исполнением трудовых функций;
- низкий уровень сформированности профессиональной деятельности, сопряженный в различных случаях с отсутствием моральных и этических норм, сопряженных с профессиональной деятельностью, недостаточной квалификацией, или низким уровнем профессионализма;
- плохо структурированные и рассогласованные представления о профессионализме специалиста;
- стремительная утрата качества трудовых навыков и умений, снижение квалификации и уровня профессионализма;
- потеря ценностных и нравственных ориентиров профессиональной деятельности;
- снижение эффективности труда, в некоторых случаях сопровождающееся временной утратой трудоспособности;
- наличие личностных деформаций (эмоциональное выгорание, склонность к манипулированию, деформация профессионального

сознания и другое);

– абсолютное прекращение профессионального развития в силу возникновения профессионального заболевания или других причин нетрудоспособности [17].

Эти и другие, не рассмотренные в данном списке варианты отклонений, сопровождающих профессиональное развитие человека, в конечном итоге могут привести к абсолютной депрофессионализации личности, если не пытаться их нивелировать.

В целом, профессиональную деформацию личности можно понимать как результат интеграции профессионального компонента Я в структуру его глобальной Я-концепции [38].

Следовательно, изменения личности, сопровождающие профессиональную деформацию, повлекут не только изменения характера профессиональной деятельности человека, но и приведут к трансформации его личной жизни, через изменение содержания и характера его взаимодействия с близкими и родными.

Такое положение вещей обусловлено тем, что человек не способен произвести сброс и полностью выйти из ситуаций, которые сопровождают его профессиональную деятельность, а в обыденной жизнедеятельности, в рамках личной жизни зачастую продолжает применять приемы и средства, сложившиеся в рамках профессионального взаимодействия. Это и есть проявление деформирующего отпечатка той профессиональной деятельности, которую осуществляет человек. Проявление данного феномена встречаем довольно часто у достаточно большого числа людей [9].

В своей книге Е.И. Рогов пишет о том, что характерными чертами профессиональной деформации являются такие личностные изменения, которые формируются под влиянием профессиональной деятельности и конкретизируются в отношении к труду, как к абсолютной, заслуживающей

внимания формы активности в рамках человеческой жизнедеятельности, которые сопровождаются появлением ригидных форм ролевого поведения, переносимых из сферы труда во все иные сферы человеческой жизнедеятельности, делая человека их заложником, не способным адаптировать свое поведение к изменяющимся условиям среды.

Э.Ф. Зеер, изучая профессиональные деформации, высказывал мысль о том, что продолжительный период работы в рамках одной и той же профессиональной деятельности может приводить к сужению, ограничению способов выполнения этой деятельности, появлению профессиональной усталости и общему снижению работоспособности. По его словам, профессиональная деформация представляет собой негативные изменения, происходящие в устоявшихся структурах личности и деятельности, которые разрушающе сказываются на процессе развития личности, результатах труда человека, а также снижают эффективность его взаимодействия с другими людьми, как в рамках трудового процесса, так и вне его [14].

Существует также мнение о том, что явление профессиональной деформации обладает определенной двоякостью, негативно сказываясь на социальной составляющей жизнедеятельности человека, они, по сути, являются результатами профессиональной адаптации, поскольку в рамках трудовой деятельности являются абсолютно адекватными и служат повышению эффективности профессиональной деятельности. Такой взгляд, в целом, полностью оправдан, поскольку профессиональные деформации хоть и возникают в рамках трудового процесса, но, тем не менее, предпосылки для их формирования сугубо субъективны [33].

На основании таких рассуждений, закономерным будет предположение о том, что наиболее подверженными формированию профессиональной деформации являются люди с завышенными амбициями, неадекватно высокими притязаниями на успех и профессиональный статус, которые обладают недостаточным потенциалом для этих достижений, но не желают

этого осознавать [30].

Сама суть термина деформация, заведомо предполагает наличие нарушений в определенной сложившейся ранее структуре. Формирование же профессиональной деформации является результатом замены средств организации деятельности и поведения человека с тех, что появились до начала процесса профессиональной деятельности на те, что сложились в ее рамках в рамках. Эти замены могут являться источником дальнейших трансформаций установок, связанных с профессиональной деятельностью, когнитивных схем и стратегий мышления, знаний, умений и навыков, смысловых структур личности, динамических стереотипов и так далее [26].

Самый общий взгляд на эту проблему позволяет говорить о том, что профессиональная деформация – явление обыденное в силу своей распространенности и естественности, но если вопрос конкретизировать, на передний план выступает проблема определения масштаба проявлений этой деформации. Наибольшую актуальность этот вопрос обретает для специалистов в период ранней зрелости, поскольку в этот период профессиональная деформация часто складывается под влиянием таких факторов, как узость профессиональной специализации, средства и условия труда, специфичность и содержание профессиональных задач и много другого. На этапе же поздней зрелости, на факторы, которые сопровождают профессиональное развитие человека, все большее влияние имеют разнообразные формы приспособительного поведения и возрастные ограничения [25].

Профессиональная деформация может иметь разные характеристики: быть отрицательной или положительной, устойчивой или эпизодической, глобальной или поверхностной. Находя проявление в различных аспектах физического облика, характерных поведенческих актах, а также профессиональном жаргоне. Частными вариантами явлений профессиональной деформации можно назвать синдром эмоционального

выгорания, управленческую эрозию, административный восторг и прочее [21].

Явление профессиональной деформации классифицируется специалистами по различным критериям. Е.И. Рогов предлагает следующую классификацию.

Общепрофессиональная деформация, присущая представителям определенной профессии, ее содержание зависит от предмета трудовой деятельности и его задач, орудий и средств труда, а также характера общения и установок, свойственных этой профессиональной деятельности [39].

Специальная деформация, формирующаяся в рамках вхождения в специальность. Примером специальной профессиональной деформации можно назвать обвиняющие элементы в поведении прокуроров, склонность к агрессивному поведению оперативных работников, изворотливость адвокатов, авторитарность военных и прочее. [16]

Типологическая деформация – результат слияния особенностей функционирования профессионала в трудовом процессе с компонентами его личности.

Среди типологических профессиональных деформаций можно выделить следующие:

- деформации, сопряженные с наличием у специалиста определенных ярко выраженных способностей (коммуникативных, организаторских, творческих и других);
- деформации, сопряженные с содержанием профессиональной направленности личности;
- деформации, обусловленные чертами характера [18].

Индивидуальная деформация, в основном образованная на основе содержания личностной направленности, а не столько характером профессиональной деятельности человека. В таком случае содержание профессиональной деятельности лишь подспудно служит развитию

деформации, создавая для нее благоприятные условия. Примером такой ситуации может служить формирование так называемых сверхкачеств, или акцентуаций (трудовой фанатизм, гиперответственность, профессиональный энтузиазм) [4].

Таким образом, наше исследование профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования направлено на изучение изменений, которые происходят в структуре личности и функциональных особенностях психики человека, которые были сформированы в рамках его онтогенеза и начали трансформироваться под влиянием достаточно длительной профессиональной деятельности.

1.2 Причины и особенности профессиональной деформации педагогов дошкольного образования

Профессия педагога относится к категории социэкономических профессий. В.В. Бойко в своей работе «Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении» пишет, что основными факторами, которые провоцируют развитие профессиональной деформации у педагогов дошкольных учреждений, являются такие, как:

- объективные, обусловленные содержанием социально-профессиональной среды (учебно-пространственная образовательная среда, имидж профессии и содержание профессиональных задач, социально-экономическая ситуация);
- субъективные, сопряженные с личностными характеристиками педагога и его воспитанников, а также содержанием и характером их взаимоотношений; объективно-субъективные, которые обусловлены организацией и системой в которой происходит профессионально-образовательный процесс (профессионализм руководителей,

организационная структура, качество управления) [34].

В целом, предпосылки развития профессиональной деформации заложены уже в содержании мотивов выбора профессии педагога. Это могут быть как осознаваемые мотивы такие как: творческий характер профессии, ее имидж, социальная значимость, материальная составляющая, так и неосознаваемые – желание самоутвердиться, стремление к доминированию и власти [19].

Высокий уровень ответственности также выступает одним из важнейших факторов стрессогенности профессии педагога дошкольного образования, повышающий вероятность развития негативных изменений личности с увеличением стажа трудовой деятельности.

Анализируя содержание и особенности профессиональной деятельности педагогов дошкольного образования на сегодняшний день, можно говорить о том, что эта деятельность сопровождается многими сложными дестабилизирующими условиями. [15]

К ним можно отнести и недостаточную конкретность в организации и планировании труда; и общее снижение престижности профессии педагога дошкольного образования; и недостаточно благоприятная психологическая атмосфера, сопровождающихся профессиональными конфликтами, в которой довольно часто протекает профессиональная деятельность педагогов; и завышенные требования со стороны родителей; и особенности стиля руководства (излишне мягкий стиль управления снижает уровень инициативности работников и провоцирует развитие тревоги, а чрезмерная авторитарность не позволяет проявить самостоятельность и творческий подход в принятии решений); и неспособность найти решение в своей педагогической практике по причине недостаточности собственных профессиональных знаний [40].

Краткое описание деформаций педагогов приведено далее.

Авторитарность как личностная деформация педагога дошкольного

образования формируется вследствие необходимости самостоятельной организации и единоличного управления ходом учебно-воспитательного процесса. Проявления авторитарности можно обнаружить преимущественном применении в общении таких форм как указания, распоряжения и рекомендации и общем снижении рефлексии. [22]

Демонстративность – личностная черта, в определенном смысле необходимая в работе педагога дошкольного образования, проявляющаяся в желании проявить себя и быть в центре внимания, стремлении нравиться и ярко окрашенном эмоциональном поведении. Тем не менее, если эта характеристика начинает выступать в поведении на передний план, она может становится средством самоутверждения и будет способствовать снижению эффективности педагогического процесса.

Доминантность – это форма личностной деформации педагога дошкольного образования, сопряженная с его задачей осуществления властных функций. В своей работе педагоги оценивают, требуют, контролируют, иногда даже наказывают, в связи с чем доминантность встречается у подавляющего количества педагогов со стажем более 10 лет.

Педагогическая агрессия представляет собой вид деформации, появляющийся в требовании от воспитанников безоговорочного подчинения, склонности к применению наказаний, а иногда даже враждебности к сложным детям.

Педагогическая индифферентность (равнодушие) – это форма деформации личности педагога дошкольного образования, проявляющаяся в эмоциональной невосприимчивости к личностным особенностям воспитанников [27]. Развивается эта черта в результате обобщения собственного негативного педагогического опыта. Такая форма личностной деформации может являться одним из симптомов эмоционального выгорания педагога, развиваясь и усугубляясь со временем вследствие накапливающейся

эмоциональной усталости.

Поведенческий трансфер. Эта форма деформации личности предполагает развитие у педагога негативных поведенческих паттернов, присущих воспитанникам (эмоциональная неустойчивость, враждебность, грубость и прочее), которые могут переноситься в профессиональное поведение педагога [41].

Социальное лицемерие как профессиональная деформация личности педагога дошкольного образования развивается вследствие необходимости постоянно соответствовать высоким ожиданиям воспитанников и их родителей, быть источником норм морали и образцом для поведения. Со временем выполнение задачи соответствия социальной желательности может трансформироваться в привычку морализировать и проявляться в отсутствии искренности отношений и чувств.

Выученная беспомощность. Такой вид личностной деформации среди педагогов дошкольного образования формируется в результате регулярного ощущения невозможности изменить профессиональную ситуацию, которая в корне его не устраивает и является неприемлемой, но не перестает быть таковой, не смотря на предпринимаемые в связи с ней усилия и изменение поведения. Этот вид деформации также может быть одним из симптомов эмоционального выгорания, выступая причиной нежелательных трансформаций в мотивационной сфере педагога, когда мотивы профессионального развития, расширения профессиональных компетенций и личностного роста заменяются на склонность перекладывать ответственность за решение профессиональных проблем на других, сопровождающуюся демонстрацией своей беспомощности. [32]

Неадекватная самооценка педагога дошкольного образования чаще всего проявляется в неадекватно завышенной самооценке, обусловленной ролью всезнающего воспитателя. На фоне же развития синдрома эмоционального выгорания, самооценка может иметь кардинально иные

характеристики – быть неадекватно низкой, сопровождаться самобичеванием и склонностью обвинять себя во всем.

Эмоциональное выгорание. Это проявление профессиональной деформации педагога дошкольного образования, по сути представляет собой сложный, многокомпонентный выработанный со временем механизм психологической защиты, позволяющий частично или полностью блокировать эмоциональную реакцию на психотравмирующие воздействия, сопряженные с профессиональной деятельностью. Развиваясь в результате внутреннего накапливания, напряжения переживаемых отрицательных эмоций без возможности освобождения от них, оно приводит в конечном итоге к истощению личностных, эмоциональных и энергетических ресурсов профессионала.

