Реферат

на кваліфікаційну (магістерську) роботу

«Особливості попередження та подолання емоційного вигорання у педагогічних працівників»

здобувачки вищої освіти другого (магістерського) рівня

спеціальності 053 Психологія

Ромашко Яни Валеріївни

Обсяг роботи – 84 с. **Кількість таблиць** – 9 табл. **Кількість рисунків** – 1 рис. **Список використаних джерел** – 55 найменувань, з них 5 – іноземною мовою.

Об'єкт дослідження – емоційне вигорання у педагогічних працівників.

Предмет дослідження – попередження та подолання емоційного вигорання у педагогічних працівників.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати і емпірично встановити рівні особливості прояву емоційного вигорання у педагогічних працівників, розкрити психологічні умови його попередження та подолання.

Завдання дослідження: дослідити основні підходи до визначення проблеми емоційного вигорання в сучасній психології; розкрити особливості емоційного вигорання у педагогічних працівників; виокремити та охарактеризувати систему чинників, які впливають на прояв емоційного вигорання у педагогічних працівників; дослідити рівні прояву емоційного вигорання у педагогічних працівників та чинники, які впливають на даний феномен; розробити психологічні рекомендації для попередження та подолання емоційного вигорання у педагогічних працівників.

Методи дослідження: теоретичні: аналіз, синтез, узагальнення, класифікація, систематизація; емпіричні методи: (спостереження, тестування, стандартизовані методик); методи обробки та інтерпретації даних (метод описової статистики, кількісні та якісні із застосуванням методів математичної статистики); вивчення та систематизація методів, засобів та прийомів психологічного навчання.

Теоретичне значення результатів дослідження полягає, насамперед, в тому, що здійснено цілісний аналіз основних підходів до визначення проблеми емоційного вигорання в сучасній психології; визначено особливості емоційного вигорання у педагогічних працівників; підібрано та проаналізовано систему чинників, які впливають на прояв емоційного вигорання у педагогічних працівників; розроблено психологічний тренінг для попередження та подолання емоційного вигорання у педагогічних працівників.

Практичне значення отриманих результатів полягає в тому, що розроблений психологічний тренінг може бути використаний при розробці порад до профілактики та подолання емоційного вигорання у педагогічних працівників, а також всіх тих хто займається даною проблематикою. Апробований у дослідженні методичний інструментарій може стати основою моніторингу рівня прояву емоційного вигорання у педагогічних працівників.

Висновки. Емоційне вигорання виступає складним психологічним феноменом, що виникає в умовах професійної діяльності, значно знижуючи її якість та ефективність. Емоційне вигорання вирізняється складною структурною організацією із виділенням трьох провідних компонентів: виснаження, деперсоналізації та редукції досягнень. Емоційне вигорання характерне для представників різних професій, особливо тих, хто працює в системі «людина-людина», зокрема для педагогів різних освітніх рівнів. Педагогічна діяльність, вирізняючись своєю специфікою, виявляє особливу чутливість до появи емоційного вигорання. Емоційне вигорання педагога характеризується поліфакторною природою. Емоційне вигорання знижує ефективність педагогічної діяльності, є свідченням дереалізації, деформації та зміни професійного профілю вчителя. Виконуючи антимотиваційну, антипізнавальну та дестабілізаційну функції, емоційне вигорання призводить до дегуманізації освітнього процесу, зниження рівня досягнень в реалізації професійних і соціальних цілей, погіршує фізичне здоров'я та відчуття психологічного благополуччя вчителя. Існують значущі відмінності взаємозв'язку синдрому емоційного вигорання із задоволеністю працею, задоволеністю життям і свідомістю життя у вчителів, які перебувають і не перебувають у шлюбі. вчителів, які не перебувають у шлюбі, всі види взаємозв'язків виражені слабше, ніж у співробітників, які перебували у шлюбі.

Ключові слова та словосполучення: емоційне вигорання, напруження, резистанція, виснаження, тривожність, вольова саморегуляція, копінг-стратегія.