



Администрация Комсомольского муниципального района
Хабаровского края
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
ПРИКАЗ

02.09.2021 № 572
г. Комсомольск-на-Амуре

О проведении мониторинга синдрома профессионального выгорания педагогов муниципальных образовательных организаций

В целях установления благоприятного социально-психологического климата в муниципальных образовательных организациях, взаимодействия всех участников образовательных отношений

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Руководителям учреждений провести до 01 сентября 2021 года мониторинг синдрома профессионального (эмоционального) выгорания педагогических кадров в муниципальных образовательных организациях Комсомольского муниципального района (приложение), предоставить до 20 сентября 2021 года анализ по итогам мониторинга.
2. Утвердить инструкцию о проведении мониторинга синдрома профессионального выгорания педагогов (приложение).
3. Главному специалисту по кадровой работе и аттестации включить в план работы проведение семинаров по профилактике синдрома профессионального (эмоционального) выгорания педагогов муниципальных образовательных организаций.
4. Руководителям муниципальных образовательных учреждений организовать работу по созданию условий для благоприятного социально-психологического климата в муниципальных образовательных организациях.
5. Контроль за исполнением приказа возложить на Синецкую И.А., главного специалиста по кадровой работе и аттестации.

И.о. начальника
управления образования

Е.Г. Опарина

Инструкция
о проведении мониторинга синдрома профессионального
выгорания педагогов «Профессиональное (эмоциональное) выгорание»

Вам предлагается 22 утверждения о чувствах и переживаниях, связанных с работой. Пожалуйста, прочитайте внимательно каждое утверждение и решите, чувствуете ли вы себя таким образом на вашей работе. Если у вас никогда не было такого чувства, в листе для ответов отметьте позицию 0 - "никогда". Если у вас было такое чувство, укажите, как часто вы его ощущали, позиция 6 - "ежедневно". Для этого зачеркните или обведите кружком балл, соответствующий частоте переживаний того или иного чувства.

Лист (бланк) для ответов должен включать:

Фамилия, имя, отчество.....

Возраст.....

Пол.....

Профессия/должность.....

Стаж работы в данной должности.....

1.	Я чувствую себя эмоционально опустошенным (ой)	123456
2,	К концу рабочего дня я чувствую себя как выжатый лимон	123456
3.	Я чувствую себя усгалым(ой), когда встаю утром й должен(на) идти на работу	123456
4.	Я хорошо понимаю каждого моего ученика (студента) и нахожу к каждому свой подход	123456
5.	Я общаюсь с моими учениками чисто формально, без лишних эмоций, и стремлюсь свести общение с ними до минимума 1	123456
6.	Во время и после занятия я чувствую себя в приподнятом настроении и эмоционально воодушевленно*	123456
7.	Я умею находить правильное решение в конфликтных ситуациях с моими учениками (студентами)	123456
8.	Я чувствую угнетенность и апатию	123456
9.	Я могу позитивно влиять на продуктивность работы моих учеников и коллег	123456
10.	В последнее время я стал (а) более отстраненным (ной) и жестким (ой) по отношению к тем, с кем работаю	123456
П.	Как правило, ученики, их родители и администрация школы слишком много требуют от меня или манипулируют мною. Они преследуют только свои интересы	123456
12.	У меня много профессиональных планов на будущее, и я верю в их осуществление	123456
13.	Я испытываю эмоциональный спад на работе	123456
14.	Я чувствую равнодушие и потерю интереса ко многому, что радовало меня раньше	123456
15.	Я не могу быть участливой ко всем ученикам {студентам), особенно недисциплинированным и нежелающим учиться !	123456
16.	Мне хочется уединиться от всех и отдохнуть от работы	123456
17.	Я легко могу создать атмосферу доброжелательности и сотрудничества при общении с моими учениками (студентами) и коллегами	123456
18.	Я легко общаюсь с учениками (студентами) и их родителями независимо от их социального положения и поведения	123456
19.	Я многое успеваю сделать на работе и дома	123456
20.	Я чувствую себя на пределе возможностей	123456
21.	Я много смогу еще достичь в своей жизни	123456
22,	Бывает, что коллеги, ученики (студенты) и их родители перекладывают на меня груз своих проблем и обязанностей	1 234 56

Ключ к тесту «Профессиональное (эмоциональное) выгорание»

Субшкала	Номер утверждения ;	Максимальная сумма баллов
Эмоциональное истощение	1.2.3.6*. 8. 13.14.16.20	54
Деперсонализация	5,10,11.15,22	30
Профессиональная успешность (редукция персональных достижений)	4.7, 9,12,17,18,19,21	48

Интерпретация, обработка результатов.