Педагогический догматизм представляет такой вид профессиональной деформации педагогов дошкольного образования, который формируется в результате постоянного повторения идентичных профессионально-педагогических задач. За счет этого у педагогов складывается привычка применять отработанные профессиональные приемы, не учитывая содержание и сложность педагогической ситуации, упрощать проблемы. Проявляется такая форма профессиональной деформации в пренебрежении к инновационным средствам и методам организации педагогического процесса, пренебрежении к развитию научного знания, появлению новых психолого-педагогических теорий, сопровождается снижением общего интеллекта, формированием завышенной самооценки и общей самоуверенности. [31]

Информационная пассивность как явление профессиональной деформации выражается в отсутствии стремления педагога дошкольного образования к повышению собственной информационной компетентности и нежелании расширять навыки работы с информацией. Это проявление профессиональной деформации сопровождается прекращением профессионального самовоспитания и самообразования педагога, в силу его

убежденности в достаточности для успешной работы имеющегося у него методического опыта и накопленной специальной информации относительно профессиональной деятельности педагога дошкольного образования.

Формализм в профессиональной деформации выражается в виде отсутствия творческого подхода, нежелании проявлять инициативность и креативность в работе педагога дошкольного образования и в целом в формальном выполнении профессиональных задач.

Некомпетентность как проявление профессиональной деформации педагога дошкольного образования является результатом всех перечисленных профессиональных деструкций. Она развивается в результате отсутствия профессионального роста и саморазвития, приводя со временем к общему снижению компетентности воспитателя.

Консерватизм среди педагогов дошкольного образования как проявление профессиональной деформации формируется в результате регулярного повторения аналогичного учебного материала с применением одних и тех же образовательных средств, методов и форм. Превращаясь со временем в штампы педагогической деятельности, такие стереотипные приемы выступают как средство экономии эмоциональных и интеллектуальных ресурсов педагога.

Ролевой экспансионизм как форма профессиональной деформации проявляется среди педагогов дошкольного образования в прочно устоявшемся ролевом поведении за рамками профессиональной деятельности и общем преувеличении значимости роли работы воспитателя. Эта форма профессиональной деформации зачастую проявляется в повышенной фиксации на своих профессиональных задачах, проблемах и трудностях, глобальной погруженности в работу воспитателя, преобладании безапелляционных суждений, поучительных и обвиняющих форм высказываний, а также нежелании и даже неспособности понять других людей.

Монологизм. Это явление профессиональной деформации проявляется в утрате способности к построению полноценного диалога. Со временем педагогам дошкольного образования с такой формой профессиональной деформацией становится свойственно применять имитацию диалога в рамках педагогического общения, в силу осознания ограниченности монолога. Основными свидетельствами имитации диалога считаются: применение детьми эталонных высказываний, источниками которых является педагог; большое количество речевых штампов, фигурирующих в педагогическом взаимодействии; понимание и проговаривание ребенком того, что от него хочет услышать воспитатель.

Дидактичность как проявление профессиональной деформации среди педагогов дошкольного образования можно наблюдать в виде стремлении к назиданиям и нравоучениям, попыткам всем все разъяснить. Развиваясь как следствие постоянного применения в работе объяснительно-иллюстративных методов обучения, дидактичность в конечном итоге начинает распространяться и на непрофессиональную сферу жизнедеятельности педагога (в неформальном общении, общении с членами семьи), зачастую трансформируясь в профессиональное занудство [8].

По мнению исследователей проблемы профессиональных деформаций, среди педагогов дошкольного образования, полностью избежать развития данного феномена при условии осуществления продолжительной профессиональной деятельности практически невозможно. [3] Однако, применение различных средств профилактики профессиональной деформации, а также технологий коррекции личностных характеристик, обеспечивающих эффективность профессиональной деятельности педагогов, способны нивелировать и даже помочь полностью преодолеть негативные проявления этого феномена, как в профессиональной, так и в обыденной жизни педагогов дошкольного образования.

Таким образом, огромная значимость решения проблемы

профессиональной деформации среди педагогов обусловлена тем, что выработка у них устойчивости к развитию данного феномена является залогом становления и развития их профессиональной компетентности. Это обусловлено тем, что профессиональная деформация педагога и его профессиональная компетентность явления взаимообусловленные, выступающие как бы противоположными сторонами одного континуума, поскольку высокая профессиональная компетентность педагога выступает залогом преодоления негативных проявлений профессиональной деформации, а развитие профессиональной деформации способно серьезно снизить уровень его профессиональной компетентности.

1.3 Выгорание как основной индикатор профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования

Несмотря на существование большого количества определений выгорания, в большинстве из них оно описывается как пролонгированная стрессовая реакция, либо как симптомокомплекс, формирующийся на фоне длительного профессионального стресса средней выраженности.

В ряде работ понятия профессиональное выгорание часто совпадает с понятием психическое выгорание, создавая возможность рассматривать этот феномен с точки зрения личностной деформации субъекта труда на фоне длительного переживания профессионального стресса [6].

М. Грабе в книге «Синдром выгорания – болезнь нашего времени» пишет, что выгорание представляет собой один из многочисленных феноменов деформации личности.

Он образует сложную структуру, элементами которой являются негативные переживания и отрицательные эмоции, возникающие под влиянием эмоционально насыщенных и когнитивно-сложных межличностных

взаимодействий, особенно, если эти взаимодействия являются интенсивными и продолжительными. В целом выгорание можно охарактеризовать как стресс межличностных коммуникаций [11].

Хотя история изучения проблемы профессионального выгорания достаточно обширна, конкретного и четкого ответа на вопрос почему же начинает складываться этот синдром у специалиста нет до сих пор. Многочисленные подходы к изучению этого феномена по-прежнему не выработали единой системы, позволяющей ответить на эти вопросы.

Приверженцами интерперсонального подхода, в качестве основных причин формирования профессионального выгорания, указываются объект-субъектные отношения, сопровождающие профессиональную деятельность человека.

Специалисты, представляющие организационный подход, основными факторами, влияющими на развитие выгорания, называют факторы рабочей среды, среди которых особенности организации и управления, режим и условия работы, социально-психологический климат в трудовом коллективе и прочее.

Приверженцы индивидуального подхода указывают на то, что детерминантами профессионального выгорания выступают определенные характеристики, входящие в эмоциональную и мотивационную сферу структуры личности специалиста [24].

Один из виднейших специалистов, изучающий проблему эмоционального сгорания, К. Маслач, в качестве основных предпосылок к возникновению синдрома эмоционального выгорания определила:

- существование психологического опыта определенного характера, куда включены ожидания, установки, чувства и мотивы;
- личный предел ресурсов эмоционального «Я», обуславливающий самосохранение, способность противостоять сгоранию;

– индивидуальный негативный опыт, содержащий дистресс, дисфункции, дискомфорт и проблемы, а также их нежелательные последствия [23].

Описывая проявления синдрома выгорания, К. Маслач указала на формирование таких состояний, как: изнеможение (неспособность профессионала отдаваться работе с прежней силой), эмоциональное истощение, деперсонализация, дегуманизация, отрицательное профессиональное самовосприятие.

Также К. Маслач была предпринята попытка деления проявлений эмоционального выгорания на: поведенческие, физические и психологические.

К поведенческим проявлениям она отнесла неспособность разделить профессиональные и бытовые заботы, неспособность к организации рабочего времени и пространства, злоупотребление алкоголем.

Физические проявления включают в себя: бессонницу, частые головные боли, утомление, снижение или увеличение веса, одышка, заболевания желудочно-кишечного тракта.

К психологическим проявлениям К. Маслач отнесла: быстро и часто возникающее чувство гнева, ощущение неосознаваемой тревоги, чрезвычайная раздражительность, неуверенность, чувство вины или обиды, чувство разочарования в себе и в работе, частое ощущение скуки, неготовность вырабатывать и принимать самостоятельные решения, постоянная неудовлетворенность результатами работы, ригидность, отрицательная установка по отношению к жизненным перспективам, отстранение от субъекта деятельности [35].

Исходя из концепции стресса Г. Селье, можно воспринимать эмоциональное выгорание как дистресс, конечную стадию (истощение) общего адаптационного синдрома. В психологическом понимании выгорание

представляет собой своеобразный защитный механизм, вырабатываемый личностью под воздействием психотравмирующих переживаний, позволяющий полностью или частично отключить эмоции (В.В. Бойко). Оно представляет собой выработанный стереотип эмоционального поведения, в большинстве случаев, реализующийся в профессиональной деятельности [2].

Группы симптомов, которые сопровождают процесс развития профессионального выгорания.

Напряжение. Эта фаза начинается с накопления нервного напряжения, которое и выступает в конечном итоге спусковым крючком в ее запуске.

Основными признаками того, что напряжение начинает накапливаться, являются такие симптомы как неудовлетворенность собой.

Этот симптом развивается в результате невозможности найти конструктивный способ выхода из сложившейся психотравмирующей ситуации. Проявляется в виде недовольства собой, своими профессиональными достижениями и в целом профессией.

Переживание психотравмирующих обстоятельств. Данный симптом складывается под влиянием все более глубокого осознания и конкретизации факторов, сопряженных с выполняемой работой, выступающих как психотравмирующие.

Тревога и депрессия – симптомы, появление которых влечет за собой очень серьезные энергетические потери по причине все более усиливающихся тревожных переживаний и чувстве общей неудовлетворенностью как собой, так и работой. Проявляется в разнообразных симптомах тревожно-депрессивного характера, все более затрудняя выполнение профессиональной деятельности и внедряясь в нее.

Загнанность в клетку – симптом, который обычно выражается в виде интеллектуально-эмоционального тупика, развивающегося в результате невозможности устранения психотравмирующих обстоятельств, сопровождающих профессиональную деятельность и выступающих

постоянным источником фрустрации. Проявляется в остром чувстве безысходности [1].

Резистенция. Это фаза, для которой характерно появление защитных реакций, попыток сопротивления все более усиливающемуся стрессовому состоянию. Сопровождается этот процесс следующими симптомами.

Расширение сферы экономии эмоций. Возникновение этого симптома обусловлено утомлением специалиста напряженным межличностным взаимодействием на работе. Проявляется же он в сокращении общения вне профессиональной деятельности (с близкими, родными и семьей).

Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование. Оно проявляется в стремлении ограничить эмоциональный отклик на ситуации профессиональной деятельности за счет выборочного реагирования.

Экономия на эмоциях таким образом, специалист ограничивает количество субъектов профессиональной деятельности, с которыми вступает в эмоциональный контакт [29].

Редукция профессиональных обязанностей. Этот симптом выражается в стремлении к ограничению рабочих задач, выполнение которых сопровождается какими-либо эмоциональными затратами.

Эмоционально-нравственная дезориентация проявляется в осязательном снижении нравственных чувств у специалиста. Проецируя вину на объекты своей профессиональной деятельности, он становится склонен оправдывать собственные непрофессиональные поступки (отсутствие внимания, грубость или другое), вместо того, чтобы признать свои ошибки.

Истощение. На данной фазе эмоциональная защита становится частью личности специалиста, протекая на фоне серьезного снижения тонуса и общего ослабления нервной системы. Проявляется эта фаза в следующих симптомах.

Деперсонализация, по-другому – личностная отстраненность, сопровождающаяся утратой интереса к субъекту трудовой деятельности

(люди). Наблюдается в виде изменений в характере межличностного общения, поведении, настроении и мировоззрении специалиста.

Эмоциональный дефицит. Этот симптом проявляется в появлении у специалиста чувства, что он не может больше профессионально строить отношения с объектами своей профессиональной деятельности и в целом не может им ничем быть полезен.

Эмоциональная отстраненность – симптом, который проявляется в стремлении профессионала исключить эмоций из своей работы, а ситуации, возникающие в рамках профессиональной деятельности больше не способны вызывать у него прежний уровень эмоционального отклика.

Психосоматические и психовегетативные нарушения. Проявления данного симптома наблюдаются как в психическом, так и в соматическом состоянии специалиста, проявляясь на уровне самочувствия.

Л.В. Куликов пишет о том, что «формирование компонентов этого симптома идет по нисходящей условно-рефлекторной связи. Это значит, что множество факторов, сопровождающих трудовую деятельность, способны вызывать ухудшения психического и состояния» [12].

