

Линькова, Анна Михайловна. – Москва, 2004. – 26 с.

REFERENCES

6. Ampleeva, V.V. (2016), "Features of the application of autogenic training in the psychological training of karatekas", *Young scientist*, No. 20 (124), pp. 761–765.
7. Buylova, L.A. and Yezhova, A.V. (2018), "Technology of using autogenic training in the preparation of student basketball teams", *Medico-biological and pedagogical bases of adaptation, sports activity and healthy lifestyle: materials of the VII All-Russian Correspondence scientific and Practical conference with international participation*, Voronezh, pp. 144–148.
8. Vysochina, N.L. (2016), "Autogenic training as a method of prevention, recovery and improvement of performance in sports", *Resources of athletes' competitiveness: theory and practice of implementation*, No. 1, pp. 40–42.
9. Dmitriev, I.I. and Suitcases, D.S. (2018), "Autogenic training as a mental preparation of athletes for competitions", *Week of Science of SPbPU: materials of a scientific conference with international participation*, St. Petersburg, pp. 40–43.
10. Linkova, A.M. (2004), *Improving the effectiveness of the training process of young tennis players of 8-10 years using self-regulation methods*, dissertation, Moscow.

Контактная информация: legko.tatyana@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 24.05.2021

УДК 159.9.072

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Елена Викторовна Барышниковна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теоретической и прикладной психологии, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, Челябинск; Наталья Геннадьевна Петухова, педагог-психолог, Детский сад № 77, Челябинск

Аннотация

Введение. Статья посвящена экспериментальной проверке психолого-педагогической коррекции синдрома эмоционального выгорания педагогов дошкольной образовательной организации. Цель исследования. В исследовании поставлена цель – экспериментальным путем подтвердить эффективность психолого-педагогической коррекции синдрома эмоционального выгорания педагогов дошкольной образовательной организации. Методика и организация исследования. Исследование проводилось на базе МАДОУ «ДС № 77 г. Челябинска». Общая выборка испытуемых составила 12 педагогов в возрасте от 27 до 60 лет. Методы исследования: анализ, обобщение, синтез, формирующий эксперимент, тестирование по методикам «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко и «Диагностика профессионального выгорания» (К. Маслач, С. Джексон) в адаптации Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой. Исследование предполагало три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и заключительный. Результаты исследования и их обсуждение. Результаты исследования подтверждают эффективность реализации разработанной программы коррекции эмоционального выгорания педагогов дошкольной образовательной организации, внося тем самым существенный вклад в развитие практического аспекта исследуемой проблемы. Выводы. Результаты исследования подтверждают выдвинутую гипотезу и могут быть полезны педагогам и психологам, интересующимся вопросами повышения психологической безопасности личности педагогов дошкольной образовательной организации.

Ключевые слова: психолого-педагогическая коррекция, синдром эмоционального выгорания, дошкольная образовательная организация, психические состояния, педагог, психологическая безопасность личности.

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL CORRECTION OF THE EMOTIONAL BURNOUT SYNDROME OF TEACHERS OF PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATIONS

Elena Viktorovna Baryshnikova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, South-Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk; Natalya Gennadievna Petukhova, teacher-psychologist, Kindergarten No. 77, Chelyabinsk

Abstract

Introduction. The article is devoted to the experimental verification of the psychological and pedagogical correction of the burnout syndrome of teachers of preschool educational organizations. The purpose of the study. The aim of the study is to experimentally confirm the effectiveness of psychological and pedagogical correction of the burnout syndrome of teachers of preschool educational organizations. The methodology and organization of the study. The study was conducted on the basis of MADOU «DS No. 77 of Chelyabinsk». The total sample of subjects was 12 teachers aged from 27 to 60 years. Research methods: analysis, generalization, synthesis, formative experiment, testing according to the methods «Diagnostics of the level of emotional burnout» by V.V. Boyko and «Diagnostics of professional burnout» (K. Maslach, S. Jackson) in the adaptation of N. E. Vodopyanova and E. S. Starchenkova. The study involved three stages: search and preparatory, experimental and final. the developed correctional program aimed at reducing the level of emotional burnout among teachers of preschool educational organizations. Research results and discussion. The results of the study confirm the effectiveness of the implementation of the developed program for the correction of emotional burnout of teachers of preschool educational organizations, thereby making a significant contribution to the development of the practical aspect of the problem under study. **Conclusions.** The results of the study confirm the proposed hypothesis and can be useful for teachers and psychologists interested in improving the psychological security of the individual teachers of preschool educational organizations.

