**Аналитическая справка**

**о результатах социально-психологического мониторинга**

**уровня эмоционального выгорания педагогов**

**МДОУ «Детский сад № 104»**

1. **Актуальность исследования**

В последнее время в обществе бурно происходят образовательные реформы, которые должны нести в себе не только большой развивающий и обучающий потенциал, но и должны сохранять здоровье всех участников образовательного процесса. Это возможно, если педагог профессионально компетентен, физически здоров, а также устойчив к развитию негативных профессионально обусловленных состояний. В связи с большой эмоциональной напряженностью профессиональной деятельности педагога, нестандартностью педагогических ситуаций, ответственностью и сложностью профессионального труда педагога, увеличивается риск развития синдрома «эмоционального выгорания», что влечет за собой нарастающее чувство неудовлетворенности своим трудом, ухудшение самочувствия и настроения, усталости, профессиональные кризисы, стрессы и т.п.

При этом очень мало обращается внимания на действующие эффективные психолого-педагогические и медицинские технологии, которые направлены на сохранение психологического здоровья педагогов, снижающих риск формирования синдрома «эмоционального выгорания» и появления кризиса в профессии в целом. В результате снижается эффективность профессиональной деятельности педагога: он перестает справляться со своими обязанностями, теряет творческий настрой относительно продукта своего труда, деформирует свои профессиональные отношения, роли и коммуникации.

С целью профилактики вышеперечисленных процессов необходимо проводить своевременный и регулярный мониторинг психоэмоционального состояния педагогов, работающих в образовательной среде.

1. **Нормативное основание для проведения исследования**

Приказ департамента образования мэрии города Ярославля «Об утверждении Положения о муниципальной системе оценки качества образования в образовательных организациях города Ярославля от 26.05.2021 № 01-05/455». Положение о внутренней системе оценки качества образования МДОУ «Детский сад № 104».

1. **Цель исследования**

Определить уровень эмоционального выгорания в профессиональной деятельности педагогов МДОУ, выработать возможные стратегии выхода из ситуаций, провоцирующих стрессы.

1. **Условия проведения исследования**

Исследование проводилось в течение 2020-2021 учебного года с 27 педагогами ОО реализующее основную общеобразовательную программу дошкольного образования МДОУ «Детский сад № 104» с учетом инновационной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой.

1. **Диагностический инструментарий**

Методика **«Определение психического выгорания»** А.А.Рукавишникова направлена на изучение интегральной диагностики психического «выгорания» в двух подструктурах личности: эмоциональной и мотивационной сферах.

Изучение подструктур личности ведется с помощью ряда шкал.

**Содержательные характеристики шкал** (негативные проявления):

* **Психоэмоциональное истощение** – процесс исчерпания эмоциональных, физических, энергетических ресурсов профессионала, работающего с людьми. Истощение проявляется в хроническом эмоциональном и физическом утомлении, равнодушии и холодности по отношению к окружающим с признаками депрессии и раздражительности.
* **Личностное отдаление** – специфическая форма социальной дезадаптации профессионала, работающего с людьми. Личностное отдаление проявляется в уменьшении количества контактов с окружающими, повышении раздражительности и нетерпимости в ситуациях общения, негативизме по отношению к другим людям.
* **Низкий уровень или отсутствие профессиональной мотивации** – проявляется низкой профессиональной эффективностью и отдачей, стремлением работника облегчить или сократить обязанности, которые требуют энергетических затрат в работе; снижением потребности в достижениях и снижением успешности в работе с людьми.

Индекс психического «выгорания» (ИПВ) считается путем суммарного подсчета баллов по 3-м шкалам.

1. **Интерпретация результатов**

1. ***Психоэмоциональное истощение***

Опрошенных по данной шкале можно объединить в 5 групп:

* **1 группа,** педагоги, показавшие **крайне низкие результаты** **(15%).** Для них характерна неограниченность диапазона и интенсивность включения эмоций в профессиональное общение. Такие педагоги, как правило, чрезмерно эмоциональны, несдержаны, конфликтны.
* **2 группу** составляют педагоги, имеющие **низкие значения** **(22%)**, эти специалисты отличаются высоким уровнем эмоциональных, физических и энергетических ресурсов для работы с людьми; отсутствием выраженного утомления, равнодушия и холодности по отношению к окружающим.
* **К 3 группе,** относятсяпедагоги, **со средними показателями** психоэмоционального истощения **(40%)**, это люди, не склонные к частым эмоциональным и физическим истощениям, срывам. Исчерпание энергетических ресурсов у этих педагогов происходят крайне редко и они легко восстанавливаются.
* **В 4 группу** входят педагоги, уровень психоэмоционального истощения которых соответствует **высоким значениям** **(15%),** они отличаются негативной установкой по отношению к своей работе, негативной самооценкой, усилением пассивности. Такие педагоги относятся к группе риска – лица с повышенной угрозой нарушения психического здоровья.
* **5 группа,** педагоги, **с крайне высокими результатами** **( 8%)**. Для этих педагогов характерна раздражительность, агрессивность, в общении с коллегами, повышенная чувствительность к оценкам других людей. На личностном уровне появляется низкая эмоциональная толерантность, тревожность.