Продолжительность каждой из описанных стадий эмоционального выгорания, особенности их течения и проявлений, по утверждению автора в каждом конкретном случае индивидуально, поскольку зависят от особенностей эмоционально-мотивационной сферы работника. Помимо этого, значительную роль тут играют условия профессиональной деятельности [20].

Выгорание является важным аспектом, который может служить индикатором профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования.

В этом контексте выгорание не следует рассматривать как самостоятельное проявление, а скорее как одно из последствий, возникающих в результате длительной профессиональной нагрузки и эмоционального истощения, которые неизбежно приводят к изменению профессиональной

идентичности педагога.

Профессиональная деформация личности представляет собой изменение личностных качеств и привычек в результате воздействия специфических условий труда.

Таким образом, высокие эмоциональные нагрузки и стрессовые ситуации, с которыми сталкиваются педагоги, могут способствовать развитию состояния выгорания.

С течением времени, если не предпринимать меры для изменения ситуации, это может привести к утрате профессионального интереса, снижению мотивации и ухудшению отношений с детьми и коллегами, что в конечном итоге окажет влияние на качество работы и личностное благополучие педагога.

Следовательно, важно осознавать, что выгорание и профессиональная деформация взаимосвязаны: выгорание становится катализатором изменений в личностной структуре преподавателя, что, в свою очередь, может усугубить его психологическое состояние и негативно сказаться на общей атмосфере в образовательном учреждении.

Поэтому профилактика выгорания должна стать приоритетной задачей для руководителей и педагогов, содействуя тем самым не только сохранению здоровья педагогов, но и повышению качества образовательного процесса.

Глава посвящена теоретическим основам проблемы профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования. В ней рассмотрены ключевые аспекты, касающиеся явления профессиональной деформации, ее видов, проявлений, а также причин и особенностей, специфичных для педагогической деятельности.

Профессиональная деформация рассматривается как результат интеграции профессионального компонента «Я» в общую структуру личности, что приводит к изменениям не только в профессиональной сфере, но и в личной жизни индивидуума.

Наиболее подвержены этому явлению представители социомических профессий, таких как педагоги, которые находятся в постоянном взаимодействии с детьми и родителями.

В ходе длительной профессиональной деятельности они могут столкнуться с различными проявлениями деформации, такими как авторитарность, доминантность, эмоциональное выгорание и многие другие негативные характеристики. Эти изменения могут передаваться из профессиональной среды в личную и бытовую жизнь, что неизбежно ухудшает качество межличностных отношений и общее состояние здоровья.

К внутренним причинам профессиональной деформации относятся как индивидуальные личностные особенности педагогов, так и факторы, связанные с социальной и образовательной средой, в которой они работают.

Высокий уровень ответственности, недостаток поддержки со стороны администраторов, а также недовольство своей работой могут усиливать профессиональную усталость и приводить к снижению мотивации и эмоционального вовлечения.

Установление адекватных и поддерживающих условий работы, а также обеспечение возможности для профессионального роста способны снять часть стресса и минимизировать риск профессиональной деформации.

Проблема эмоционального выгорания, как одного из основных индикаторов профессиональной деформации, детально разобрана в заключительной части главы.

Выводы по первой главе

Выгорание представляет собой синдром, обусловленный длительным стрессом на работе и характеризуется снижением эмоциональной энергии, деперсонализацией и отрицательным восприятием своей профессиональной деятельности. Это состояние зачастую является следствием взаимодействия

множества факторов, включая стиль руководства, требования к педагогу и характер взаимоотношений с воспитанниками и их родителями.

Характерными чертами профессиональной деформации являются такие личностные изменения, которые формируются под влиянием профессиональной деятельности и конкретизируются в отношении к труду, как к абсолютной, заслуживающей внимания форме активности в рамках человеческой жизнедеятельности, которые сопровождаются появлением ригидных форм ролевого поведения, переносимых из сферы труда во все иные сферы человеческой жизнедеятельности, делая человека их заложником, не способным адаптировать свое поведение к изменяющимся условиям среды.

Вышеизложенные аспекты подчеркивают, что профессиональная деформация среди педагогов дошкольного образования – это комплексное явление, представленное в различных формах и степенях выраженности.

Понимание его природы, а также активная работа по предотвращению и коррекции этих деформаций, являются ключевыми условиями для улучшения качества образовательного процесса и повышения удовлетворенности работой педагогов.

Таким образом, важно развивать меры по профилактике выгорания и формированию здоровой рабочей атмосферы, способствующей профессиональному развитию и личностному росту педагогов.

Глава 2 Эмпирическое исследование профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования

2.1 Организация и методы исследования

Целью работы является экспериментальная проверка эффективности тренинга, направленного на преодоление профессиональной деформации педагогов дошкольного образования.

Эмпирическая база исследования: муниципальное автономное образовательное учреждение детский сад № 120 «Сказочный» городского округа Тольятти.

Выборка исследования: участвовало 25 педагогов дошкольного образования, возраста от 22 до 50 лет, от которых было получено добровольное согласие на участие в эксперименте. Трудовой стаж испытуемых от 3 до 20 лет.

Изучая проблему профессиональной деформации педагогов дошкольного образования, пришли к выводу, что одной из наиболее часто встречающихся форм деформации личности этих специалистов является эмоциональное выгорание, а наиболее доступным к изучению и объективным фактором, влияющим на его развитие, является трудовой стаж специалиста. Поэтому для реализации поставленных задач необходимо было в нашей выборке провести диагностику синдрома эмоционального выгорания, а также проанализировать показатели профессионального выгорания.

В качестве гипотезы в нашем исследовании были сформулированы такие предположения, как: стаж работы педагогов дошкольного образования является ключевым фактором, обуславливающим формирование у них профессиональной деформации; симптомы, составляющие отдельные компоненты профессионального выгорания, будут иметь различные показатели до и после коррекционной программы, направленной на

преодоление профессиональной деформации педагогов дошкольного образования.

Исходя из решаемых задач, исследование проводилось в несколько этапов.

Организационный этап эксперимента – выбор диагностических методик, формирование выборки испытуемых. На этом этапе также проводились беседы с респондентами на тему профессиональной деформации, описывались ее симптомы, признаки и динамика протекания, обсуждалась возможность принятия участия в коррекционной программе;

Исследовательский этап – исследование профессиональной деформации педагогов дошкольного образования, а именно анализ показателей профессионального выгорания и сформированности фаз эмоционального выгорания.

Коррекционный этап, в рамках которого проводилась коррекционная программа, направленная на преодоление профессиональной деформации. Экспериментальная группа, принимавшая участие в коррекционной программе, состояла из педагогов дошкольного образования с уже сложившимся синдромом эмоционального выгорания, сопровождающимся профессиональным выгоранием.

Аналитический этап эксперимента – анализ, сравнение полученных данных, подбор рекомендаций, направленных на преодоление профессиональной деформации.

На этапе исследования профессиональной деформации педагогов дошкольного образования использовались следующие методики:

- методика диагностики профессиональной деформации личности учителя (С.П. Андреев, В.Е. Орел);
- тест «Удовлетворенность работой» В.А. Розановой.
- методика диагностики профессионального выгорания К. Маслач,

С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой;

– методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко.

Рассмотрим подробнее данные методики.

Методика 1. Диагностики профессиональной деформации личности учителя (С.П. Андреев, В.Е. Орел).

В рамках исследуемой методики применяется опросник, содержащий 69 утверждений. Ответы респондентов фиксируются по бинарной шкале, предполагающей однозначный выбор между согласием и несогласием с каждым высказыванием. Интегральный показатель профессиональной деформации личности формируется на основе суммарного балла, рассчитанного в соответствии с заданным ключом. Полученные значения интерпретируются с опорой на стандартизированную таблицу нормативов, представленных в стенах.

Структура диагностического инструмента включает три независимые шкалы, каждая из которых отражает определенный аспект личностных характеристик:

Шкала 1 – авторитарность. Представляет собой социально-психологический параметр, демонстрирующий стремление индивида доминировать в межличностном взаимодействии, подчиняя партнеров своему влиянию.

Шкала 2 – ригидность. Описывает ограниченность в способности оперативно корректировать намеченные действия в ситуациях, требующих адаптации или пересмотра планов под влиянием внешних обстоятельств.

Шкала 3 – некритичность. Характеризуется дефицитом саморефлексии и неспособностью к объективной оценке собственного поведения. Для индивидов с выраженными проявлениями этой черты типичны слабая настойчивость, трудности в генерации инновационных или компромиссных решений, а также неготовность к признанию собственных ошибок и

восприятию новых знаний.

Методика 2. Тест «Удовлетворенность работой» В.А. Розановой.

Методика включает 14 утверждений, каждое из которых оценивается по пятибалльной шкале, где баллы варьируются от 1 до 5. Испытуемые выбирают вариант, наиболее точно отражающий их отношение к содержанию каждого высказывания. Подсчет результатов осуществляется путем суммирования всех отмеченных значений, зафиксированных в анкете.

Итоговое значение может находиться в диапазоне от 14 до 70 баллов. При получении суммарного показателя, равного или превышающего 40 баллов, интерпретация результатов указывает на наличие выраженной неудовлетворенности профессиональной деятельностью. Если же результат оказывается ниже 40 баллов, это свидетельствует об общем положительном отношении к своей трудовой активности и воспринимаемой удовлетворенности работой.

Методика также может применяться для анализа уровня удовлетворенности трудом в рамках отдельной группы или всего трудового коллектива. В подобных случаях проводится расчет среднего арифметического значения по совокупности индивидуальных показателей, что позволяет выявить преобладающие тенденции в профессиональной мотивации и эмоциональном отношении к выполняемым обязанностям.

Методика 3. Диагностика профессионального выгорания К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой.

По мнению авторов, развитие профессионального выгорания происходит вследствие необходимости осуществлять достаточно однообразную трудовую деятельность, которая происходит в напряженном режиме, и представляет собой взаимодействие с довольно сложным контингентом на фоне высоких эмоциональных нагрузок. Еще одной серьезной причиной развития профессионального выгорания является отсутствие адекватного вознаграждения за проделанную работу, причем речь

не только о материальном, но и о моральном вознаграждении. В таких ситуациях специалисты часто ощущают низкую социальную ценность своей профессии.

Данная методика представляет собой личностный опросник, который был создан для диагностики профессионального выгорания, складывающегося у человека в трудовом процессе. Чаще данной проблеме подвержены специалисты помогающих профессий [8].

Бланк опросника включает в себя 22 утверждения, которые испытуемый должен оценить следующим образом: 0 баллов – никогда, 1 балл – очень редко, 3 балла – иногда, 4 балла – часто, 5 баллов – очень часто, 6 баллов – каждый день. Опросник позволяет выявить показатели по трем шкалам психоэмоциональное истощение (9 утверждений), деперсонализация (5 утверждений) и редукция личных достижений (8 утверждений).

Психоэмоциональное истощение – данный параметр позволяет изучить состояние физических, эмоциональных и энергетических ресурсов специалиста. Ключевыми симптомами психоэмоционального истощения являются перманентное состояние утомленности (физической и эмоциональной), безразличие и низкий уровень эмоциональной вовлеченности во взаимодействии с людьми, раздражительность на фоне состояния, близкого к депрессии. По данному параметру испытуемый может набрать максимум 54 балла.

Деперсонализация – иначе этот параметр можно назвать личностное отдаление, которая представляет собой специфическую именно для представителей социономических профессий форму социальной дезадаптации, проявляющуюся в ярко выраженном увеличении негативных реакций и раздражительности, снижении лояльности в общении с окружающими. Максимальное количество баллов, которые можно набрать по данному параметру равно 30.

Редукция личных достижений – параметр, который имеет прямое отношение к профессиональной мотивации специалиста, поскольку описывает процесс утраты профессионального энтузиазма и снижение внутреннего ощущения престижа собственной профессии альтруистического характера. Часто сопровождается резким снижением личной и профессиональной самооценки, возникновением чувства бессмысленности своей работы, ощущением вины за непрофессиональные поступки и испытываемые отрицательные эмоции во взаимодействии с людьми. Количество баллов, которое испытуемый может набрать по данному параметру, равно 48.

Чем больше сумма баллов по первой и второй шкале в отдельности, тем больше у обследуемого выражены различные стороны выгорания. Сумма баллов по третьей шкале позволяет непосредственно определить уровень профессионального выгорания – чем больше баллов набрал испытуемый, тем выше уровень его выгорания.

Методика 4. Диагностика уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко.

Автор методики определяет эмоциональное выгорание, как своего рода психологический защитный механизм, возникающий в ответ на психотравмирующие обстоятельства, связанные с профессиональной деятельностью [28].

По сути, выгорание представляет собой постепенное формирование своеобразных стратегий жизнедеятельности, позволяющих человеку экономить собственные энергетические ресурсы за счет резкого снижения эмоциональных реакций.

