

ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ НА ПРОФЕСІЙНУ КОМПЕТЕНТНІСТЬ УЧИТЕЛЯ

Опанування ключовими професійними компетенціями вчителем є важливим завданням сучасної педагогіки. Підсумки багатолітніх досліджень відзеркалено в рекомендаціях Ради Європи, де визначено п'ять груп *ключових компетенцій* (складові професійної компетентності робітника), рівень оволодіння якими виступає безперечним критерієм якості здобутої освіти, зокрема, політичні, соціальні компетенції та компетенції, що стосуються життя в багатокультурному суспільстві [15]. Аналіз наявних та проєктованих ключових компетенцій дозволяє визначити, як технології навчання (зокрема, перепідготовки), так і механізми внутрішнього та зовнішнього оцінювання того, чого, власне, навчаються [3, 14, 15, 19].

Отримуючи завдяки входженню в суб'єктивний досвід системи знань, умінь та навичок універсального гатунку статус ключової, компетенція стає інтегральною характеристикою вчителя (за Хуторським О.В. [16]). Емоційна ключова компетенція вчителя веде свій початок від базової комунікативної здібності (вміння), без котрої важко собі уявити педагогічну діяльність, та котра співвідноситься з поняттям компетенції за аналогією [13]. Високий рівень емоційної компетенції вважається необхідною умовою досягнення індивідом «пори особистих та професійних досягнень» – *акме*, з відповідними характеристиками соціо- та професіогенезу [11]. Наприклад, наша попередня робота [19] свідчить: емоційна компетенція вчителя взаємопов'язана з характеристиками його емоційної сфери, а саме, емоційним інтелектом, стійкістю та вигоранням.

Емпірично-кореляційні дослідження емоційного вигорання слухачів системи підвищення кваліфікації останніх двох років підтверджують відому тезу притаманності цього симптому робітникам допомагаючих професій: *від половини до двох третин досліджених* учителів мали небезпечний рівень емоційного вигорання [4]. На сьогодні питання профілактики емоційного вигорання є вкрай актуальними та вирішуються, не в останню чергу, завдяки тренінговим технологіям (див., наприклад [9]). З огляду на це, та те, що вся освітня практика свідчить: вигорання вчителя – облігатний чинник педагогічної праці [3, 4, 13], ми запровадили *спеціальний курс* (у складі традиційної програми перепідготовки вчителів), оптимальна форма якого – груповий метод психологічного впливу наближений до соціально-психологічного тренінгу з елементами екзистенціональної, тілесно орієнтованої та гештальт-терапії [6, 8]. Основним завданням спецкурсу є створення атмосфери саморозкриття та самостійного пошуку учасниками способів вирішення власних проблем, а також розвиток певних (професійних, особистих) умінь та навичок.

Метою статті є дослідження впливу емоційного вигорання на професійну компетентність вчителя. Об'єктом статті є емоційна сфера вчителя, зокрема, емоційні інтелект, стійкість та вигорання під час впровадження спецкурсу оптимізації професійної компетентності (СОПК) вчителів в системі підвищення кваліфікації за допомогою формульованого експерименту. Предметом статті є позитивні та негативні ефекти, пов'язані із зміною показників емоційної сфери учасників у наслідок проведення формульованого експерименту. Мету пропонується реалізувати, вирішуючи наступні завдання: 1) запровадити тренінг навичок до саморозвитку емоційної сфери учасників експериментальної групи; 2) дослідити зсув показників професійної компетентності (зокрема, її емоційних аспектів – стійкості та інтелекту) порівняно із зміною рівня емоційного вигорання в досліджуваних групах після тренінгу.