Keywords: psychological and pedagogical correction, emotional burnout syndrome, preschool educational organization, mental states, teacher, psychological security of the individual.

ВВЕДЕНИЕ

Профессиональная деятельность педагога дошкольного образования отличается проявлением высокой ответственности за планируемые результаты обучения и воспитания, что существенно увеличивает риск развития синдрома «эмоционального выгорания». В связи с этим актуальным становится проблема коррекции синдрома эмоционального выгорания педагогов дошкольной образовательной организации.

Проведенный анализ научных исследований по проблеме исследования показал достаточную разработанность ее отдельных аспектов [2; 3]. Факторам эмоционального выгорания педагогов дошкольной образовательной организации посвящены исследования Н.В. Александровой [1]. Автором отмечается, что синдром «эмоционального выгорания» является результатом хронического неразрешенного стресса на рабочем месте, снижающим эффективность деятельности педагога. Особенности эмоционального выгорания педагогов дошкольного образования подробно раскрывает Е.С. Савенкова [3]. Однако проблема исследования психолого-педагогической коррекции синдрома эмоционального выгорания педагогов дошкольной образовательной организации остается наименее разработанной.

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ

Была поставлена цель – экспериментальным путем проверить эффективность психолого-педагогической коррекции синдрома эмоционального выгорания педагогов дошкольной образовательной организации. Выдвигается гипотеза о снижении уровня синдрома эмоционального выгорания педагогов дошкольного образования в результате реализации разработанной коррекционной программы.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование проводилось на базе МАДОУ «ДС № 77 г. Челябинска». Выборку исследования составили 12 педагогов в возрасте от 27 до 60 лет. Исследование предполагало три этапа: 1) поисково-подготовительный (изучалось состояние проблемы исследования, обосновывалась актуальность, формулировались цель и задачи, определялись методы и методики исследования); 2) опытно-экспериментальный (организация и проведение формирующего эксперимента, качественная и количественная обработка полученных результатов исследования); 3) заключительный (обсуждение результатов исследования, формулировка выводов).

С целью коррекции синдрома эмоционального выгорания педагогов дошкольной образовательной организации на основе программы Н.В. Вараевой «Работа в радость», а также программы А.Ю. Корнилова «Модель профилактики синдрома эмоционального выгорания» была разработана коррекционная программа, направленная на саморегуляцию педагогами своего эмоционального состояния. Программа включает упражнения, способствующие снижению эмоционального напряжения и развитию стрессоустойчивости. После реализации программы был проведен контрольный срез по указанным выше методикам диагностики. В данной статье представим результаты исследования уровня эмоционального выгорания педагогов только по методике В.В. Бойко (см. рисунок 1).

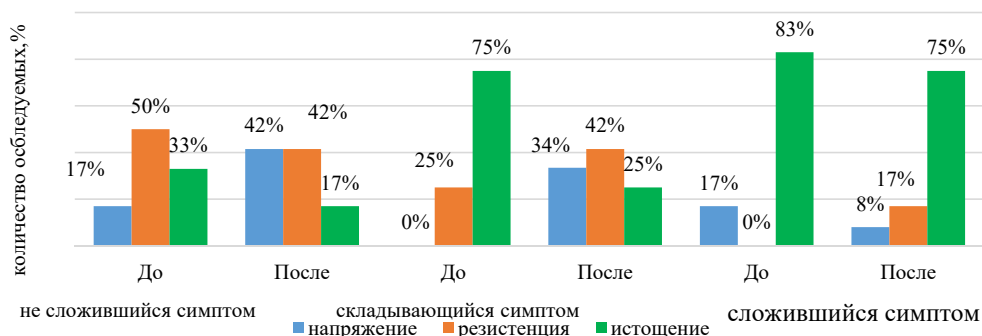


Рисунок 1 – Распределение результатов исследования синдрома эмоционального выгорания педагогов дошкольной образовательной организации