В профессиональной деятельности эмоциональное выгорание может иметь дисфункциональные последствия, мешая выстраивать полноценные отношения с людьми, которые ее сопровождают.

Этот опросник позволяет проанализировать актуальное состояние

испытуемого на предмет обнаружения последствий воздействия на него определенного количества стресс-факторов в его профессиональной деятельности.

Бланк опросника данной методики представляет собой перечень из 84 утверждений. Испытуемому необходимо, используя однозначные ответы «да» и «нет», выразить свое мнение по поводу каждого из утверждений.

Данный опросник позволяет проанализировать в количественных показателях степень сформированности и уровень проявления симптомов по каждой из фаз развития синдрома эмоционального выгорания - напряжение, резистенция, истощение.

Анализируя результаты испытуемых по этой методике, в первую очередь необходимо сосредоточить внимание на показателях каждого из симптомов. Выраженность каждого из них может быть оценена в показателях от 0 до 30 баллов. Если показатели испытуемого находятся в промежутке от 0 до 9 баллов, анализируемый симптом у него еще не сформирован.

Показатели от 10 до 15 баллов указывают нам на то, что симптом находится в стадии формирования. Симптом считается сложившимся, если показатели по нему варьируются от 16 до 20 баллов. Если же по анализируемому симптому показатели испытуемого находятся в промежутке от 20 до 30 баллов, этот симптом будет считаться доминирующим, как в соответствующей фазе, так и во всей картине его синдрома эмоционального выгорания. Такой подход позволяет очень тщательно провести оценку картины эмоционального выгорания каждого из испытуемых.

Следующим этапом работы с данными, полученными по этой методике, выступает оценка сформированности каждой из фаз эмоционального выгорания.

Такой анализ можно реализовать, исходя из того, что каждая фаза может быть оценена в показателях от 0 до 120 баллов, а именно:

– показатели до 36 баллов включительно указывают на

несформированность фазы;

- на то, что фаза находится в состоянии формирования, указывают показатели от 37 до 60 баллов;

- показатели выше 61 балла однозначно указывают на то, что данная фаза уже сложилась.

Тем не менее, простое сопоставление показателей выраженности фаз не может служить неоспоримым признаком, позволяющим оценить их влияние и вес в общей картине синдрома. Это обусловлено существенными различиями между явлениями, измеряемыми по методике: особенности реакций испытуемого на внутренние и внешние стрессоры, в каком состоянии находится его нервная система, а также предпочитаемые формы психологических защит.

2.2 Результаты исследования профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования

В рамках поставленных исследовательских целей было осуществлено эмпирическое изучение особенностей профессиональных деформаций, характерных для представителей педагогической сферы.

После получения обобщенных количественных данных, отражающих уровень выраженности профессиональной деформации, значения были преобразованы в стеновые оценки с последующим статистическим анализом.

Это позволило определить степень сформированности деформационных проявлений у опрошенных педагогов и отразить полученные результаты на рисунке 1.

Анализ данных, представленных на рисунке 1, позволяет зафиксировать следующее распределение уровней профессиональной деформации среди опрошенных педагогов: лишь 10% респондентов демонстрируют низкую

степень выраженности соответствующих признаков, тогда как у 38% зафиксирован высокий уровень деформационных изменений, а у 52% – средний.

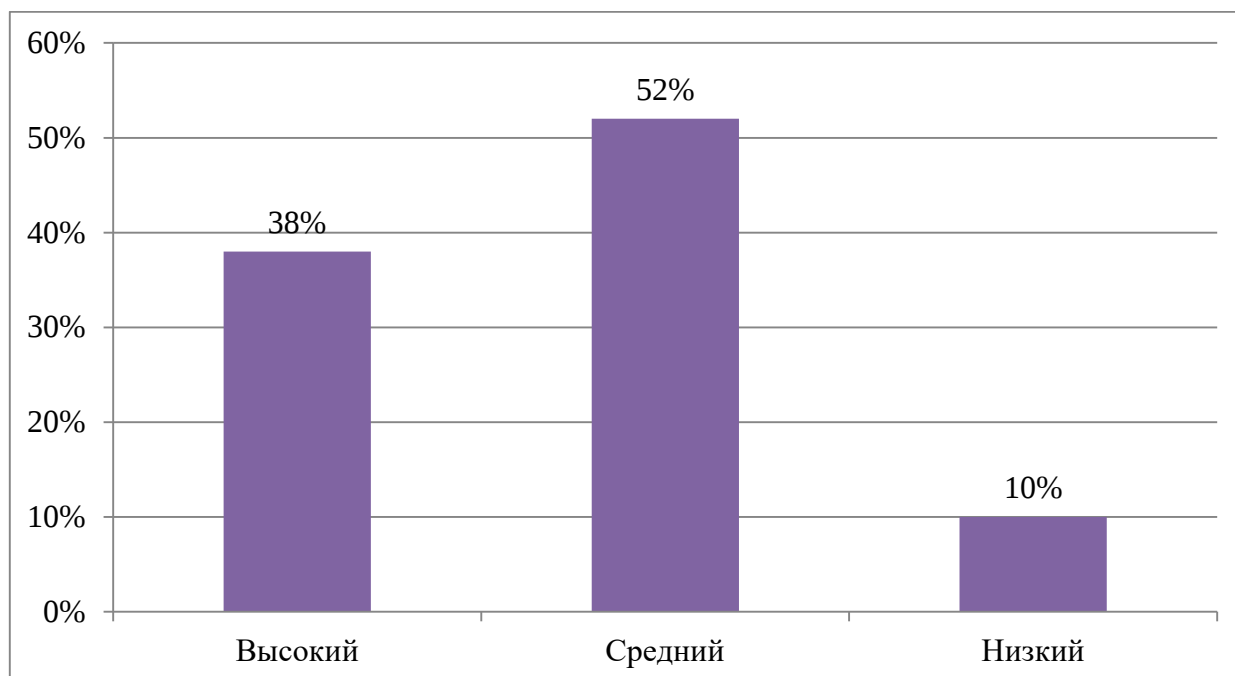


Рисунок 1 – Процентное распределение испытуемых по уровням сформированности профессиональных деформаций личности (методика диагностики профессиональной деформации личности учителя, С.П. Андреев, В.Е. Орел)

Обращает на себя внимание тот факт, что значительная доля испытуемых с высокими показателями профессиональной деформации способна достаточно точно распознавать ее проявления как в собственной профессиональной деятельности, так и в поведенческих реакциях и коммуникативных взаимодействиях.

Однако характер этой фиксации носит преимущественно автоматизированный, поверхностный характер и, как правило, не сопряжен с осмыслением функциональной роли деформации в педагогическом процессе, равно как и с осознанием необходимости ее преодоления.

Далее в исследовании представлена степень выраженности отдельных

компонентов профессиональной деформации педагогов, что показано на рисунке 2.

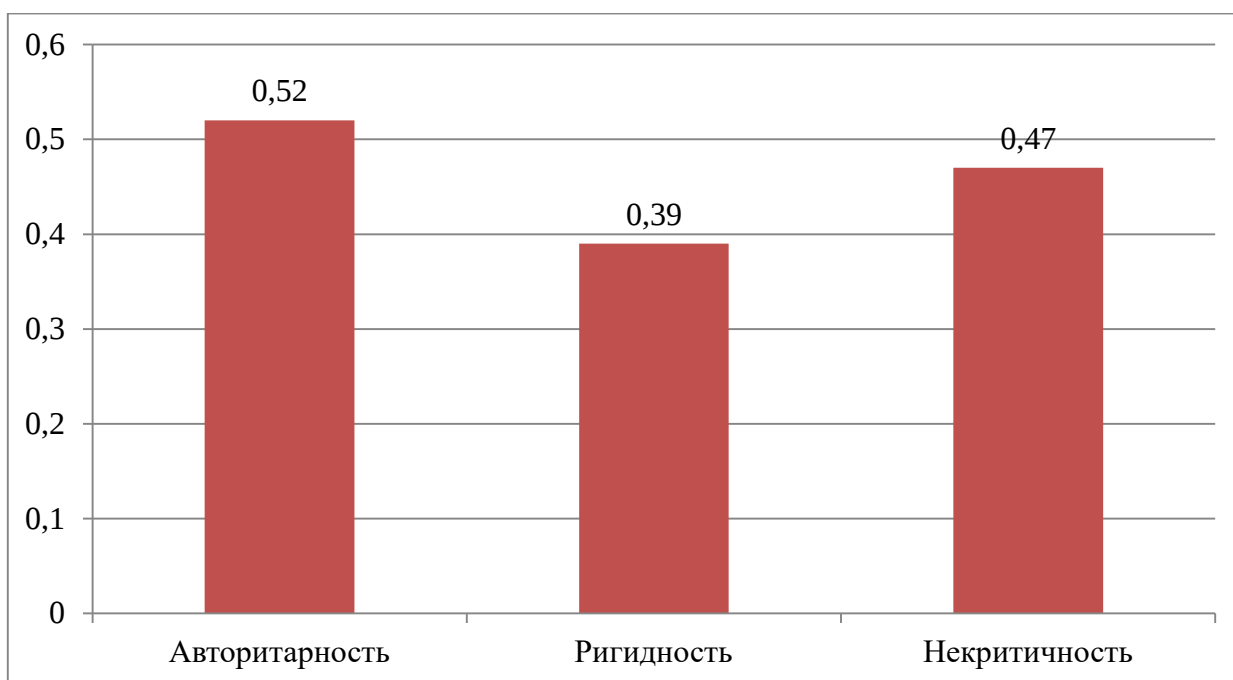


Рисунок 2 – Выраженность компонентов профессиональных деформаций педагогов (методика диагностики профессиональной деформации личности учителя, С.П. Андреев, В.Е. Орел)

Согласно данным, отраженным на рисунке 2, наибольшая выраженность профессиональной деформации у обследованных педагогов фиксируется по параметру авторитарности (0,52). Вторую позицию по степени проявления занимает некритичность (0,47), в то время как наименьшие показатели зафиксированы по шкале ригидности (0,39).

Полученные результаты позволяют заключить, что профессиональное развитие в педагогической среде сопровождается формированием личностных черт, ограничивающих гибкость и адаптивность поведения.

В частности, тенденция к авторитарности проявляется в устойчивой нетерпимости к иным точкам зрения, доминирующем стиле взаимодействия, стремлении навязывать собственную позицию и утверждать личное

превосходство.

Некритичность, как второе по значимости проявление деформации, выражается в снижении способности к рефлексии, самооценке и критическому осмыслению собственных профессиональных действий.

Наименее выраженным компонентом деформации оказалась ригидность, что свидетельствует о сравнительно меньшей склонности к рутинному поведению и сопротивлению изменениям, по сравнению с вышеуказанными характеристиками.

На следующем этапе исследования была проанализирована степень удовлетворенности педагогов своей профессиональной деятельностью. Соответствующие данные представлены на рисунке 3.

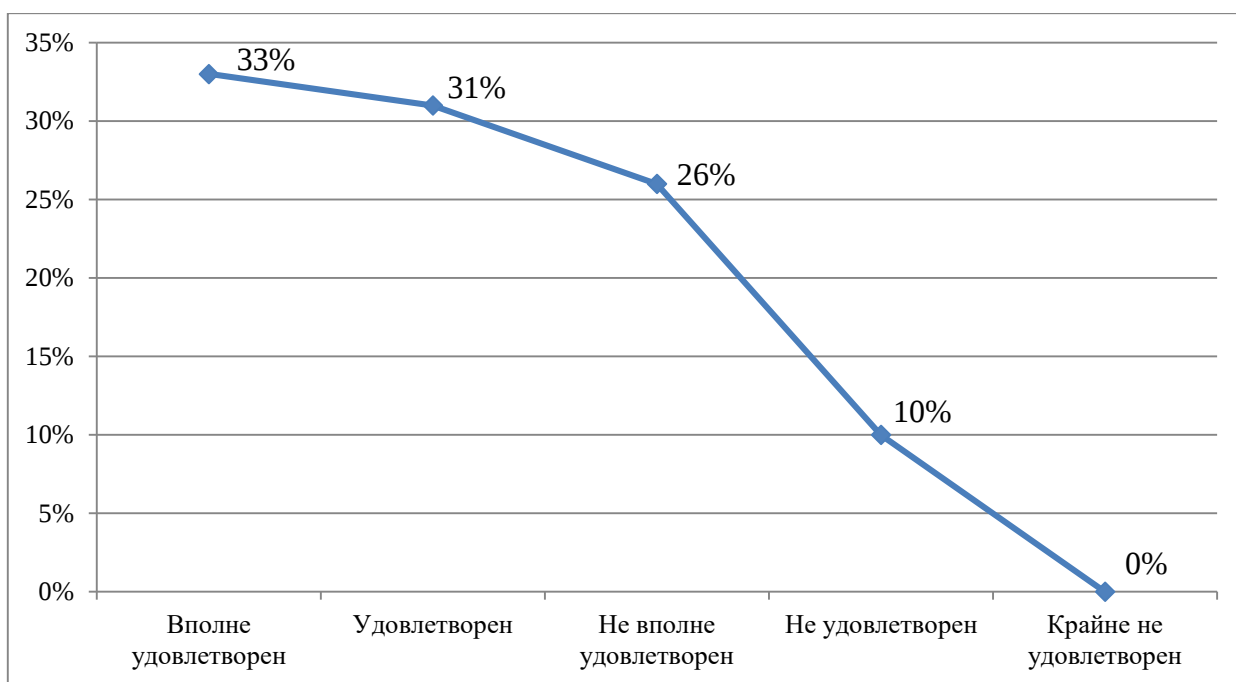


Рисунок 3 – Процентное распределение педагогов по степени удовлетворенности работой (тест «Удовлетворенность работой» В.А. Розановой)

Результаты, представленные на рисунке 3, демонстрируют распределение степени удовлетворенности педагогов своей

профессиональной деятельностью. Наибольшая доля респондентов (33%) охарактеризовала свое отношение к труду как «вполне удовлетворенное».

