

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2020, №5, Том 8 / 2020, No 5, Vol 8 <https://mir-nauki.com/issue-5-2020.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/35PSMN520.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Барышникова Е.В. Психологическое здоровье педагогов дошкольной образовательной организации // Мир науки. Педагогика и психология, 2020 №5, <https://mir-nauki.com/PDF/35PSMN520.pdf> (доступ свободный).
Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Baryshnikova E.V. (2020). Psychological health of preschool teachers. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 5(8). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/35PSMN520.pdf> (in Russian)

УДК 159.96

ГРНТИ 15.81.21

Барышникова Елена Викторовна

ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет», Челябинск, Россия
Доцент кафедры «Теоретической и прикладной психологии»

Кандидат педагогических наук

E-mail: e.v.baryshnikova@mail.ru

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=706869

Психологическое здоровье педагогов дошкольной образовательной организации

Аннотация. Актуальность исследования психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации обусловлена необходимостью сохранения психологического и психического здоровья подрастающего поколения. Эмоциональное благополучие педагогов определяет благоприятное эмоциональное состояние детей дошкольного возраста. В связи с этим важным является исследование психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации и своевременная диагностика их эмоционального состояния. Цель исследования – изучить психологическое здоровье педагогов дошкольной образовательной организации. Автором отмечается, что в теории и практике психолого-педагогических исследований достаточно подробно раскрываются различные аспекты проблемы психологического здоровья педагогов. Однако проблема исследования психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации остается наименее исследованной. Исследование проводилось на базе МАДОУ ДС №77 г. Челябинска. Общая выборка испытуемых составила 12 педагогов в возрасте от 30 до 60 лет с педагогическим стажем работы от 1 года до 30 лет. В статье дается подробное описание этапов и методов исследования. Поисково-подготовительный этап был направлен на изучение состояния проблемы исследования, обоснование ее актуальности, формулировку целей и задач, подбор методик диагностики психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации. Опытно-экспериментальный этап предполагал организацию и проведение констатирующего эксперимента, обработку полученных результатов исследования. На заключительном этапе осуществлялся анализ полученных результатов исследования, формулировались выводы и составлялись практические рекомендации. Исследование психологического здоровья педагогов образовательной организации осуществлялось с применением различных методов (анализ, синтез, обобщение, констатирующий эксперимент, тестирование). Данные методы соответствуют поставленным целям и задачам, а также содержанию научного исследования. С целью диагностики психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации была выбрана

методика «Диагностика эмоционального выгорания личности» В.В. Бойко. Полученные результаты эмпирического исследования позволили констатировать, что педагоги дошкольной образовательной организации подвержены синдрому эмоционального выгорания. На основании полученных результатов автор предполагает взаимосвязь психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации с их возрастом и стажем работы. Особое внимание в статье обращается на важность продолжения исследования в этом направлении с целью выявления психолого-педагогических условий формирования психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации. Результаты проведенного эмпирического исследования и сформулированные выводы конкретизируют представления о сущности психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации и могут быть полезны педагогам и психологам, интересующимся проблемами психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации.

Ключевые слова: психологическое здоровье; эмоциональное состояние; психическое благополучие; эмоциональное выгорание; профессиональное выгорание; педагоги; дошкольная образовательная организация

Введение

Актуальность исследования психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации определяется значимостью здоровья для человека и обусловлена важностью сохранения психологического и психического здоровья подрастающего поколения. Профессия педагога, в частности, педагога дошкольной образовательной организации связана с проявлением профессионализма, высокой ответственности за результаты профессионального труда, с интеллектуальной активностью и творчеством, установлением различных эмоциональных контактов, что нередко сопровождается эмоциональной напряженностью, переживанием или тревогой. Все эти факторы увеличивают риск развития синдрома эмоционального выгорания у педагогов дошкольной образовательной организации. Эмоциональное благополучие педагогов способствует благоприятному психологическому климату в педагогическом коллективе, оно определяет и благоприятное эмоциональное состояние детей дошкольного возраста. От психологического здоровья педагога зависит эффективность решения профессиональных задач. В связи с этим важным является исследование психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации и своевременная диагностика их эмоционального состояния.

Цель исследования – изучить психологическое здоровье педагогов дошкольной образовательной организации.

