



МЭРИЯ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ

ПРИКАЗ

От 15.03.2018

№ 0211-ода

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. Муниципальному казенному учреждению дополнительного профессионального образования города Новосибирска «Городской центр образования и здоровья «Магистр» (директор Склянова Н. А.):

1.1. Провести до 15.04.2018 мониторинг синдрома профессионального (эмоционального) выгорания педагогических кадров в муниципальных образовательных организациях города Новосибирска (приложение), предоставить до 01.05.2018 анализ по итогам мониторинга.

1.2. Включить в план работы проведение семинаров по профилактике синдрома профессионального (эмоционального) выгорания педагогов муниципальных образовательных организаций.

2. Руководителям муниципальных образовательных учреждений организовать работу по созданию условий для благоприятного социально-психологического климата в муниципальных образовательных организациях.

3. Ответственность исполнения приказа возложить на заместителя начальника управления образовательной политики и обеспечения образовательного процесса мэрии города Новосибирска Тарасову И. И.

4. Контроль исполнения приказа возложить на заместителя начальника департамента образования – начальника управления образовательной политики и обеспечения образовательного процесса мэрии города Новосибирска Кащенко Е. Ю.

Начальник департамента образования

Р. М. Ахметгареев

Инструкция
 о проведении мониторинга синдрома профессионального
 выгорания педагогов

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

Стимульный материал.

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

22.	Бывает, что коллеги, ученики (студенты) и их родители перекалдывают 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

Главный специалист ОКР ДО

 Д. Н. Ефименко

227 45 18