Еще 31% опрошенных сообщили о том, что «в целом удовлетворены» условиями и содержанием своей педагогической деятельности.

Показатели умеренного уровня удовлетворенности («не вполне удовлетворены») составили 26%, а 10% педагогов выразили явную неудовлетворенность своей работой. При этом случаи выраженной или крайней неудовлетворенности в выборке не зафиксированы.

Таким образом, обобщенная картина свидетельствует о преобладании положительного отношения к профессиональной деятельности среди опрошенных педагогов. Это может указывать на приемлемый уровень удовлетворенности основными аспектами труда – стилем руководства, условиями работы, уровнем оплаты и содержанием выполняемых функций.

Однако выявленное присутствие респондентов, продемонстрировавших неудовлетворенность, указывает на наличие системных проблем, связанных с условиями организации труда, перспективами профессионального роста и уровнем материального вознаграждения, требующих дополнительного управленческого внимания.

Результаты исследования уровня профессионального выгорания среди опрашиваемых педагогов дошкольного образования представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты исследования профессионального выгорания испытуемых (методика диагностики профессионального выгорания К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой)

Компонент	Крайне низкие	Низкие значения	Средние значения	Высокие значения	Крайне высокие
Психэмоциональное истощение	16%	40%	32%	8%	4%
Деперсонализация (личностное отдаление)	12%	20%	44%	12%	12%

Продолжение таблицы 1

Компонент	Крайне низкие	Низкие значения	Средние значения	Высокие значения	Крайне высокие
Редукция личных достижений (профессиональная мотивация)	8%	16%	56%	12%	8%
Психическое выгорание	12%	24%	40%	16%	8%

Выявлено, что достаточно большое число педагогов дошкольного образования, принявших участие в исследовании, посвященном проблеме профессиональной деформации, находятся под влиянием профессионального выгорания, что, несомненно, не может не сказываться на качестве и содержании их работы.

Визуализация профессионального выгорания испытуемых представлена на рисунке 4.

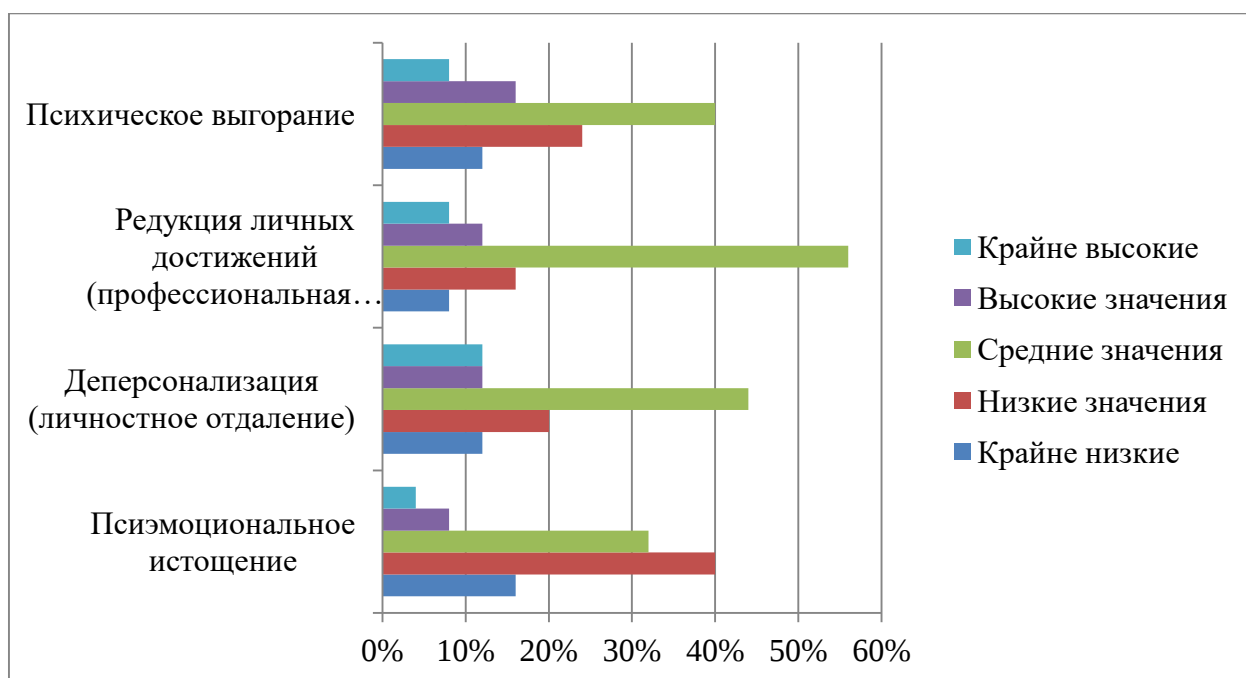


Рисунок 4 – Профессиональное выгорание испытуемых (методика диагностики профессионального выгорания К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой)

Для исследователя, возможность дать не только количественную оценку фаз и симптомов синдрома эмоционального выгорания, но и в полной мере оценить индивидуальное содержание синдрома, создает условия для проведения полноценного анализа индивидуальной картины выгорания испытуемого, следовательно, подобрать наиболее эффективные стратегии психокоррекции и психопрофилактики данного состояния.

Далее, для того, чтобы иметь возможность более полного анализа картины стрессов, которым подвержены испытуемые, предприняли исследования сформированности фаз синдрома эмоционального выгорания по методике В.В. Бойко. Результаты исследования уровня сформированности симптомокомплексов синдрома эмоционального выгорания среди опрашиваемых педагогов дошкольного образования представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты по методике В. Бойко на выявление эмоционального выгорания и его симптомов среди испытуемых

Фаза синдрома эмоционального выгорания	Симптомы фазы	Симптом сформирован	Симптом в стадии формирования
Фаза напряжения	Переживание психотравмирующих обстоятельств	68%	20%
	Неудовлетворенность собой	4%	20%
	Загнанность в клетку	60%	20%
	Тревога и депрессия	24%	20%
Фаза резистенции	Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование	60%	16%
	Эмоционально-нравственная дезориентация	28%	16%
	Расширение сферы экономии эмоций	40%	16%
	Редукция профессиональных обязанностей	68%	0%
Фаза истощения	Эмоциональный дефицит	40%	16%
	Эмоциональная отстраненность	48%	0%
	Личностная отстраненность	28%	4%
	Психоматические и психовегетативные нарушения	20%	0%

Опираясь на подсчеты, представленные в таблице, испытуемые, принимавшие участие в исследовании, были разделены на группы, исходя из их показателей.

В первую группу вошли испытуемые, у которых сформирована фаза истощение здесь наблюдаются показатели от 62 до 95 баллов по сумме симптомов данной фазы (4 человека – 16 %).

Во вторую группу вошли испытуемые, у которых сформирована фаза резистенции. Здесь наблюдаются показатели от 61 до 118 баллов по сумме симптомов данной фазы (3 человека – 12 %).

В третью группу вошли испытуемые, у которых сформирована фаза напряжение здесь наблюдаются показатели от 61 до 120 баллов по сумме симптомов данной фазы (5 человек – 20 %), рисунок 5.

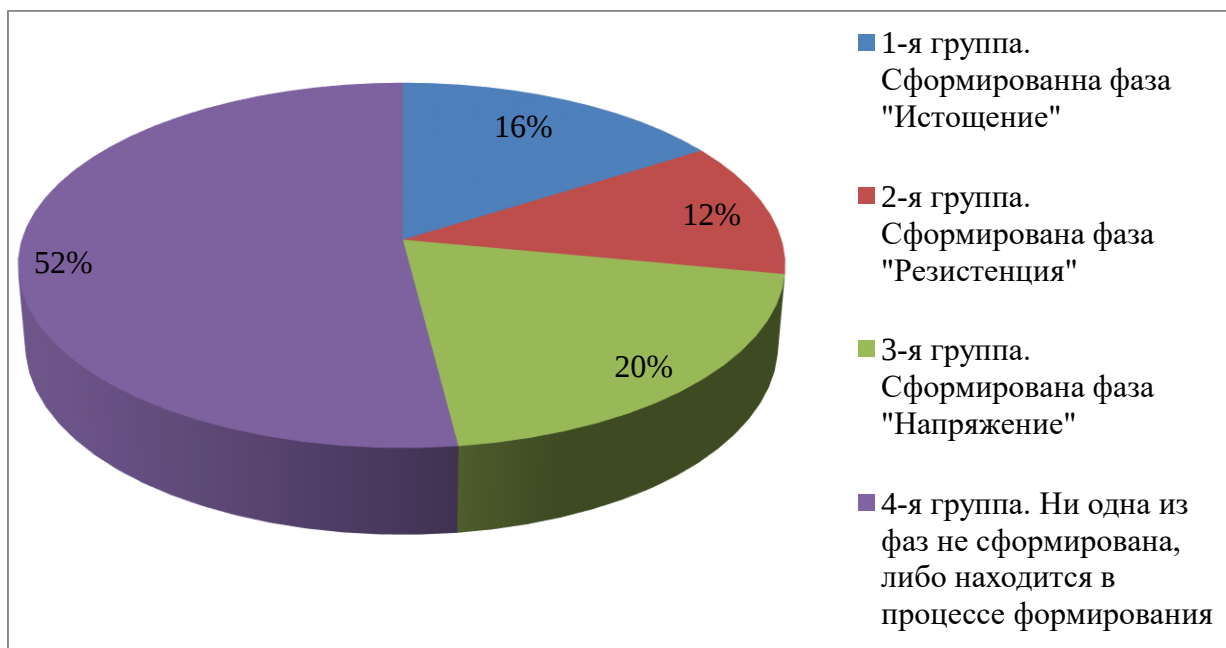


Рисунок 5 – Распределение показателей выборки по степени эмоционального выгорания (методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко)

В четвертую группу вошли испытуемые, у которых не сформированы, либо находятся в стадии формирования симптомы входящую в различные

фазы синдрома эмоционального выгорания (13 человек – 52%).

Следующим этапом анализа данных стала оценка выраженности симптомов эмоционального выгорания среди педагогов с разным стажем работы. Для этого разделили респондентов на подгруппы таким образом:

- со стажем профессиональной деятельности до 5 лет;
- со стажем профессиональной деятельности 5 – 10 лет;
- со стажем профессиональной деятельности 10 – 15 лет;
- со стажем профессиональной деятельности 15 – 20 лет;
- со стажем профессиональной деятельности более 20 лет.

Ниже, в таблице 3 приведены результаты анализа полученных данных, демонстрирующих особенности сформированности фаз эмоционального выгорания у педагогов дошкольного образования с различным стажем профессиональной деятельности.

Таблица 3 – Сформированность фаз синдрома эмоционального выгорания педагогов с различным стажем профессиональной деятельности

Стаж работы	Фаза напряжения	Фаза резистенции	Фаза истощения
До 5 лет	56 %	56 %	20 %
От 5 до 10 лет	0 %	48 %	28 %
От 10 до 15 лет	12%	8 %	8 %
От 15 до 20 лет	24%	12 %	24 %
Более 20 лет	32%	100%	64%

Для педагогов, вошедших в подгруппу со стажем профессиональной деятельности до 5 лет (2 человека), наиболее характерна сформированность фаз «Напряжение» и «Резистенция».