Обзор литературы по проблеме исследования

Проведенный анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования показывает достаточную разработанность отдельных ее аспектов. Следует отметить, что важная роль в разработке теоретико-методологических основ психологического здоровья педагогов принадлежит ученым, исследующим феномен эмоционального выгорания, таким как В.В. Бойко [1] и Н.Е. Водопьяновой [2].

Изучению профессионального стресса и формированию стрессоустойчивости как интегративного свойства личности педагога посвящены исследования Е.В. Соловьевой и О.Н. Бокачевой [3]. Факторы, определяющие психологическое здоровье педагога, раскрываются в научных статьях Е.А. Сергиенко [4], Т.Л. Лепихиной, Ю.В. Карпович [5].

Взаимосвязь психического и психологического здоровья рассматривается в научных исследованиях И.А. Баевой [6], И.В. Дубровиной [7], Л.А. Регуш [8].

Становление проблемы психологического здоровья раскрывает в своей статье Т.И. Безуглая [9].

Анализ различных подходов ученых к определению содержания понятия «психологическое здоровье» находит отражение в статье Н.А. Жестковой [10].

Особый интерес для изучения психологического здоровья педагогов представляют исследования М.А. Ларионовой [11] и М.А. Писаревской [12]. Ученые раскрывают проблему эмоционального выгорания педагога и связывают профессиональное выгорание с психологическим благополучием. Так, в исследовании М.А. Писаревской доказано, что при снижении показателей эмоционального выгорания повышается уровень психологического благополучия педагога [12].

В исследованиях Л.Э. Семенов и В.Э. Семеновой отмечается, что в последнее время увеличивается интерес ученых к исследованию психологического благополучия личности. Вместе с тем исследований психологического благополучия педагогов дошкольной образовательной организации недостаточно [13].

С учетом сказанного следует отметить, что в настоящее время проблема исследования психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации является наименее исследованной.

Анализ психолого-педагогической литературы позволяет отметить неоднозначность подходов к определению понятия «психологическое здоровье». В своем исследовании мы вслед за доктором психологических наук И.В. Дубровиной под психологическим здоровьем понимаем динамическое состояние «внутреннего благополучия (согласованности) личности, которое составляет ее сущность и позволяет актуализировать свои индивидуальные и возрастно-психологические возможности на любом этапе развития» [14].

Методы и этапы исследования

С целью исследования психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации было проведено эмпирическое исследование. Исследование психологического здоровья педагогов образовательной организации осуществлялось с применением различных методов научного исследования. Представим группу методов, необходимых для нашего исследования:

1. теоретические методы (анализ, синтез, обобщение);
2. эмпирические методы (констатирующий эксперимент, тестирование).

Указанные методы исследования соответствуют поставленным целям и задачам, а также содержанию научного исследования.

Базой исследования явилась дошкольная образовательная организация МАДОУ ДС №77 г. Челябинска. Выборку исследования составили педагоги (женского пола) в количестве 12 человек в возрасте от 30 до 60 лет с педагогическим стажем работы от 1 года до 30 лет. Отметим, что большая часть педагогов (8 человек) имеет высшее образование, остальные педагоги имеют среднее специальное образование.

Исследование психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации осуществлялось в три этапа:

1. поисково-подготовительный этап;

2. опытно-экспериментальный этап;
3. заключительный этап.

Кратко охарактеризуем указанные этапы.

Поисково-подготовительный этап был направлен на изучение состояния проблемы исследования в психолого-педагогической литературе, обоснование ее актуальности, формулировку целей и задач исследования, определение и обоснование методов исследования, подбор методик диагностики психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации.

Опытно-экспериментальный этап предполагал организацию и проведение констатирующего эксперимента, обработку полученных результатов исследования психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации.

На заключительном этапе осуществлялся анализ полученных результатов исследования, проводилось их обсуждение с психологом дошкольной образовательной организации, формулировались выводы и составлялись практические рекомендации по профилактике эмоционального выгорания педагогов дошкольной образовательной организации.

Принимая во внимание тот факт, что составляющими психологического здоровья личности являются внутренний мир, психоэмоциональные состояния, чувства и переживания, то с целью диагностики психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации мы выбрали методику «Диагностика эмоционального выгорания личности» В.В. Бойко. Данная методика позволила определить степень выраженности показателей различных фаз эмоционального выгорания у педагогов дошкольной образовательной организации:

1. напряжения;
2. резистенции;
3. истощения.