Анализ результатов показывает, что после реализации коррекционной программы наблюдается снижение количества педагогов, имевших сформировавшиеся симптомы «напряжение» (на 9%) и «истощение» (на 8%). Также наблюдается положительная динамика в увеличении количества педагогов, имеющих не сложившийся симптом «напряжение» (на 24,5%). Симптом «резистенция» находится в стадии формирования. Все эти данные свидетельствуют о том, что педагоги стали проявлять интерес к коллегам, сочувствовать им, не испытывают эмоциональный дискомфорт на работе. Отметим, что доминирующим в сформировавшейся стадии остается симптом «истощение», снижение которого наблюдается только на 8%. Таким образом, с педагогами, у которых наблюдаются незначительные изменения в уровне эмоционального выгорания, необходимо продолжить коррекционную работу.

Достоверность полученных результатов была подтверждена при помощи Т-критерия Вилкоксона, который позволил выявить статистически значимый положительный сдвиг. Так, расчетное эмпирическое значение ($T_{\text{эмп}}=0$) оказалось меньше критических значений: $T_{\text{кр}}=3$ ($p \leq 0.01$), $T_{\text{кр}}=8$ ($p \leq 0.05$), что свидетельствует об эффективности реализации коррекционной программы.

ВЫВОДЫ

Таким образом, анализ полученных результатов показал положительные изменения в уровне эмоционального выгорания по количеству педагогов до и после реализации разработанной коррекционной программы. Вместе с тем исследование необходимо продолжить с целью определения и реализации психолого-педагогических условий коррекции синдрома эмоционального выгорания педагогов дошкольной образовательной организации. Результаты проведенного исследования могут быть полезны педагогам и психологам, интересующимся вопросами психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Александрова Н.В. Факторы эмоционального выгорания воспитателей дошкольной образовательной организации / Н.В. Александрова // Вестник НовГУ. – 2016. – № 5 (96). – URL: <https://www.novsu.ru/vestnik/vestnik/i.78099/?article=1250607> (дата обращения: 30.03.2021).
2. Барышникова Е.В. Психологическое здоровье педагогов дошкольной образовательной организации / Е.В. Барышникова // Мир науки. Педагогика и психология. – 2020. – Т. 8., № 5. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/35PSMN520.pdf> (дата обращения: 30.03.2021).
3. Савенкова, Е.С. Эмоциональное выгорание педагогов дошкольного образования / Е.С. Савенкова // Вестник науки и образования. – 2019. – №10-2 (64). – С. 92–95.

REFERENCES

1. Alexandrova, N.V. (2016), "Factors of emotional burnout of teachers of preschool educational organizations", *NovGU Bulletin*, No. 5 (96), available at: <https://www.novsu.ru/vestnik/vestnik/i.78099/?article=1250607> (accessed 30 March 2021).
2. Baryshnikova, E.V. (2020), "Psychological health of teachers of preschool educational organizations", *World of Science. Pedagogy and psychology*, Vol. 8, No. 5, available at: <https://mir-nauki.com/PDF/35PSMN520.pdf> (accessed 30 March 2021).
3. Savenkova, E.S. (2019), "Emotional burnout of teachers of preschool education", *Bulletin of Science and Education*, No. №10-2 (64), pp. 92–95.

Контактная информация: e.v.baryshnikova@mail.ru

Статья поступила в редакцию 11.04.2021

УДК 159.9.072

МОТИВАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ, НАХОДЯЩИХСЯ В РАЗНЫХ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

Светлана Вячеславовна Богданова, кандидат педагогических наук, доцент, Наталья Александровна Алексеева, кандидат психологических наук, доцент, Сергей Маркович Богданов, аспирант, Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, Великие Луки

Аннотация

В современных условиях возрастает актуальность профориентационной работы в общеобразовательных организациях, это связано с тем, что обучающимся стало сложнее делать профессиональный выбор. Целью нашего исследования является выявление мотивационной сферы обучающихся на этапе профессионального самоопределения, находящихся в разных социальных условиях. Выявленные в ходе исследования различия мотивов обучающихся позволили определить внешние и внутренние индивидуально значимые мотивы. Практическая значимость работы заключается в разработке программы коррекционно-развивающих занятий для воспитанников школы-интерната.

Ключевые слова: профориентационная работа, профессия, мотив, коррекционно-развивающие занятия.