

ОСОБЛИВОСТІ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРЯННЯ

Приймак Е.А.

Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», м. Харків

Протягом останніх трьох десятиріч проблема збереження психічного здоров'я педагога в освітній установі стала особливо гострою. Підвищуються вимоги з боку суспільства до особистості педагога, його ролі в освітньому процесі. Така ситуація потенційно містить в собі збільшення нервово-психічної напруги людини, що призводить до виникнення невротичних розладів, психосоматичних захворювань. Професійну працю вихователя відрізняє висока емоційна навантаженість, і, як наслідок цього, із збільшенням стажу педагога відчувають "педагогічну кризу", "виснаження", "вигоряння".

Як основні симптоми емоційного вигоряння виділяють: утомленість, стомлення, виснаження, психосоматичні нездужання, безсоння, мізерність репертуару робочих дій, цинізм, песимізм, а так само відчуття безнадійності, апатія, депресія, відчуття безглуздя.

Виділяють дві групи чинників, що роблять вплив на виникнення синдрому емоційного вигоряння у вихователів дошкільних освітніх установ. До зовнішніх чинників, що провокують вигоряння, можна віднести специфіку професійної педагогічної діяльності і організаційний чинник: перевантаженість робочого тижня і т.д.

До внутрішніх чинників відносять комунікативний чинник, ролевий і особовий.

Результатом емоційного вигоряння можуть стати проблеми в сім'ї, порушення взаємостосунків з рідними і, в першу чергу, з дітьми. Під впливом емоційного вигоряння посилюються тривожність, дратівливість, з'являється агресивність, змінюється стиль спілкування педагога з дітьми.

У зв'язку з поставленою проблемою було проведено дослідження вихователів дитячого саду міста Харкова в кількості четверо чоловік (середній вік - 50 років, середній стаж-25 років). Результати свідчать про те, що всі респонденти знаходяться на стадіях вираженого емоційного вигоряння. А саме, в стані напруги і резистенції. Отже, з вихователями дитячих установ необхідна робота з корекції емоційних станів.