Отметим, что каждая фаза эмоционального выгорания характеризуется своими специфическими показателями. Так, для фазы «напряжения» характерны следующие показатели: переживание психотравмирующих обстоятельств, неудовлетворенность собой, «загнанность в клетку», тревога и депрессия.

Показателями фазы «резистенция» являются: неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, эмоционально-нравственная дезориентация, расширение сферы экономии эмоций, редукция профессиональных обязанностей.

Для фазы «истощение» характерны эмоциональный дефицит, эмоциональная отстраненность, личностная отстраненность, психосоматические и психовегетативные нарушения.

Результаты и их обсуждение

Представим результаты исследования психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации на рисунке 1.

Как видно из рисунка 1, фаза «истощение» сформировалась у 83 % обследуемых педагогов (10 человек). У 17 % обследуемых педагогов (2 человека) данная фаза не сформировалась. Следует отметить, что для педагогов, у которых сформировалась данная фаза, характерны эмоциональная отстраненность, повышенная тревожность, деперсонализация,

проявление тревоги и беспокойства, недовольство собой. Педагоги с сформировавшейся фазой «истощения» могут проявлять раздражительность, быть грубыми и резкими в общении. Данные показатели могут свидетельствовать о предрасположенности педагогов к эмоциональному выгоранию в условиях дошкольной образовательной организации. Педагоги дошкольной образовательной организации с несформировавшейся стадией «истощения» в отличие от указанных выше педагогов могут справиться со своим эмоциональным состоянием и эмоциональной неустойчивостью в различных жизненных и профессиональных ситуациях.

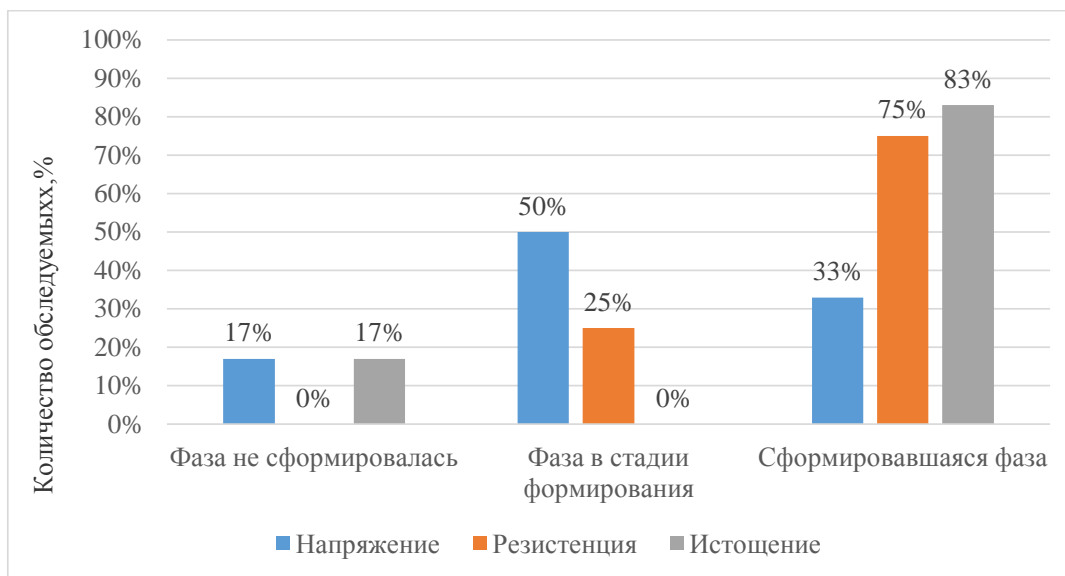


Рисунок 1. Распределение результатов исследования психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации

Анализ полученных результатов показывает, что сформировавшаяся фаза «резистенция» наблюдается у 75 % обследуемых педагогов (9 человек). У 25 % обследуемых педагогов (3 человека) данная фаза находится в стадии формирования. Отметим, что педагоги со сформировавшейся фазой «резистенция» характеризуются стремлением избегать эмоциональных контактов на работе, они стараются ограничить проявление эмоций, нередко проявляют равнодушие не только на работе, но и в кругу семьи, ограничивая общение с родственниками и членами семьи. Такие наблюдаемые показатели у педагога свидетельствуют о стремлении им облегчить свои профессиональные обязанности, которые требуют от него эмоциональных затрат. Педагоги, у которых данная фаза находится на стадии формирования более эмоционально устойчивы к конфликтным ситуациям, стрессам и различным негативным последствиям.

