

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/kursovaya-rabota/375603>

Тип работы: Курсовая работа

Предмет: Психология и педагогика

Введение 3

Глава 1. Теоретические аспекты проблемы эмоционального выгорания педагога 6

1.1 Понятие «эмоциональное выгорание» 6

1.2 Факторы эмоционального выгорания 11

1.3 Профилактика эмоционального выгорания педагогов 16

1.4 Методы и методики выявления эмоционального выгорания 23

Глава 2. Эмпирическое исследование по изучению эмоционального выгорания педагога 27

2.1 Организация и результаты исследования 27

2.2 Мероприятия по профилактике эмоционального выгорания педагогов 35

Заключение 39

Список литературы 40

Актуальность. В современных условиях быстрого темпа жизни, постоянных изменений, конфликтности, влияния стрессовых факторов создаются условия для эмоционального напряжения и переживаний. Помимо этого, в профессиональной деятельности на состояние личности действуют различные негативные факторы, которые приводят к эмоциональному истощению и выгоранию. Это в свою очередь отрицательно сказывается как на деятельности человека, на и на повседневной жизни, приводит к ухудшению здоровья, снижению работоспособности, стрессоустойчивости, негативным личностным изменениям.

Наиболее подвержены эмоциональному выгоранию специалисты, которые в профессиональной сфере постоянно контактируют с другими людьми. К таким профессиям можно отнести педагогическую деятельность, которая связана с необходимостью взаимодействия с детьми, родителями, коллегами, администрацией образовательной организации, с необходимостью общения, эмоционального реагирования на изменения и инновации, которые постоянно внедряются в работу педагога. Все эти факторы воздействуют на педагогов и в случае снижения стрессоустойчивости могут приводить к эмоциональному истощению и выгоранию.

Различные аспекты проблемы эмоционального выгорания рассматриваются в работах как зарубежных (К. Маслач, С. Джексон, А. Пайнс, Б. Пельман, Е. Хартман, Дж. Фрейденберг др.), так и отечественных ученых (В.В. Бойко, Е.Е. Алексеева, Н.Е. Водопьянова, С.А. Гаранин, В.И. Ковальчук, С.Г. Форманюк, Е.С. Старченкова и др.). В этих работах предлагаются различные подходы к пониманию феномена эмоционального выгорания как реакции личности на стрессовые факторы и эмоциональное истощение, занижение значимости собственных достижений в профессиональной деятельности.

В психолого-педагогической литературе предлагаются различные подходы к исследованию факторов эмоционального выгорания педагога, способы профилактики и преодоления эмоционального истощения, методы повышения стрессоустойчивости. Исследование ведущих факторов, которые оказывают воздействие на личность педагога в профессиональной деятельности, позволит разработать соответствующие рекомендации по профилактике и коррекции эмоционального выгорания, а также подобрать эффективные способы диагностики и преодоления эмоционального выгорания педагога.

Таким образом, актуальность данной проблемы, необходимость ее изучения обусловили выбор темы исследования: «Факторы эмоционального выгорания педагога как социально-психологическая проблема».

Цель исследования – изучить факторы эмоционального выгорания в профессиональной деятельности педагога.

Объект исследования – эмоциональное выгорание.

Предмет исследования – факторы эмоционального выгорания педагога.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть понятие «эмоциональное выгорание» в психолого-педагогической литературе.
2. Раскрыть факторы, причины и формы проявления эмоционального выгорания педагога.
3. Изучить способы диагностики и профилактики эмоционального выгорания педагога.
4. Выявить в ходе эмпирического исследования уровень эмоционального выгорания педагогов.

5. Составить рекомендации по профилактике эмоционального выгорания педагогов.

Методы исследования: теоретические (анализ, обобщение научно-методической литературы), эмпирические (тестирование).

Глава 1. Теоретические аспекты проблемы эмоционального выгорания педагога

1.1 Понятие «эмоциональное выгорание»

Для выявления факторов эмоционального выгорания педагога рассмотрим различные подходы к понятию данного феномена в психолого-педагогической литературе.