Высокие баллы, набранные по симптомам данных фаз, демонстрируют нам, что педагоги дошкольного образования с малым стажем работы, часто испытывают напряженные, негативные эмоции, зачастую обусловленные недостаточностью необходимых специальных знаний и профессионального опыта. К тому же данные испытуемые в частной беседе указали на то, что

довольно часто размышляют о смене работы.

Визуализация фаз синдрома эмоционального выгорания педагогов с различным стажем профессиональной деятельности представлена на рисунке 6.

Среди педагогов, вошедших в подгруппу со стажем профессиональной деятельности от 5 до 10 лет (8 человек) наиболее высокие показатели наблюдаются в отношении сформированности фазы резистенция, также достаточно высоки показатели сформированности фазы истощение, а фаза напряжение не сформирована.

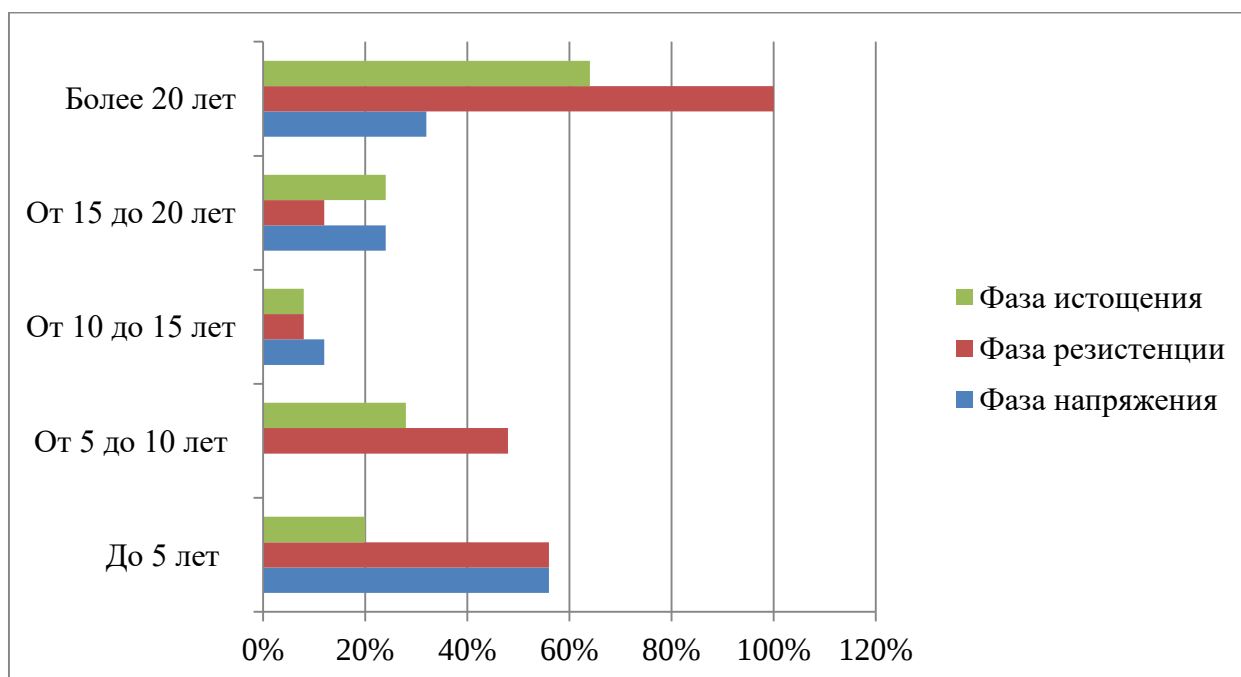


Рисунок 6 – Фазы синдрома эмоционального выгорания педагогов с различным стажем профессиональной деятельности

Такие показатели могут быть обусловлены ростом внутреннего личностного потенциала педагогов, а также повышением способности к сопротивлению в отношении психотравмирующих обстоятельств, сопровождающих их профессиональную деятельность.

Педагоги, чей стаж профессиональной деятельности варьируется от 10

до 15 лет (10 человек), оказались наиболее устойчивы к эмоциональному выгоранию. Показатели по всем симптомам и фазам синдрома у этой подгруппы находятся в низкой степени выраженности.

В группе исследуемых педагогов со стажем профессиональной деятельности от 15 до 20 лет (4 человека) наблюдаем довольно высокую выраженность показателей фазы напряжение. По другим фазам показатели выражены незначительно.

Такое положение вещей, возможно, обусловлено тем, что педагоги этой подгруппы обладают не только значительным личностным потенциалом, способствующим адекватному восприятию различных напряженных ситуаций в профессиональной среде, а также обширным опытом и достаточными профессиональными знаниями для успешного осуществления своей педагогической деятельности.

Дополнительным фактором может выступать также то, что собственные дети этих педагогов стали достаточно взрослыми, чтобы родители обрели возможность больше время посвящать себе и собственному профессиональному развитию.

В подгруппе со стажем профессиональной деятельности более 20 лет у нас оказался только 1 респондент.

У этого педагога по показателям каждой из фаз синдрома эмоционального выгорания, наблюдаем довольно высокие результаты в сравнении с остальными опрошенными педагогами.

Несмотря на тот факт, что показатели сформированности фазы резистенции выше показателей фазы истощение, такие результаты могут быть интерпретированы, как характерные для профессионала, находящегося в очередном возрастном кризисе, обусловленным сознанием необходимости окончания карьеры и уходом из профессии.

Таким образом, установили, что наиболее устойчивыми в отношении формирования эмоционального выгорания, как основного вида

профессиональной деформации, являются педагоги, профессиональный стаж которых варьируется от 10 до 15 лет.

Наиболее подверженными развитию синдрома эмоционального выгорания среди исследуемых педагогов дошкольного образования стали представители двух подгрупп: со стажем работы до 5 лет (для них наиболее характерны высокие по параметру напряжение и резистенция) и специалист, вошедший в подгруппу с трудовым стажем более 20 лет (наиболее высокие показатели по параметру резистенция и сложившаяся фаза истощение).

У каждого опрошенного педагога, вошедшего в эти подгруппы, наблюдалась как минимум одна сформированная фаза эмоционального выгорания.

Таким образом, подтвердилась первая часть гипотезы исследования: стаж работы педагогов дошкольного образования является ключевым фактором, обуславливающим формирование у них профессиональной деформации.

Итак, вышеперечисленные выводы по результатам исследования и экспертного опроса позволяют нам определить основные направления психологической поддержки педагогов дошкольного образования, испытывающих проявления профессиональной деформации.

Психологическая поддержка должна быть направлена на снятие тревожности, депрессивных состояний, на работу с эмоциональными, когнитивными, физиологическими проявлениями синдрома эмоционального выгорания, таким образом, нивелируя проявления профессионального выгорания, а, следовательно, и создавая возможность для преодоления явлений профессиональной деформации.

Далее, по результатам анализа результатов, вся выборка была разделена на экспериментальную и контрольную в зависимости от сформированности стадий уровня выгорания.

Для того чтобы подтвердить вторую часть гипотезы, сформулированной

в исследовании, из педагогов дошкольного образования с уже сложившимся синдромом эмоционального выгорания, сопровождающимся профессиональным выгоранием, сформировали экспериментальную группу.

Среди них проведен тренинг, впоследствии обработав и проанализировав результаты проведенного исследования.

2.3 Разработка и реализация тренинга по преодолению профессиональной деформации личности педагогов дошкольного образования и анализ результатов повторной диагностики

К сегодняшнему дню накоплено достаточное количество приемов, методик и средств, позволяющих на практике решить задачу снижения негативных проявлений профессиональной деформации педагогов дошкольного образования.

Специалисты в целом единогласно указывают на то, что наиболее эффективным путем ее решения является работа над снижением проявлений эмоционального выгорания, а у тех, кто находится в стадии формирования этого синдрома – профилактикой его развития.

Основой этого процесса должна выступать личностная психологическая подготовка специалиста, подразумевающая не столько предоставление педагогам дошкольного образования информации о причинах и последствиях развития у них профессиональной деформации, предостережений о существовании такой проблемы или обучение теоретическим основам психогигиены труда, сколько научение их применению на практике средств и методов развития и повышения стрессоустойчивости.

Е.А. Кобялковская в своей статье пишет: основным психологическим качеством, обеспечивающим стрессоустойчивость, является уровень

личностной зрелости педагога.

Здесь подразумевается степень осознания себя, способность брать на себя ответственность, принимать решения и делать выбор, умение строить гармоничные взаимоотношения с другими людьми, открытость изменениям и принятие своего и чужого опыта во всем его многообразии [19].

В работе над преодолением профессиональной деформации, педагогу необходимо проявлять высокий уровень собственной активности, поскольку ожидать, что негативные проявления симптомов эмоционального выгорания пройдут сами собой, с течением времени – бессмысленно.

Ранее в данной работе мы указывали на то, что среди педагогов дошкольного образования профессиональная деформация очень интенсивно проявляется в негативных изменениях в области сферы эмоций.

А это значит, что для этих специалистов крайне важным личностным компонентом является эмоциональная компетентность, то есть наличие навыков рефлексии в отношении собственных переживаний и эмоций, склонность к постоянному самопознанию и самоанализу, а также наличие способности к саморегуляции актуального эмоционального состояния [12].

Следовательно, специалист, который сознает необходимость собственных усилий над сохранением и выстраиванием своего психологического благополучия, должен обладать активной жизненной позицией и развивать в себе эмоциональную компетентность, контролируя, таким образом, появление симптомов выгорания.

Развитие способности к эмоциональной саморегуляции является крайне важным компонентом личностной культуры педагога дошкольного образования.

Это обусловлено тем, что успешность взаимодействия в воспитательном и образовательном процессе во многом определяется наличием и уровнем развития таких компонентов эмоциональной саморегуляции как: способность к правильному восприятию и отражению эмоций других людей, эмпатия,

способность к управлению собственными эмоциями и эмоциями воспитанников [29].

Ведь педагог дошкольного образования является значимым другом для своих воспитанников и их родителей, выступая для них источником эмоциональной информации, необходимой им для осмысления текущего момента, то есть обладает для них высоким уровнем эмоциональной референтности.

Контроль за эмоциональными реакциями и их последствиями, развитие умения спрогнозировать их появление и расширение знаний о факторах провоцирующих их появление и влияющих на их продолжительность, педагог дошкольного образования должен начинать с работы над собственной осознанностью.

Однако необходимо помнить о том, что достаточно сложно осознать и взять под контроль отрицательные эмоциональные реакции, сложившиеся в детстве (особенно раннем), сложные амбивалентные чувства к близким людям, которые стали частью картины мира, а также социально неприемлемые для той, культуры, носителем которой является человек, эмоциональные реакции и состояния [35].

Множество видных ученых-психологов (Додонов Б.И., Кузьмина Н.В., Левитов Н.Д., Рубинштейн М.М., Чебыкин А.Я.) в своих работах указывали на необходимость формирования и развития эмоциональной саморегуляции педагога.

В их работах содержится много информации о том, что недостаточное количество адекватных эмоциональных проявлений или частое проявление отрицательных эмоций и эмоциональных состояний сказываются на качестве работы педагога крайне негативно, в общем и целом снижая эффективность его работы.

Поскольку являются причиной увеличения количества конфликтов с воспитанниками, их родителями и коллегами, а также являясь маркерами

плохой социальной адаптации, высокой ситуативной тревожности и склонности к агрессивной самозащите [36].

Все соображения, приведенные выше, приводят нас к мысли о том, что способам эмоциональной саморегуляции следует обучать не только действующих педагогов дошкольного образования, но и учащихся на этапе первичной профессионализации, сделавших выбор в пользу этой профессии.

В рамках коррекционного этапа проводился тренинг, направленный на преодоление профессиональной деформации, который был разработан по результатам проведенного исследования, при его разработке были учтены основные направления коррекционного воздействия.

Данный тренинг призван оказать необходимую психологическую поддержку, помощь педагогам дошкольного образования в решении проблем, связанных с переживанием синдрома эмоционального выгорания.

Применение тренинга создает возможность получения полноценных научных знаний о профессиональной деформации педагогов, о предпосылках развития данного состояния, особенностях и вариациях его проявления у разных людей, а также о наиболее распространенных поведенческих стилях, сопровождающих профессиональное выгорание.

По результатам проведенного исследования нами было предложено принять участие в тренинге 10 педагогам дошкольного образования в возрасте от 22 до 45 лет.

Тренинг проводился в течение 3-х недель, по 2 занятия в неделю, всего 10 часов.