На рисунке 1 видно, что сформировавшаяся фаза «напряжение» наблюдается у 33 % обследуемых (4 человека), а у 50 % обследуемых (6 человек) данная фаза находится в стадии формирования. У 17 % обследуемых (2 человека) данная фаза не сформировалась. Отметим, что у педагогов с ярко выраженной данной фазой наблюдается повышенная тревога и неудовлетворенность собой. Такие педагоги испытывают чувство отчаяния и беспомощности от невозможности решить возникшие проблемы, поэтому они чаще других подвержены эмоциональному выгоранию.

Таким образом, по результатам исследования доминирующей сформировавшейся фазой является «истощение» (83 %), доминирующей фазой в стадии формирования является «напряжение» (50 %). Полученные результаты исследования свидетельствуют о том, что у педагогов преобладает неблагоприятное эмоциональное состояние, эмоциональная неустойчивость и как следствие неудовлетворенность собой. Таким педагогам необходима

квалифицированная помощь педагога-психолога, которая позволила бы скорректировать уровень их эмоционального выгорания.

Таким образом, по результатам проведенного исследования мы можем констатировать, что педагоги дошкольной образовательной организации подвержены синдрому эмоционального выгорания. Мы можем предположить, что имеется связь психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации с их возрастом и стажем работы.

Полученные нами эмпирические данные не противоречат выводам других ученых, в частности, выводам М.М. Проницовой. Автором были получены результаты, свидетельствующие о том, что большая часть педагогов (60 %) находится в группе риска, связанным с эмоциональным выгоранием. Также в исследовании данного автора была установлена взаимосвязь уровня эмоционального выгорания и возраста педагогов [15].

Осмысление полученных результатов исследования убеждает нас в необходимости продолжить исследование психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации по другим психодиагностическим методикам. Считаем также важным проведение целенаправленной работы по коррекции эмоционального состояния у педагогов дошкольной образовательной организации с высоким уровнем эмоционального выгорания.

Выводы

С учетом сказанного выше отметим, что поставленная цель нашего исследования достигнута. Нами было проведено эмпирическое исследование психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации и сформулированы следующие выводы:

1. Актуальность исследования психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации обусловлена недостаточной теоретической и практической разработанностью данного вопроса в теории и практике психолого-педагогических исследований, а также влиянием эмоционального состояния педагогов дошкольной образовательной организации на эмоциональное состояние детей дошкольного возраста.

2. В результате проведенного исследования мы выявили доминирующий процент педагогов с такой сформировавшейся фазой эмоционального выгорания, как «истощение», что может свидетельствовать о неблагоприятном эмоциональном состоянии педагогов.

3. С целью предупреждения эмоционального выгорания педагогов дошкольной образовательной организации необходимо дальнейшее исследование данной проблемы, а также выявление факторов эмоционального неблагополучия и условий формирования психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации. Поэтому перспективой исследования может быть обоснование и реализация психолого-педагогических условий формирования психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации.

