**Диагностика**

**профессионального выгорания педагогических работников**

Одна из проблем современного образования - профессиональное выгорание педагогических кадров. В 2019-2020 году **с целью** исследования уровня профессионального выгорания педагогов муниципальной системы образования, установления причин и основных симптомов выгорания среди педагогических работников города Белогорск проводилось исследование.

**Описание:** Целевую группу для исследования составили педагоги общеобразовательных организаций. Участие в исследовании приняли 315 человек, что составило 84,5% от общего количества педагогов школ города.

Для проведения диагностики уровня профессионального выгорания были использованы две диагностические методики:

- «Диагностика уровня эмоционального выгорания» (В.В. Бойко), которая позволяет диагностировать ведущие симптомы «эмоционального выгорания» и определить к какой фазе развития стресса они относятся: «напряжения», «резистенции», «истощения». Также методика позволяет увидеть ведущие симптомы «выгорания».

- «Определение психического выгорания» (А.А. Рукавишникова), методика нацелена на интегральную диагностику психического выгорания, включающую различные подструктуры личности по шкалам:

а) психоэмоциональное истощение;

б) личностное отдаление;

в) профессиональная мотивация;

г) психическое выгорание.

Количественная оценка психического выгорания по каждой шкале осуществляется путем перевода ответов в четырехбалльную систему («часто» - 3 балла, «обычно» - 2 балла, «редко» - 1 балл, «никогда» - 0 баллов) и суммарного подсчета баллов. Затем с помощью нормативной таблицы определяется уровень психического выгорания по каждой шкале.

**Анализ:** Обработка и интерпретация анкет по методике В.В. Бойко показала подробную картину степени профессионального выгорания педагога.

В интерпретации освещаются следующие вопросы:

* какие симптомы доминируют;
* какими сложившимися и доминирующими симптомами сопровождается «истощение»;
* объяснимо ли «истощение» (если оно выявлено) факторами профессиональной деятельности или субъективными факторами;
* какой симптом (какие симптомы) более всего отягощают эмоциональное состояние личности;
* в каких направлениях можно влиять на производственную обстановку, чтобы снизить нервное напряжение;
* какие признаки и аспекты поведения самой личности подлежат коррекции, чтобы эмоциональное выгорание не наносило ущерба профессиональной деятельности и партнерам.

Проведенная диагностика показала следующие результаты: в выборке (315 человек) были выявлены следующие наиболее ярко выраженные симптомы эмоционального выгорания:

* в фазе напряжения - неудовлетворенность собой, «загнанность в клетку»;
* в фазе резистенции преобладают эмоционально-нравственная дезориентация, расширение сферы экономии эмоций.

Результаты диагностики уровня эмоционального выгорания:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Кол-во человек** | **Стадия формирования фазы напряжения** | **Стадия формирования фазы резистенции** | **Фаза резистенции сформирована** | **Фаза истощения в стадии формирования** | **Фаза истощения сформирована** |
| **2019-2020 учебный год** | 12 | 7 | 3 | 0 | 0 |

На основании данных таблицы можно сделать вывод о том, что лишь 7% респондентов находятся в одной из стадии эмоционального выгорания.

Для более глубокого исследования эмоционального выгорания педагогов (22 человека) применена методика «Определение психического выгорания» А.А. Рукавишникова. В ходе исследования в выборке педагогических работников были выявлены симптомы индекса психического выгорания в процентном соотношении:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Низкий уровень** | **Средний уровень** | **Высокий уровень** |
| **Психоэмоциональное истощение** | 8 чел. (36,4%) | 10 чел. (45,5%) | 4 чел. (18,2%) |
| **Личностное отдаление** | 5 чел. (22,7%) | 11 чел. (50%) | 6 чел. (27,3%) |
| **Профессиональная мотивация** |  | 3 чел. (13,6%) | 19 чел. (86,4%) |
| **Индекс психического выгорания** |  | 13 чел. (59%) | 9 чел. (40,9%) |

Также выявлены следующие тенденции профессионального выгорания педагогов: показатели фазы резистенции и истощения находятся на высоком уровне. Личностное отдаление и психоэмоциональное истощение на среднем уровне, профессиональная мотивация на достаточно высоком уровне, индекс психического выгорания находится на среднем уровне.

После интерпретации результатов и консультаций выявлены следующие причины профессионального выгорания:

1. Смещение приоритетов только на профессиональную сферу и работу. Очень распространенный симптом: расширение сферы экономии эмоций, что показывает неблагоприятную картину по отношению к семье и общению с друзьями. Эмоциональная усталость и напряжение на работе проявляются вне профессиональной деятельности, в общении с приятелями, знакомыми.
2. Высокая нагрузка на работе. Это ведет к редукции профессиональных обязанностей, формированию эмоционального дефицита, личной отстраненности и деперсонализации.
3. Способ психологической защиты, который выбирает человек, исходя из его личностных характеристик.

Исходя из полученных данных, можно сделать **вывод**, что проблема «выгорания» работников образования города актуальна и проведение психолого-педагогического сопровождения педагогических работников педагогов необходимо.

**Рекомендовано:**

- продолжить работу по проведению мониторинга психологического состояния педагогов,

- руководителю ГМО педагогов-психологов и социальных педагогов разработать программу психолого-педагогического сопровождения педагогических работников с профессиональным выгоранием и находящихся в группе риска,

- педагогам-психологам образовательных организаций города организовать мероприятия по психологическому просвещению педагогических работников.