В соответствии с общим "ключом" подсчитывается сумма баллов для каждого субфактора. Оценка степени выгорания может осуществляться как для каждого отдельного показателя, так и по интегральному показателю. Для этого складываются шкальные оценки трех показателей (табл. **Уровни показателей выгорания**) и соотносятся с тестовыми нормами (табл. **Тестовые нормы для интегрального показателя выгорания**). **Уровни показателей выгорания.**

Субшкала	Группы	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Очень высокий уровень
Шкальные оценки	Мужчины	1 балл	2 балла	3 балла	5 баллов
Эмоциональное истощение	Женщины	5-15	16-24	25-34	Больше 34
	Мужчины	6-16	17-25	26—34	Больше 34
Деперсонализация/цинизм	Женщины	2-4	5-12	13-15	Больше 15
	Мужчины	1-4	5-10	11-13	Больше 14
Профессиональная успешность	Женщины	37-48	34-28	27-23	22 и меньше
	Мужчины	37-48	35-28	27-22	21 и меньше

Тестовые нормы для интегрального показателя выгорания

Низкая степень	Средняя степень	Высокая степень	Крайне высокая степень
3-4 балла	5-6 баллов	7-9 баллов	10 баллов и больше

Примечание. * отмечен «обратный» вопрос, который считается в обратном порядке. Диагностируя выгорание, следует учитывать конкретные значения субшкал (факторов), которые имеют возрастные и гендерные особенности. Например, некоторую степень эмоционального истощения можно считать нормальным возрастным изменением, а определенный уровень деперсонализации - необходимый механизм психологической защиты для целого ряда социальных (или коммуникативных) профессий в процессе профессиональной адаптации.

При анализе индивидуальных показателей по шкале "профессиональная эффективность" следует учитывать возраст и этап становления человека в профессии. Начальный период профессиональной адаптации неизбежно связан с осознанием молодым специалистом некоторой недостаточности своих знаний и умений требованиям практической деятельности. Это, естественно, обуславливает определенную напряженность (психологический стресс) в рабочих ситуациях профессиональной деятельности. Если подобное явление не учитывать, можно ошибочно интерпретировать у начинающих специалистов низкие баллы по шкале "персональные достижения" как симптомы выгорания. У сформировавшихся специалистов на этапе зрелости и поздней зрелости низкие баллы по шкале "профессиональная эффективность" часто свидетельствуют о сниженной самооценке значимости действительно достигнутых результатов и вторичном снижении продуктивности из-за изменения отношения к работе.

Таким образом, при исследовании динамики выгорания необходимо брать в расчет как конкретные значения по всем трем субшкалам, так и их взаимосвязь. Взаимосвязь и взаимовлияние факторов выгорания определяют динамику процесса его развития. Ниже представлены средневозрастные и зависящие от стажа значения по российской выборке, позволяющие определить персональные характеристики выгорания.

Показатели выгорания в различных возрастных группах

Возраст	Эмоциональное истощение	Цинизм	Профессиональная успешность	Критерий	Уровень значимости
20-30	19,44	7,70	30,19	t-критерий Стьюдента	$p > 0,05$ $p > 0,05$
30-40	19,29	7,55	28,79	t-критерий Стьюдента	$p > 0,05$ $p > 0,05$
40-50	20,92	7,29	27,82	t-критерий Стьюдента	$p < 0,05$ $p > 0,05$
>50	21,48	7,71	31,52	t-критерий Стьюдента	$p < 0,05$ $p > 0,05$

Показатели выгорания в зависимости от стажа работы

Возраст	Эмоциональное истощение	Цинизм	Профессиональная успешность	Критерий	Уровень значимости
0,5-3	20,96	6,91	28,23	t-критерий Стьюдента	$p > 0,05$ $p > 0,05$
4-10	19,24	7,19	28,57	t-критерий Стьюдента	$p > 0,05$ $p > 0,05$
10-20	20,74	8,21	30,19	t-критерий Стьюдента	$p < 0,05$ $p > 0,05$
>20	19,78	8,22	29,44	t-критерий Стьюдента	$p < 0,05$ $p > 0,05$