Основными задачами проводимой нами коррекционной работы стали:

- развивая у педагогов дошкольного образования способности к эмоциональной саморегуляции, добиться повышения их личностной эффективности и конструктивности, социально-активной жизненной позиции;

- в ходе работы по преодолению профессиональной деформации и эмоционального выгорания педагогов дошкольного образования, добиться формирования эффективных поведенческих стилей, позволяющих преодолевать профессиональные стрессы;
- осуществить помощь в выявлении субъективных стресс-факторов для каждого из участников коррекционной программы и добиться нивелирования их влияния.

Приемы, упражнения и задания, применявшиеся в коррекционной работе, были подобраны исходя из вышеперечисленных задач.

Они позволили добиться того, что через инициацию смыслообразования, участники тренинговой программы отработали использование техник саморегуляции и самоподдержки. После завершения программы, нами было проведено повторное тестирование по методике диагностики профессионального выгорания, таблица 4.

Таблица 4 – Результаты повторного исследования профессионального выгорания среди испытуемых (методика диагностики профессиональной деформации личности учителя, С.П. Андреев, В.Е. Орел)

Значения	Психэмоциональное истощение		Деперсонализация (личностное отдаление)		Редукция личных достижений (профессиональная мотивация)		Психическое выгорание	
	До	После	До	После	До	После	До	После
Крайне низкие	16%	20%	12%	20%	8%	16%	12%	16%
Низкие	40%	36%	20%	24%	16%	24%	24%	48%
Средние	32%	40%	44%	44%	56%	56%	40%	28%
Высокие	8%	4%	12%	8%	12%	4%	16%	8%
Крайне высокие	4%	0%	12%	4%	8%	0%	8%	0%

Визуализация повторного исследования профессионального выгорания среди испытуемых представлена на рисунке 7.

Таким образом, вторая часть гипотезы исследования подтвердилась:

симптомы, составляющие отдельные компоненты профессионального выгорания, будут иметь различные показатели до и после коррекционной программы, направленной на преодоление профессиональной деформации педагогов дошкольного образования.

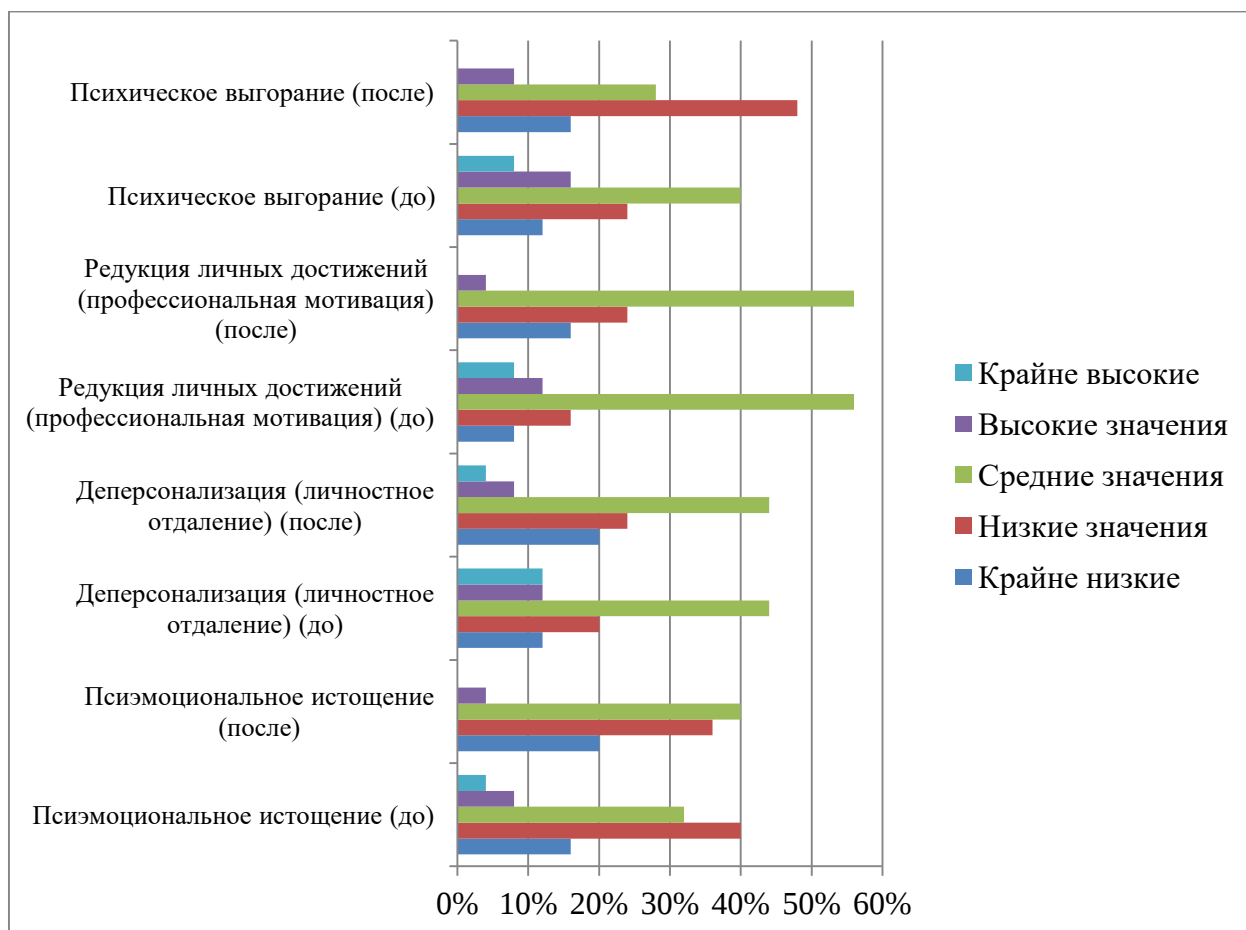


Рисунок 7 – Повторное исследование профессионального выгорания среди испытуемых (методика диагностики профессиональной деформации личности учителя, С.П. Андреев, В.Е. Орел)

Обработка данных методами математической статистики.

Для проверки нашей гипотезы, воспользовались тестом Вилкоксона для связанных пар, который представляет собой средство для проверки существования значимого различия между двумя связанными наборами непараметрических данных [28], позволяющее определить различаются ли

статистически полученные данные.

Для этого нашли величину различий между показателями каждого из респондентов, вошедших в выборку, затем проранжировали полученные разницы, придавая большему по модулю значению больший ранг, далее присвоили каждому полученному рангу знак + или -, для того, чтобы указать направление различия.

Затем были определены суммы положительных и отрицательных рангов.

Эффективный размер выборки $N=25$.

$T_w=33$ при $p<0,01$.

Критическая величина T_w для данного размера выборки и уровня значимости равна 76.

Односторонний тип использования гипотезы.

Поскольку T_w меньше критического значения, данные результаты, позволяют сделать вывод о том, что проведенная коррекционная работа, оказала положительное влияние, что проявляется в изменении не только конечного показателя профессионального выгорания, но и прочих характеристик, сопровождающих проявления профессиональной деформации педагогов дошкольного образования.

Со слов участников коррекционной программы, проведенная работа помогла им разобраться в причинах частого плохого самочувствия и настроения, научила переключать внимание с раздражающих факторов на приятные мысли, освоить навыки релаксации и позитивного мышления и изменить взгляд на многие проблемы.

Обсуждение результатов проведенной коррекционной программы позволило разработать совместно с ее участниками стратегии поведения, позволяющие снизить эффект отрицательных факторов, влияющих на развитие профессиональной деформации, а также выработать конструктивное отношение к проблемам, появляющимся в процессе жизни.

Ниже приведены некоторые пути, используя которые, возможно добиться эффективного преодоления развития профессиональных деформаций среди педагогов дошкольного образования.

Регулярное участие в тренинговых программах, способствующих профессиональному и личностному росту специалистов. Это могут быть любые ролевые игры. Основной целью участия в таких мероприятиях является выход из зоны комфорта, сброс накопившихся негативных эмоций, выработка новых стратегий поведения в разнообразных ситуациях.

Повышение личностной и профессиональной компетентности. Данный процесс не должен останавливаться на протяжении всей карьеры педагога.

Реализовать эту задачу можно несколькими способами: заниматься самообразованием, участие в работе творческих групп, обмен профессиональным опытом с коллегами и другое.

Регулярное проведение диагностики эмоционального выгорания и изучение различных стратегий преодоления этого синдрома.

Рефлексия собственного развития, регулярная оценка собственных профессиональных достижений, поиск путей и разработка возможных путей дальнейшего профессионального роста.

Изучение и овладение различными приемами и техниками позволяющими анализировать состояние собственной эмоционально-волевой сферы и регулировать его.

Внедрение в учебно-воспитательный процесс постоянно обновляющиеся инновационные формы и технологии работы.

Освоение новых педагогических технологий, использование современных образовательных ресурсов и инструментов позволяет педагогам дошкольного образования избегать психологического застоя и расширять кругозор.

Регулярное участие в методических объединениях, специальных педагогических конкурсах и фестивалях.

Такие мероприятия создают возможность не только продемонстрировать свои достижения, но и получить обратную связь от коллег и экспертов.

Обмен профессиональным опытом, обсуждение насущных проблем и поиск их решений позволяет педагогам развиваться и находить новые подходы к организации учебно-воспитательного процесса.

Индивидуальная или групповая работа с психологом, которая может быть реализована в виде психотерапии, индивидуальных консультаций, просветительских, профилактических или коррекционных тренингов в группе специалистов.

Все вышеперечисленные варианты способны помочь педагогу дошкольного образования преодолеть негативные проявления профессиональной деформации и добиться позитивных изменений в виде укрепления эмоциональной стабильности, формирования позитивной профессиональной и личностной самооценки, увеличения количества диалогов в общении и многого другого.

Также необходимо указать на то, что работа над преодолением профессиональной деформации педагогов дошкольного образования должна носить комплексный характер и должна обеспечивать благополучие на всех уровнях его функционирования:

- на телесном уровне преодолеть негативные состояния позволят регулярные занятия спортом и различные техники релаксации. Применение методов осознанного расслабления помогает справиться с головными болями, мышечными спазмами, бессонницей, сниженным энергетическим тонусом;
- на эмоциональном уровне большой пользой обладают методы аутогенной тренировки, визуализации и медитации. Они позволяют эффективно работать с проблемой тревожности и немотивированного

беспокойства, снизить эмоциональное напряжение, преодолеть апатию и общую подавленность;

- на рациональном, смысловом уровне применение рефлексии и самоанализа помогает достичь самопонимания и самопринятия, избежать проблемы снижения имиджа своей профессиональной деятельности и достижений в собственных глазах, сформировать или реконструировать у специалиста позитивного профессионального образа;

- на уровне поведения освоение новых стратегий действий позволит избежать постоянного использования сложившихся стереотипов и выстроить новые наиболее результативные и адаптивные формы поведения бытовой и профессиональной среде.

Проведя обработку и анализ полученных данных, пришли к следующим выводам:

- у респондентов, находящихся в состоянии тревожности и депрессии, загнанности в клетку помимо негативных переживаний и мыслей наблюдается и ухудшение физического состояния;

- для респондентов со стажем работы до 5 лет характерно наибольшее развитие комплекса симптомов у каждого испытуемого на всех стадиях синдрома эмоционального выгорания;

- доминирующими симптомами у всей выборки испытуемых отмечаются симптомы: переживание психотравматизирующих обстоятельств, загнанность в клетку; неадекватного избирательного эмоционального реагирования, редукция профессиональных обязанностей; эмоциональная отстраненность, эмоциональный дефицит;

- у респондента со стажем работы более 20 лет отмечается наибольшая предрасположенность к развитию синдрома эмоционального выгорания,

чем у других опрошенных;

– у респондентов со сформировавшейся фазой истощения и резистенция наблюдаются серьезные ухудшения физического состояния, также у данной группы испытуемых негативные переживания и мысли наблюдаются значительно чаще, чем среди испытуемых других групп;

– наиболее устойчивыми к развитию симптомов синдрома эмоционального выгорания оказались респонденты со стажем работы от 5 до 10 лет, основные симптомы, перечисленные в данной подгруппе, скорее можно отнести к организационному фактору.

Разработанная в рамках исследования программа тренинга, направленного на преодоление профессиональной деформации педагогов дошкольного образования, прошла апробацию и доказала свою эффективность, что и позволило нам не только реализовать поставленные задачи, но и подтвердить выдвинутую гипотезу.

Итак, среди педагогов дошкольного образования проблема профессиональной деформации является достаточно распространенной.

Она выражается в том, что среди них часто встречаются лица, подверженные профессиональному выгоранию.

Данным специалистам психологическая поддержка необходима ничуть не меньше, а может даже и больше, чем прочим представителям профессий социономического типа.