Понятие «эмоциональное выгорание» как психологическое состояние истощения впервые предложил американский психиатр Дж. Фрейденбергером в 1974 году. По его мнению, эмоциональному выгоранию подвержены люди, которые находятся в постоянном и интенсивном общении, эмоциональном взаимодействии с другими людьми и оказании им профессиональной помощи, например, пациентам, клиентам. В результате эмоционального выгорания возникает состояние истощения, ощущения собственной бесполезности [16].

К. Маслач ввел понятие «синдром эмоционального выгорания» (burn-out), под которым понимал состояние истощения личности на трех уровнях: эмоциональном, психическом и физическом. Данный синдром формируется в результате хронического неразрешенного стресса на рабочем месте. В формировании синдрома эмоционального выгорания К. Маслач выделил три стадии: на первой происходит снижение интенсивности эмоций, приглушение эмоций и чувств, на второй стадии – формирование негативного отношения к окружающим, на третьей – полное эмоциональное истощение и отвращение ко всему [24].

Александрова А.В. Выгорание педагогов в условиях стихийной цифровизации образования / А.В.

Александрова, И.Г. Маракушина // Актуальные вопросы психологии и формирования здорового образа жизни студенческой молодежи: сб. научных трудов XV Международной студенческой научной конференции. – Архангельск, 2023. – С. 10-12.

Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В.В. Бойко. – СПб.: Питер, 2014. – 105 с.

Булгаков И.А. Современные направления изучения феномена эмоционального выгорания / И.А. Булгаков // Современная зарубежная психология. – 2023. – Т. 12. № 2. – С. 94-103.

Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб.: Питер, 2015. – 336 с.

Грушевская Ю.Д. Профилактика эмоционального выгорания у педагогов, работающих с детьми с ограниченными возможностями здоровья / Ю.Д. Грушевская // Всероссийская ежегодная декабрьская научно-практическая студенческая конференция. – М., 2023. – С. 206-209.

Егорышев С.А. Эмоциональное выгорание учителей как фактор снижения эффективности их профессиональной деятельности / С.А. Егорышев // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Социология. – 2023. – Т. 23. № 1. – С. 61-73.

Исабаева Г.М. Специфика эмоционального выгорания педагогов / Г.М. Исабаева // Профессия, что всем даёт начало: роль педагога в современном образовании. – М., 2023. – С. 143-144.

Камышанов А.А. Эмоциональное выгорание в преподавательской деятельности / А.А. Камышанов, Б.В. Абрамов // Психология и педагогика: актуальные проблемы теории и практики (ко Дню психолога): материалы IV Всероссийской научно-практической конференции; отв. ред. Е.В. Ковылова. – М., 2023. – С. 157-160.

Ковальчук М.А. Синдром эмоционального выгорания в социальных профессиях и способы его профилактики: монография / М.А. Ковальчук. – Ярославль: ФГБОУ ВО Ярославская ГСХА, 2017. – 126 с.

Кудинов С.И. Профессиональная самореализация педагогов в контексте эмоционального выгорания: монография / С.И. Кудинов, С.С. Кудинов, Н.И. Давыдова. – М.: Перо, 2022. – 221 с.

Кустова В.В. Феномен синдрома эмоционального выгорания педагогов: монография / В.В. Кустова. – М.: ИрГУПС, 2016. – 167 с.

Лэнгле А. Эмоциональное выгорание с позиций экзистенциального анализа / А. Лэнгле // Вопросы психологии. – 2008. – № 2. – С. 3-16.

Малышев С.Р. Факторы, стадии, симптомы эмоционального выгорания педагогов / С.Р. Малышев // Психология: новые горизонты: сб. трудов Студенческого форума II Международной научно-практической конференции. Редколлегия: Н.Н. Колосова, А.В. Хитрова. – Симферополь, 2023. – С. 170-173.

Маринина Д.С. Эмоциональное выгорание педагога: причины и способы его преодоления / Д.С. Маринина // Педагогика, психология, языкознание: социально-культурные парадигмы. – Рязань, 2023. – С. 87-89.