4. Результаты проведенного эмпирического исследования и сформулированные выводы конкретизируют представления о сущности психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации и могут быть полезны педагогам и психологам, интересующимся проблемами психологического здоровья педагогов дошкольной образовательной организации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. СПб.: Сударыня, 1999. 28 с.
2. Водопьянова Н.Е. Профилактика и коррекция синдрома выгорания. СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского гос. ун-та, 2011. 159 с.
3. Соловьева Е.В., Бокачева О.Н. Психологическое сопровождение педагогов в формировании стрессоустойчивости [Электронный ресурс] // МНКО. 2017. №4 (65). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soprovozhdenie-pedagogov-v-formirovanii-stressoustoychivosti> (дата обращения: 15.09.2020).
4. Сергиенко Е.А. Психологическое здоровье: субъективные факторы // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2017. №4 (10). С. 98–117.
5. Лепихина Т.Л., Карпович Ю.В. Факторы, определяющие психологическое здоровье: корреляционный анализ [Электронный ресурс] // Национальные интересы: приоритеты и безопасность. 2015. №19 (304). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/factory-opredelyayuschie-psihologicheskoe-zdorovie-korrelyatsionnyu-analiz> (дата обращения: 15.09.2020).
6. Обеспечение психологической безопасности в образовательном учреждении / под ред. И.А. Баемой. СПб.: Речь, 2006. 287 с.
7. Дубровина И.В. Психологическое здоровье личности в контексте возрастного развития [Электронный ресурс] // Развитие личности. 2015. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-zdorovie-lichnostiv-kontekste-vozzrastnogo-razvitiya> (дата обращения: 05.09.2020).
8. Регуш Л.А. Проблемы психического развития и их предупреждение: от рождения до пожилого возраста. СПб.: Речь, 2006. 318 с.
9. Безуглая Т.И. Становление проблемы психологического здоровья // Калининградский вестник образования. 2020. №2. С. 74–84.
10. Жесткова Н.А. Сущность и структура понятия «психологическое здоровье человека» [Электронный ресурс] // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2018. №3 (35). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/suschnost-i-struktura-ponyatiya-psihologicheskoe-zdorovie-cheloveka> (дата обращения: 11.09.2020).
11. Ларионова М.А. Психологическое здоровье педагога Российской образовательной системы // Наука о человеке: гуманитарные исследования. 2017. №4 (30). С. 99–103.
12. Писаревская М.А. Эмоциональное выгорание педагога и его психологическое благополучие [Электронный ресурс] // Мир науки. Педагогика и психология. 2019. №4. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/35PDMN419.pdf> (дата обращения: 15.09.2020).
13. Семенова Л.Э., Семенова В.Э. Исследование психологического благополучия дошкольных педагогов // Системная психология и социология. 2018. № 4 (28). С. 40–54.
14. Практическая психология образования: учеб. пособие / под ред. И.В. Дубровиной. СПб.: Питер, 2009. 588 с.
15. Проничева М.М. Особенности проявления синдрома эмоционального выгорания у педагогов (возрастной аспект) [Электронный ресурс] // Интернет-журнал «Мир науки». 2018. №6. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/126PSMN618.pdf> (дата обращения: 11.09.2020).

Baryshnikova Elena Viktorovna

South-Ural state humanitarian pedagogical university, Chelyabinsk, Russia

E-mail: e.v.baryshnikova@mail.ru

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=706869

Psychological health of preschool teachers

Abstract. The relevance of the study of the psychological health of teachers of a preschool educational organization is due to the need to preserve the psychological and mental health of the younger generation. The emotional well-being of teachers determines the favorable emotional state of preschool children. In this regard, it is important to study the psychological health of teachers of a preschool educational organization and timely diagnosis of their emotional state. The purpose of the study is to study the psychological health of teachers of a preschool educational organization. The author notes that in the theory and practice of psychological and pedagogical research, various aspects of the problem of psychological health of teachers are disclosed in sufficient detail. However, the problem of studying the psychological health of teachers of preschool educational organizations remains the least studied. The research was carried out on the basis of MADOU DS No. 77 in Chelyabinsk. The total sample of subjects consisted of 12 teachers aged from 30 to 60 years with a pedagogical work experience from 1 to 30 years. The article provides a detailed description of the stages and methods of research. The search and preparatory stage was aimed at studying the state of the research problem, substantiating its relevance, formulating goals and objectives, selecting methods for diagnosing the psychological health of teachers of a preschool educational organization. The experimental-experimental stage involved the organization and conduct of the ascertaining experiment, the processing of the obtained research results. At the final stage, the results of the study were analyzed, conclusions were formulated and practical recommendations were drawn up. The study of the psychological health of teachers of the educational organization was carried out using various methods (analysis, synthesis, generalization, ascertaining experiment, testing). These methods correspond to the set goals and objectives, as well as the content of scientific research. In order to diagnose the psychological health of teachers of a preschool educational organization, the methodology “Diagnostics of emotional burnout of personality” by V.V. Boyko. The obtained results of the empirical study made it possible to state that the teachers of the preschool educational organization are subject to the syndrome of emotional burnout. Based on the results obtained, the author suggests the relationship between the psychological health of teachers of a preschool educational organization with their age and work experience. Particular attention in the article is drawn to the importance of continuing research in this direction in order to identify the psychological and pedagogical conditions for the formation of psychological health of teachers of a preschool educational organization. The results of the empirical study and the formulated conclusions concretize the ideas about the essence of the psychological health of teachers of a preschool educational organization and can be useful to teachers and psychologists who are interested in the problems of psychological health of teachers of a preschool educational organization.

Keywords: psychological health; emotional state; mental well-being; emotional burnout; professional burnout; teachers; preschool educational organization