1. ***Личностное отдаление***

По данному параметру результаты распределились таким образом:

* + **1 группа,** педагоги,имеющие **крайне низкие значения** по данной шкале **(15%),** что говорит о недостаточной гибкости в их профессиональном поведении и в целом в коммуникативных процессах. У лиц с такими значениями наблюдается поверхностное и неизбирательное общение.
  + **2 группа,** педагоги, показавшие **низкие результаты** **(52%).** Для них характерно отсутствие стремления к уединению, они испытывают вовлеченность в социальные контакты и заинтересованность своей карьерой.
* **В 3 группу** входят педагоги, уровень личностного отдаления которых соответствует **средним значениям** **( 33%),** это коммуникабельные педагоги, умеющие строить контакты в своей профессиональной деятельности, умеющие даже в конфликтных ситуациях находить верное решение, проявляющие толерантность и доброжелательность к окружающим.
* **4 группу** составляют педагоги, имеющие **высокие значения** по данной шкале **( 0%)**. У этих педагогов можно отметить нежелание контактировать с людьми, иногда циничное и негативное отношение к людям. Высокая критичность в отношениях с окружающими и полная некритичность по отношении к себе самому.
* **5 группа,** педагоги **с крайне высокими результатами** **(0%),** что свидетельствуют о социальной дезадаптации, об отсутствии желания взаимодействовать с окружающими, повышенной самоуверенность и отстраненности от работы. Эти педагоги считают свое мнение единственно верным.

1. ***Профессиональная мотивация***

По данной шкале можно выделить 5 групп педагогов:

* **1 группа -** педагоги, показавшие **крайне низкие результаты** **(10%).** Для них характерно чувство низкой профессиональной эффективности и отдачи. У таких педагогов проявляются попытки облегчить или сократить обязанности, которые требуют энергетических затрат в работе.
* **2 группу** составляют педагоги, имеющие **низкие значения** **(10%)**, это свидетельствуют о снижении потребности в достижениях в различных сферах жизни и успешности в работе с людьми.
* **3 группа -** это педагоги, у которых преобладают **средние результаты** по данной шкале **(40%)**, они удовлетворены своей работой и отношениями, сложившимися в коллективе. У этих педагогов, как правило, адекватная самооценка. Они испытывают чувство удовлетворенности собой как профессионалами.
* **В 4 группу** вошли педагоги **с высокими значениями** **(40%),** что говорит о высоком уровне притязаний педагогов. Эти педагоги редко испытывают неудовлетворенность собой, работой и отношениями в коллективе, временами испытывают потребность в достижениях.
* **5 группу** составляют значительное большинство опрошенных, показавших **крайне высокую** мотивацию к профессиональной деятельности **(0%)**. Этих педагогов можно охарактеризовать как заядлых трудоголиков, видящих в работе единственное средство самореализации и признания; удовлетворенность от жизни получают только от своей профессиональной деятельности. У такой категории сотрудников работа занимает первое место, отодвигая на второй план все остальные аспекты жизнедеятельности: личную жизнь, семью, развлечения. Данная группа педагогов излишне зациклена на работе, что в свою очередь может привести к истощению и эмоциональным срывам.

1. ***Индекс психического «выгорания»***

Таким образом, комплексный анализ результатов проведенного исследования позволяет сделать следующий вывод:

* + **35%–** с низким значением индекса профессионального выгорания;
  + **40%**– со средними значениями по общему индексу психического выгорания;
  + **15%**– с выраженными признаками профессионального выгорания;
  + **10%**– имеют уже сложившийся синдром выгорания.

Профессиональная деятельность педагогов осуществляется в особых условиях и связана с влиянием целого ряда негативных факторов (интенсивность труда, большие психоэмоциональные нагрузки, повышенные нагрузки на зрительный, слуховой и голосовой аппараты, большое количество контактов в течение рабочего дня; гиподинамия и т.д.), что причисляет ее к стрессогенным профессиям с высоким уровнем психоэмоционального напряжения предъявляет высокие требования к личности специалиста. Если нарушается баланс между требованиями профессиональной среды и индивидуально-личностными характеристиками педагога, развивается синдром эмоционального выгорания.

**Изменение сложившейся ситуации** возможно при наличии продуманной пролонгированной работы команды психолога и администрации, направленной на:

* сплочение педагогического коллектива;
* профилактику возникновения у педагогов невротических состояний и других проблем психогенного характера;
* повышение психологической компетентности педагогов в вопросах саморегуляции;
* расширение поведенческого, коммуникативного репертуара;
* совершенствование системы мотивирования и стимулирования педагогов с учетом ядерных потребностей.

**8. Рекомендации**

1. **Педагогу-психологу**

1.Проанализировать данные социопсихологического мониторинга в МДОУ.

2.Разработать цикл мероприятий с использованием различных форм работы с педагогами, направленных на профилактику эмоционального выгорания в воспитательно-образовательном процессе и оптимизацию психологического климата в педагогическом коллективе.

3.Провести индивидуальные и групповые психологические консультации для воспитателей по результатам диагностики.