Психометричний інструментарій дослідження склали три блоки: 1) блок показників емоційної сфери (власне, маркери професійної компетентності) складався з методик оцінки емоційного інтелекту Н.Холла [7] та дослідження емоційної стійкості О.Я.Чебикіна [17]; 2) блок проявів емоційного вигорання (маркери професійної деструкції) включав методіку К.Маслач [12] та опитувальник В.В.Бойка ступеню проявленості синдрому емоційного вигорання [1]; 3) екзистенційний блок, як реєстратор аксіологічного відбитку психокорекційних заходів, включав методіку смисло-життєвих орієнтацій О.Н.Леонтьєва [10] та авторську – діагностику провідної домінанти переживання емоційного вигорання педагога. Реалізація мети дослідження передбачає висунення нульової H_0 та конкуруючої H_1 гіпотез: H_0 – показники експериментальної та контрольної груп *не мають значущої відмінності* після проведення СОПК; H_1 – показники експериментальної та контрольної груп *мають значущу відмінність* після проведення СОПК. Оскільки, впливаючи на рівень емоційного вигорання, ми передбачаємо певну «відповідь» професійної компетентності, відтак, значуща відмінність маркерів наприкінці дослідження, на нашу думку, репрезентуватиме взаємозв'язок, відповідно, вигорання й компетентності.

Вибірку склали дві гомогенні групи: експериментальна ($n=18$) та контрольна ($n=19$), всі вчителі – жіночої статі, середній вік – $37,9 \pm 2,1$ $_{екс}$ та $37,7 \pm 1,8$ $_{контр}$; середній педагогічний стаж – $16,4 \pm 1,5$ $_{екс}$ та $13,8 \pm 2,1$ $_{контр}$. Формульований експеримент проходив за схемою:

$$Eкс^1 \rightarrow X \rightarrow Eкс^2$$

$$Контр^1 \rightarrow Контр^2,$$

де X – психокорекційні заходи формульованого експерименту, 1 та 2 – стани експериментальної (Екс) та контрольної (Контр) груп на початку та в кінці експерименту, відповідно. Загалом СОПК включав 18 академічних годин упродовж двох тижнів під час літнього канікулярного періоду: 3 години на вхідне/вихідне діагностування та 15 годин групових занять у форматі соціально-психологічного тренінгу.

Авторська методика співвідносить актуальний «життєвий світ» із стилем переживання стану емоційного вигорання індивідом (як фрустрації, як стресу, як кризи, як конфлікту або як травми), детермінуючи, таким чином, тематику СОПК. Діагностувальний етап СОПК за допомогою авторської методики виокремив континуум переживань учителем стану емоційного вигорання, що, у свою чергу, визначило мішені психокорекційних та профілактичних заходів, як синдрому емоційного вигорання – показника професійної стагнації, так і взагалі емоційної сфери вчителя.

Нормальність розподілу результатів обох груп доведена шляхом розрахунку асиметрії та ексцесу з подальшим порівнянням із критичними показниками. А тому всі експериментальні дані оброблені за допомогою t-критерію та є достовірно відмінними із достатньою значущістю (див. Табл. 1).

Вимоги до репрезентативності вибірки задовольнив психодіагностичний блок СОПК, котрий виявив достатню гомогенність професійно-демографічних та особистих характеристик вчителів обох груп: стан *переживання емоційного вигорання як конфлікту* є домінуючим за кількістю респондентів (див. Мал. 1), а саме 77,8% та 67,6% для експериментальної та контрольної груп, відповідно. Домінування переживання емоційного вигорання як конфлікту переважною кількістю вчителів в обох групах визначило тему СОПК: «*Конфлікт у педагогічній взаємодії*». Кількість вчителів обох груп вражених синдромом емоційного вигорання (див. Мал.2): в експериментальній групі – 100% (за методикою К.Маслач) та 61% (за методикою В.В.Бойко), а у контрольній групі – 87% (за методикою К.Маслач) та 30% (за методикою В.В.Бойко).