Маслакова В.А. Эмоциональное выгорание: понятие, виды, особенности / В.А. Маслакова // Молодежь и общество: теоретические модели и реальность. – Воронеж, 2023. – С. 285-287.

Михеева А.А. Анализ подходов к проблеме выгорания в сфере «человек-человек» в зарубежной и отечественной литературе / А.А. Михеева // Актуальные проблемы теории и практики психологических, педагогических и лингводидактических исследований: материалы международной научно-практической конференции. – М., 2023. – С. 170-173.

Молочков А.В. Эмоциональное выгорание в профессиональной деятельности: монография / А.В. Молочков, И.М. Слободчиков, С.В. Удович. – М.: Левъ, 2018. – 250 с.

Морозов Е.М. Психологическая природа феномена эмоционального выгорания / Е.М. Морозов, Е.И. Садохина // Психолого-педагогический журнал Гаудеамус. – 2023. – Т. 22. № 1. – С. 9-17.

Мустафина М.В. Профилактика эмоционального выгорания среди представителей педагогической профессии / М.В. Мустафина, В.М. Смирнов // Высшее педагогическое образование в провинции: традиции и новации. – Саратов, 2023. – С. 435-438.

Науменко Н.М. К проблеме эмоционального выгорания педагога / Н.М. Науменко, О.С. Шаврыгина // Учитель, наставник, учёный. – Оренбург, 2023. – С. 48-54.

Пожарская Е.Л. Исследование влияния эмоционального выгорания на конфликтность педагогов в современных педагогических коллективах / Е.Л. Пожарская, Л.В. Шукшина, А.В. Шубина // Социология. – 2023. – № 3. – С. 171-176.

Романова Ю.В. Синдром эмоционального выгорания и его профилактика / Ю.В. Романова, А.А. Никитина // Научные исследования и разработки 2023: гуманитарные и социальные науки. – М., 2023. – С. 43-46.

Сазоненко А.С. Эмоциональное выгорание как фактор социального риска / А.С. Сазоненко // Молодёжь третьего тысячелетия: сб. научных статей XLVII региональной студенческой научно-практической конференции. Секция «Право». – Омск, 2023. – С. 120-123.

Стресс и эмоциональное выгорание: методы профилактики: коллективная монография / А.Ю. Нагорнова, Т.Д. Азарных, О.И. Каяшева. – Ульяновск: Зебра, 2019. – 79 с.

Феоктистова Ю.В. Профилактика стресса и эмоционального выгорания педагогов / Ю.В. Феоктистова, У.Л. Феоктистова // Студент и наука (гуманитарный цикл) – 2023: материалы международной студенческой научно-практической конференции. – Магнитогорск, 2023. – С. 1538-1542.

Феоктистова Ю.В. Эмоциональное выгорание. Признаки, последствия и способы самопомощи / Ю.В. Феоктистова, У.Л. Феоктистова // Актуальные вопросы психологической профилактики, коррекции и реабилитации: сб. научных трудов всероссийской конференции с международным участием. Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова. – Магнитогорск, 2023. – С. 107-110.

Чердымова Е.И. Синдром эмоционального выгорания специалиста: монография / Е.И. Чердымова, Е.Л. Чернышова, В.Я. Мачнев. – Самара: Изд-во Самарского ун-та, 2019. – 123 с.

Черникова Т.В. Психология эмоционального выгорания: монография / Т.В. Черникова, В.В. Болучевская. – Волгоград: Изд-во ВолгГМУ, 2014. – 295 с.

Чутко Л.С. Синдром эмоционального выгорания. Клинические и психологические аспекты / Л.С. Чутко, Н.В. Козина. – М.: МЕДпресс-информ, 2013. – 255 с.

Штерц О.М. Признаки эмоционального выгорания у педагогов / О.М. Штерц // Социально-экономические процессы современного общества. – Чебоксары, 2023. – С. 295-297.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/kursovaya-rabota/375603>