Основные направления поддержки такого рода могут быть определены на основе проведенного исследования и нуждаются в дальнейшей разработке.

Выводы по второй главе

По итогам исследования можно сделать следующие выводы. По первой гипотезе, утверждающей, что стаж работы педагогов дошкольного

образования является ключевым фактором, влияющим на формирование профессиональной деформации, результаты подтвердили, что с увеличением стажа работы наблюдается рост симптомов профессионального выгорания.

Это опосредовано тем, что педагоги с малым и большим стажем находятся в уязвимом положении по отношению к эмоциональному выгоранию и другим деформациям личности.

Участники со стажем менее 5 лет сталкиваются с высокой степенью эмоциональной напряженности и деперсонализации, в то время как респондент с более чем 20-летним стажем выявляет выраженные признаки истощения и неадекватного эмоционального реагирования.

Эти данные подчеркивают, что как новые педагоги, так и опытные специалисты нуждаются в поддержке и ресурсах для управления стрессом, связанным с профессиональной деятельностью.

Вторая гипотеза, касающаяся того, что применение коррекционной программы поможет уменьшить симптомы профессионального выгорания, также нашла подтверждение.

Результаты повторной диагностики показали статистически значимое снижение оценок по всем компонентам профессионального выгорания после проведения тренинга. Это указывает на то, что, предпринятые меры действительно способствуют улучшению эмоционального состояния педагогов и способствуют их профессиональной реабилитации.

Таким образом, проведенное исследование не только продемонстрировало существование значительной проблемы профессиональной деформации среди педагогов дошкольного образования, но и подтвердило важность системного подхода к ее преодолению через психологические тренинги и поддержку.

Данные результаты служат основанием для дальнейших исследований в данной области и разработки новых программ, направленных на повышение устойчивости педагогов к профессиональному стрессу и выгоранию.

Подводя итог, можно сказать, что работа с педагогами дошкольного образования в контексте их эмоционального благополучия и профилактики профессиональной деформации должна оставаться в центре внимания, как образовательных учреждений, так и органов управления образованием.

На основании проведенного исследования, мы предлагаем следующие меры предупреждения и преодоления негативных профессиональных деформаций: осознанное отношение к возможности профессиональных изменений психики и физиологии; определение разумного объема и удобного графика работы, выделение времени на отдых; принцип полного переключения с работы на отдых и личное общение; наличие хобби, творческая деятельность; поиск новых групп общения, в том числе посредством профессиональной переподготовки; регулярная диагностика, психологические консультации, а при необходимости психологическая профилактика, коррекция или психотерапия.

Заключение

К настоящему моменту необходимость исследования проблемы профессиональной деформации очень актуальны. Это обусловлено тем, что со стороны общества постоянно увеличиваются требования к личностному развитию представителей социэкономических профессий, поскольку их труд обусловлен большой социальной ответственностью и важностью.

Большое количество проведенных исследований выявило тот факт, что профессия педагога дошкольного образования – одна из подверженных развитию профессиональной деформации деятельность, что часто выражается в развитии синдрома эмоционального выгорания, напрямую влияющего как на процесс, так и на результат труда в целом [7].

Этот высокий риск развития выгорания объясняется тем, что для профессии педагога дошкольного образования характерны высокий уровень коммуникативной и эмоциональной загруженности.

В рамках своей профессиональной деятельности для педагогов дошкольного образования свойственно поддерживать большое количество контактов разного рода, обуславливая интенсивность и напряженность процесса общения. Высокая степень социальной и моральной ответственности, свойственные для педагогической деятельности, служит предпосылками для возникновения разного рода стрессогенных ситуаций, провоцируя детерминацию профессиональной деформации [27].

Проведя анализ литературных источников по проблеме исследования, мы пришли к выводу, что профессиональная деформация представляет собой явление, которое можно описать как трансформацию уже сложившейся до начала профессиональной деятельности структуры личности и паттернов поведения и деятельности, влекущую за собой снижение эффективности труда и взаимодействия со всеми участниками трудового процесса.

Анализ материалов по проблеме исследований, позволяет сделать вывод

о том, что формирование профессиональной деформации среди педагогов дошкольного образования, является актуальной проблемой, требующей поиска оптимальных средств, позволяющих ее преодолеть максимально эффективно.

Изучение научных работ, посвященных проблеме профессиональной деформации педагогов дошкольного образования, дает нам возможность сделать вывод о том, что каждый уважающий себя профессионал, избравший эту сложную и ответственную сферу деятельности обязан постоянно вести серьезную работу над собой, проводить бесстрашный нравственный самоанализ и, на основе внутренних честных выводов, отслеживать и пресекать проявления профессиональной деформации в своей трудовой деятельности и повседневной жизни [25].

По результатам проведенного эмпирического исследования, были сформулированы следующие выводы.

Испытуемые со сложившейся фазой напряжение, сопровождаемой проявлением симптомов тревожности и депрессии, кроме негативных мыслей и интенсивных переживаний испытывают также и существенное ухудшение физического состояния.

Испытуемые педагоги дошкольного образования, вошедшие в подгруппу со стажем работы до пяти лет демонстрируют наличие комплекса симптомов у каждого из опрошенных на всех стадиях развития синдрома эмоционального выгорания.

В качестве доминирующих симптомов по всей выборке опрошиваемых педагогов являются: переживание психотравматизирующих обстоятельств, загнанность в клетку; неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, редукция профессиональных обязанностей; эмоциональная отстраненность, эмоциональный дефицит.

Педагог дошкольного образования со стажем работы более 20 лет является наиболее подверженным проявлению синдрома эмоционального

выгорания в сравнении с другими респондентами.

Респонденты, у которых сформированы фазы резистентность и истощение жалуются на ощутимое ухудшение физического состояния. К тому же у этих испытуемых, по сравнению с педагогами, вошедшими в другие подгруппы, негативные переживания и мысли наблюдаются значительно чаще.

Подгруппу педагогов со стажем работы от 5 до 10 лет можно назвать наиболее устойчивой к развитию симптомов синдрома эмоционального выгорания. Те симптомы, которые проявлялись у представителей данной подгруппы в основном относятся к организационному фактору.

В рамках эмпирического исследования нами также была разработана программа тренинга, направленная на преодоление профессиональной деформации педагогов дошкольного образования, которая прошла апробацию и доказала свою эффективность.

Таким образом, нами были реализованы все поставленные задачи и выдвинутая гипотеза была подтверждена.

Так же, на основании проведенного исследования, мы предлагаем следующие меры предупреждения и преодоления негативных профессиональных деформаций: осознанное отношение к возможности профессиональных изменений психики и физиологии; определение разумного объема и удобного графика работы, выделение времени на отдых; принцип полного переключения с работы на отдых и личное общение; наличие хобби, творческая деятельность; поиск новых групп общения, в том числе посредством профессиональной переподготовки; регулярная диагностика, психологические консультации, а при необходимости психокоррекция или психотерапия.

Список используемой литературы

1. Абрамова Г.С. Практическая психология: Учебник для студентов вузов. М.: Академический проект, 2011. 286 с.
2. Аверин В.А. Психология личности. СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 2011. 254 с.
3. Афанасьев Ю.В. Синдром эмоционального выгорания. Способы коррекции// Медицинские новости. 2019. № 74. С. 39-44.
4. Барчина Е., Гиндин Г. В России востребована профессия – присутствие // Школьный психолог. 2011. №8. С.52-56.
5. Безносков С.П. Профессиональная деформация личности. СПб.: Речь, 2017. 188 с.
6. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. М.: Изд-во институт психотерапии, 2010. 236 с.
7. Водопьянова Н.Е. Синдром психического выгорания в коммуникативных профессиях. СПб.: Мирт, 2010. 185 с.
8. Водопьянова Н.Е. Старченко Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб.: Питер, 2018. 168 с.
9. Гафнер В.В. Профессиональная деформация и профессиональная компетентность педагога// ОБЖ. Основы безопасности жизни, 2004. № 10. С. 22–24.
10. Грабе М. Синдром выгорания. Болезнь нашего времени. СПб.: Речь, 2018. 212 с.
11. Гремлинг С. Практикум по управлению стрессом. СПб.: Питер, 2019. 258 с.
12. Дикая Л.Г. Психические состояния и эффективность деятельности // Психологический журнал. 2018. Т. 3. №6. С. 78-82.
13. Зеер Э.Ф., Сыманюк Э.Э. Психология профессиональных деструкций: Уч. для вузов. М.: Академич. проект, 2005. 240 с.

14. Иванова Е.М. Психология профессиональной деятельности: Учеб. пособие. М.: ПЕР СЭ, 2012. 197 с.
15. Иванова Е.М. Профессиография как средство формирования образа профессионала // Психология как профессия. М.: АНО Учебно-методическое объединение Инсайт, 2012. 274с.
16. Климов Е. А. Педагогический труд: психологические составляющие. М.: Академия, 2004. 239 с.
17. Климов Е.А. Психология профессионала. М.: Изд-во Институт практической психологии, 2010. 312 с.
18. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения. М.: Академия, 2004. 304 с.
19. Кобялковская Е.А. Психологические особенности профессионального развития личности педагогов ДОО в связи с выраженностью потребности в самореализации: автореф. дис. канд. псих. наук. Пермь, 2006. 21 с.
20. Конопкин О.А. Общая способность к саморегуляции как фактор субъективного развития//Вопросы психологии. 2017. №2. С. 45-48.
21. Кошелев А.Н. Синдром белого воротничка или профилактика профессионального выгорания. М.: ГроссМедиа, 2018. 62 с.
22. Куликов Л.В. Практическая психология: Советы и рекомендации. СПб.: Питер, 2014. 127 с.
23. Ласовская Т.Ю., Ильина С.А. Профессиональное выгорание – Новосибирск: Сирин, 2019. 85 с.
24. Лэнгле А. Эмоциональное выгорание с позиции экзистенциального анализа //Вопросы психологии. 2018. № 2. С. 62-68.
25. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека – М.: Наука, 2017. 78 с.
26. Оксанов О.П. Синдром эмоционального выгорания как риск,

связанный с деятельностью в социальной работе. М.: Сфера, 2019. 98 с.

27. Панько Е. А. Психология деятельности воспитателя детского сада. – Минск: Вышэйшая школа, 1986. 157 с.

28. Практикум по общей и экспериментальной психологии / Под ред. Крылова А.А., Маничева С.А. СПб.: Питер, 2010. 343 с.

29. Прокопцева Н. В. Психолого-педагогические условия профилактики профессиональной деформации педагога. Москва, 2010. 182 с.

30. Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Психология труда и человеческого достоинства. М: Академия, 2018. 226 с.

31. Самурганова А. М. Предупреждение и коррекция профессиональной деформации учителя в современной школе России: автореферат дис. кандидата педагогических наук: 13.00.01 [Место защиты: Пятигор. гос. лингвист. ун-т]. Пятигорск, 2009. 22 с.

32. Скрипкина Т. П., Ничипорюк Е. А Особенности личностно-профессиональной самореализации воспитателей дошкольных образовательных учреждений // Российский психологический журнал. 2010. Т. 7. № 2. С. 7–14.

33. Трунов Д.Г. Синдром сгорания: позитивный подход к проблеме // Журнал практического психолога. 2018. № 5. С. 25-30.

34. Умняшкина С. В. Синдром эмоционального выгорания как проблема самоактуализации личности (в сфере помогающих профессий) [Электронный ресурс]: Дис. канд. психол. наук: 19.00.04. М.: РГБ, 2002. (дата обращения 12.04.2024)

35. Форманюк Т.В. Синдром эмоционального сгорания как показатель профессиональной дезадаптации учителя // Вопросы психологии. 1994. №6. С. 57 – 63.

36. Шурова И. В. Личностное и профессиональное развитие воспитателей дошкольных образовательных учреждений // Психолог в детском саду. 1999. № 1. С.82-86.

37. Abbey A., Andrews F. Modeling the Psychological Determinants of Life Quality // Social Indicators Research. 1985. Vol. 16. P. 1-34.
38. Beske F. Health policy in a changing word / F. Beske // Health Word. 1994. Vol. 2, № 5. P. 38 - 40.
39. Enthoven A. and Van de Ven W. Going Dutch – Managed Competition health Insurance in the Netherlands // The New England Journal of medicine, 2007, December 13, 357: 24.
40. Shuessler K.F., Fisher G.A. Quality-of-life research and sociology // Annual Review of Sociology. 1985. Vol. 11. P. 131.
41. Van de Ven W. and F. Schut. Universal mandatory Health Insurance: A Model For the United States // Health Affairs, 2008, v. 27, № 3, p. 770–781.