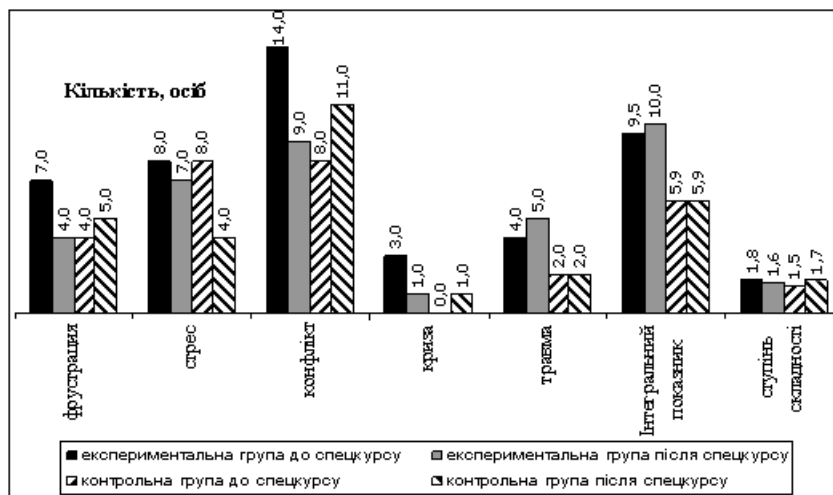
Таблиця 1.

Оцінка достовірності результатів результатів методик спецкурсу

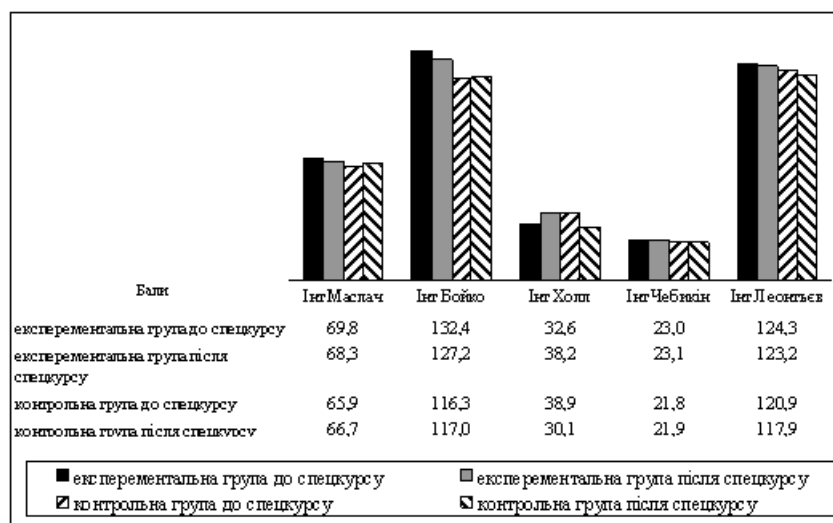
Методики	Показники методик	Гіпотези дослідження			
		H_0	H_1	H_0	H_1
В.В.Бойко	інтегральний		$P \leq 0,001$		$P \leq 0,01$
К.Маслач	інтегральний		$P \leq 0,001$		$P \leq 0,001$
Н.Холл	інтегральний		$P \leq 0,01$		$P \leq 0,01$
О.Я.Чебикін	інтегральний	$P \leq 0,001$		$P \leq 0,001$	
О.Н.Леонтьєв	інтегральний	$P \leq 0,01$			$P \leq 0,01$
Авторська	інтегральний	$P \leq 0,05$		$P \leq 0,05$	
	ступінь складності		$P \leq 0,001$		$P \leq 0,001$
		експериментальна група		контрольна група	

