

**АНАЛИТИЧЕСКАЯ СПРАВКА**  
**по результатам проведенного обследования педагогов**  
**МБОУСОШ №4 им.Нисанова Х.Д.**  
**на предмет профессионального выгорания**

**Цель исследования:** выявить степень выраженности синдрома эмоционального выгорания в профессиональной деятельности педагогов школы.

**Методы исследования:** методика «Диагностика профессионального «выгорания» (автор К. Маслач, С.Джексон).

**Содержательные характеристик шкал теста профессионального выгорания:**

**«Психоэмоциональное истощение»** - процесс истощения эмоциональных, физических, энергетических ресурсов профессионала, работающего с людьми. Истощение проявляется в хроническом эмоциональном и физическом утомлении, равнодушии, холодности по отношению к окружающим с признаками депрессии и раздражительности, в ощущении эмоционального перенапряжения и в чувстве опустошенности. Педагог чувствует, что не может отдаваться работе, как раньше. Возникает ощущение «приглушенности», «притупленности» эмоций, в особо тяжелых случаях возможны эмоциональные срывы.

**«Деперсонализация» (личностное отдаление)** – специфическая форма социальной дезадаптации профессионала, работающего с людьми. Личностное отдаление проявляется в уменьшении количества контактов с окружающими, повышении раздражительности и не терпимости в ситуациях общения, негативизме по отношению к другим людям. Контакты становятся обезличенными и формальными. Возникающие негативные установки могут поначалу иметь скрытый характер (сдерживаемое раздражение), но со временем вырваться наружу в виде вспышек гнева или конфликтных ситуаций.

**«Редукция личных достижений» (профессиональная мотивация)** – снижение чувства компетентности в своей работе, недовольство собой, уменьшение ценности своей деятельности, негативное самовосприятие в профессиональной сфере. Возникновение чувства вины за собственные негативные проявления или чувства. Снижение уровня рабочей мотивации и энтузиазма по отношению к работе альтруистического содержания.

**Сроки выполнения:** сентябрь 2022г.

**Актуальность исследования:** «синдром профессионального выгорания» - это душевное состояние людей, которые испытывают разочарование, опустошенность, сопровождающиеся нарастающим безразличием к своей работе, как реакция на непрерывный стресс на работе.

Эмоциональное истощение – равнодушие ко всему рабочему процессу, особенно осложняет работу профессионалов в сфере «человек-человек». Высокий уровень эмоционального истощения может привести к формальному выполнению

профессиональных обязанностей. Что совершенно недопустимо в работе с детьми и их родителями.

В современном мире сохранение психического здоровья педагога – насущная проблема. Требования к учителям с каждым годом меняются и возрастают. Сейчас педагог это не только хороший специалист, который понимает своих учеников, но и человек, искусно контактирующий с родителями. Век «цифры» также вносит свой вклад – педагог стал активным участником различных семинаров, вебинаров и т.д., должен обладать компьютерной компетентностью. Учителям ежедневно приходится работать с документацией, электронной отчетностью и думать о рейтинге школы и т.д.

**Участники:** Обследовано 19 педагогов школы.

### Результаты исследования:

Компонентами эмоционального выгорания являются: эмоциональное истощение, деперсонализация, редуцирование персональных достижений.

*Эмоциональное истощение среднего и высокого уровней наблюдаются у 15 педагогов из 19 опрошенных, что составляет 79 % и лишь у 4 педагогов на низком уровне, что составляет 21%*



*Деперсонализация среднего уровня наблюдаются у 10 педагогов из 19 опрошенных, что составляет 53 %, и у 9 педагогов на низком уровне, что составляет 47%*



*Редукция персональных достижений среднего уровня наблюдаются у 10 педагогов из 19 опрошенных, что составляет 53 %, и у 9 педагогов на низком уровне, что составляет 47%*



**Выводы:** анализ данных диагностики показывает, что у **большинства** обследуемых педагогов (79%) уровень *эмоционального выгорания* находится на среднем и высоком уровне. Это отражается на общем психоэмоциональном состоянии педагогов и может влиять на качество профессиональной деятельности. *Деперсонализация* и *редукция персональных достижений* находятся на среднем допустимом уровне, нет высоких показателей.

**Рекомендации:** педагогу – психологу необходимо спланировать программу, направленную на профилактику и снижение уровня эмоционального выгорания педагогов, включающую в себя, в том числе, профилактические рекомендации педагогам.

#### **Планируемые мероприятия:**

С октября по декабрь 2022 года с педагогами реализуется профилактическое мероприятие – проект «21 день с заботой о себе» посредством группового чата в WhatsApp.

Планируется проведение очных мероприятий в формате тренинга.

Исп. педагог-психолог Петрова А.Ю.