Результати експерименту однозначно свідчать про значимий зсув масивів даних в обох групах (див. Мал. 1, 2, Табл. 1). *Блок оцінки проявів вигорання* констатує певні зміни: рівень емоційного вигорання експериментальної групи за тестом В.В.Бойка зменшився на 3,9%, проти збільшення на 0,6% у контрольній групі. Подібну тенденцію зростання рівня емоційного вигорання (себе, про недостатній темп відновлення психічних ресурсів) під час літнього канікулярного періоду у вчителів вже висвітлювалося у нашій попередній роботі [5]. Тест К.Маслач подає подібні результати, проте з меншою амплітудою: зменшення в експериментальній групі рівня вигорання на 2,3% проти його росту у контрольній групі на 1,2%. Це кількісне розходження, на наш погляд, можна пояснити різницею у конструктивній та змістовній валідностях тестів, що підтверджують слова В.В.Бойка щодо своєї методики, котра обробляє «... явища істотно різні – реакція на зовнішні і внутрішні чинники, прийоми психологічного захисту, стан нервової системи...» [1]. *Блок показників емоційної сфери* привертає увагу до зміни рівня емоційного інтелекту, котрий підвищився в експериментальній групі (24,3%) та зменшився у контрольній (23,1%). На наш погляд, це свідчить про влучне попадання заходів спецкурсу по дефіциту певних практичних навичок курсантів. Методика О.Я.Чебикіна виявила незначущі відмінності зростання показників в обох групах, що, схоже, свідчить про недостатню тривалість спецкурсу відносно латентного часу процесу зміни емоційної стійкості. *Екзистенційний блок* відзеркалює зміни на аксіологічному рівні психіки курсантів: локус «присутності» життєвих цілей, а, отже, власне, й процесу

переживання - у минулому, теперішньому або майбутньому часі, а також локус контролю.



Мал. 1. Груповий профіль критичної ситуації (P < 0,01).



Мал. 2. Середньогрупові інтегральні показники стандартизованих методик.

Очевидно, що не значущі відмінності зменшення інтегрального показника експериментальної групи, та подібне, але значущої відмінності його зменшення у контрольній групі, свідчить про ефективну та потенційно розвиваючу атмосферу СОПК (див. Табл.3). Авторська методика діагностики ведучої домінанти переживання емоційного вигорання педагога не виявила значущих змін у рівні критичності актуального життєвого стану (т.з. інтегральний показник) вчителів обидвох груп, проте такі зміни відбулися у ступені складності сприйняття власного стану емоційного вигорання вчителем (див. Мал. 1). Мова йде про роз-маїття суб'єктивних обставин свіосприйняття індивіда, котрі за С.Ф. Василюком [2] однозначно презентують, як його «життєвий світ», так і спосіб переживання критичної ситуації. Отже, показник ступеня складності зменшився в експериментальній групі на 11,1%, на відміну від контрольної групи, де він відповідно виріс на 12,5%. Тобто переживання емоційного вигорання вчителями експериментальної групи умовно кажучи «спростилося», що дає позитивний прогноз щодо їх одужання від «емоційної пожежі» на майбутнє.

Вищенаведені результати дозволяють зробити наступні висновки:

1) Конкуруюча гіпотеза, а саме - результати контрольної та експериментальної груп достовірно відмінні, підтверджена. 2) У процесі формування експерименту його учасники оптимізували рівень професійної компетентності, а саме, виріс емоційний інтелект, знизився рівень емоційного вигорання та ступінь критичності переживання стану емоційного вигорання. 3) Відтак, можна припустити зворотню пропорційний взаємозв'язок емоційної компетентності (професійної компетентності загалом) та емоційного вигорання емпірично доведеним. 4) Показники рівня емоційної стійкості та критичності суб'єктивного «життєвого світу», достовірно не зросли (проте, принаймні, не погіршилися), що потребує певного доопрацювання методики спецкурсу у майбутньому.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бойко В.В. Синдром «емоціонального вигорання» в професіональному общении. – СПб.: Питер.- 1999. – 105 с.
2. Василюк Ф.Е. Психологические переживания (анализ преодоления критических ситуаций).- М.: Изд-во Московского ун-та.- 1984. – 200 с.
3. Введенский В.Н. Ключевые компетентности педагога в системе повышения квалификации // url: http://old.ippd.ru/bibl/pedagog_razvitie/p9_k002.doc
4. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика.- СПб.: Питер.- 2008.- 336 с.
5. Жогно Ю.П. Мониторинг динамики синдрома эмоционального выгорания педагога // Научный часопис НПУ ім. М.П.Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки. 36. наукових праць. – К.: НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2007.- № 19 (43).- С. 24-31
6. Зайцева Т.В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие.- М.: Смысл, 2002 // url: <http://psylib.kiev.ua/>
7. Ильин Е.И. Эмоции и чувства. – СПб.: Питер, 2001. – С. 633-634.
8. Иноземцева Е.А. Психологические эффекты западных моделей социально-психологических тренингов в России // Автореф. дисс. на соискание уч. степени к.п.н. // url: http://psylib.myword.ru/index.php?automodule=downloads&req=oad&code=confirm_download&id=3625
9. Колесникова М.Г., Резников М.А. Тренинг саморегуляции в постдипломном образовании педагога // Постдипломное образование: проблемы, опыт и перспективы. М-лы IV международной научно-практической конференции. СПб.: СПб АППО, 2004. – С. 57-62.
10. Леонтьев Д.А. Тест смысловых ориентаций (СЖО). 2-е изд.- М.: Смысл.- 2000.- 18 с.
11. Манойлова М.А. Развитие эмоционального интеллекта будущих педагогов. – Псков, 2004. – 60 с.
12. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности // Под ред. Г.С. Никифорова, М.А. Дмитриевой, В.М. Снеткова. - СПб.: Речь, 2001. - С. 276-282
13. Роботова А.С. с соавт. Введение в педагогическую деятельность.- М.: Издательский центр «Академия».- 2000. - 208 с.

14. Указ Президента України. Про Національну доктрину розвитку освіти // url: <http://zakon1.rada.gov.ua/-bin/laws/main.cgi?nreg=1175840679399173>
15. Харитонова Е.В. Об определении понятий «компетентность» и «компетен-ция» // Успехи современного естествознания.- №3.- 2007 // url: www.rae.ru
16. Хуторской А.В. Ключевые компетенции и образовательные стандарты // Интернет-журнал "Эйдос". – 2002. – 23 апреля // url: <http://www.eidos.ru/journal/20/0423.htm>. - В надзаг: ЦДО "Эйдос".
17. Чебыкин А.Я. Эмоциональная регуляция учебно-познавательной деятельности.- Одесса: Изд-во ОГПИ им. К.Д.Ушинского.- 1991.- 171 с.
18. Чебыкина Т.Н., Жогно Ю.П. Концептуальные аспекты ключевых педагогических компетенций педагога-воспитателя дошкольного учреждения // Наша школа.- № 1.- 2008.- С. 17-20
19. Чебыкина Т.М., Жогно Ю.П. До питання емоційної компетентності вчителя в контексті особистісно-орієнтованих технологій перепідготовки // Наша школа. – № 2.- 2008.- С. 39-42

Подано до редакції 05.09.08

РЕЗЮМЕ

Статья обращается к актуальной для современной педагогики теме эмоционального выгорания педагога, рассматривая последнее, как фактор, влияющий на профессиональную компетентность учителя. В основании эмпирического исследования лежит формирующий эксперимент в системе переподготовки учителей. Методологически эксперимент отталкивается от концепции критической ситуации, которой и является синдром эмоционального выгорания. Результаты свидетельствуют о правильности выбранных методов психологической коррекции, а именно, групповых.

SUMMARY

The article deals with an actual issue of teaching staff's burnout, considering the latter to be a factor influencing teacher's professional competence. The empiric research is based on a forming experiment in teachers' retraining system. Methodologically the experiment is grounded on the conception of critical situation which is the syndrome of staff's burnout. The obtained results testify to the rightness of the chosen methods of psychological correction, namely, the group ones.
