

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ**  
**БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ УПРАВЛЕНИЯ**  
**И СОЦИАЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

**Кафедра социальной работы и реабилитологии**

**ЖУРБИКОВА**  
Елена Александровна

**СИНДРОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И ЕГО**  
**ПРОФИЛАКТИКА**

Дипломная работа

Научный руководитель:  
кандидат психологических наук  
доцент В.П. Прилепин

Допущена к защите

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2015г.

Зав.кафедрой социальной работы и реабилитологии  
кандидат медицинских наук, доцент  
К.Э. Зборовский

Минск, 2015

## РЕФЕРАТ

### **«Синдром профессионального выгорания и его профилактика»**

Дипломная работа: 74 страницы, 6 таблиц, 8 рисунков, 53 источника, 4 приложения.

**Ключевые слова:** Выгорание, Эмоциональное выгорание, Педагогическая деятельность, Фаза резистенции, Фаза напряжения, Фаза истощения.

**Объект исследования** – синдром эмоционального выгорания.

**Цель исследования** – изучение выраженности синдрома профессионального выгорания в деятельности педагогов дошкольных учреждений образования как психологический феномен и его обусловленности типом темперамента.

#### **Методы исследования:**

- теоретический анализ литературных источников;
- диагностические: методика «Диагностика эмоционального выгорания» В. В. Бойко, «Личностный опросник ЕРІ Айзенка»;
- эксперимент (констатирующий, формирующий);
- методы статистической обработки данных: коэффициент ранговой корреляции Спирмена, Т-критерий Вилкоксона.

**Полученные результаты и их новизна:** обобщены основные исследования, проблемы эмоционального выгорания в педагогической деятельности.

**Область возможного практического применения:** заключается в возможности применения разработанной тренинговой программы в коррекции синдрома эмоционального выгорания педагогически работников.

Автор работы подтверждает, что приведенный в работе материал правильно и объективно отражает состояние исследуемого процесса, а все заимствованные из литературных и других источников теоретические, методологические и методические положения и концепции сопровождаются ссылками на их авторов.

## РЭФЕРАТ

### «Сіндром прафесійнага выгарання і яго прафілактыка»

Дыпломная работа: 74 старонкі, 6 табліц, 8 малюнкаў, 53 крыніцы, 4 прыкладаньня.

**Ключавыя словы:** Выгаранне, Эмацыйнае выгаранне, Педагагічная дзейнасці, Фаза рэзістэнцыі, Фаза напружання, Фаза знясілення.

**Аб'ект даследавання** – сіндром эмацыйнага выгарання.

**Мэта даследавання** – вывучэнне выяўленасці сіндрому прафесійнага выгарання ў дзейнасці педагогаў дашкольных устаноў адукацыі як псіхалагічны феномен і яго абумоўленасці тыпам тэмпераменту.

**Метады даследавання:**

- тэарэтычны аналіз літаратурных крыніц;
- дыягнастычныя: метадыка «Дыягностыка эмацыйнага выгарання» В. В. Бойка, «Асобны апытальнік ЕРІ Айзенка»;
- эксперымент (канстатууючы, які фарміруе);
- метады статыстычнай апрацоўкі дадзеных: каэфіцыент ранговой карэляцыі Спирмена, Т-крытэрыі Вилкоксона.

**Атрыманыя вынікі і іх навізна:** абагульнены асноўныя даследаванні, праблемы эмацыянальнага выгарання ў педагагічнай дзейнасці.

**Вобласць магчымага практычнага прымянення:** заключаецца ў магчымасці прымянення распрацаванай трэнінгавай праграмы ў карэкцыі сіндрому эмацыйнага выгарання педагагічна работнікаў.

Аўтар працы пацвярджае, што прыведзены ў працы матэрыял правільна і аб'ектыўна адлюстроўвае стан доследнага працэсу, а ўсе запазычаныя з літаратурных і іншых крыніц тэарэтычныя, метадалагічныя і метадычныя палажэнні і канцэпцыі суправаджаюцца спасылкамі на іх аўтараў.

## ABSTRACT

### **"Professional burnout syndrome and its prevention"**

Thesis: 74 page, 6 tables, 8 figures, 53 source, 4 application.

**Keywords:** Burnout, Burnout, Teaching activities, Phase resistance, Phase voltages, Phase of exhaustion.

**Object of research** – the syndrome of emotional burnout.

The aim of the study was to examine the severity of the syndrome of professional burnout in teachers of preschool educational institutions as a psychological phenomenon and its conditionality by type of temperament.

#### **Research methods:**

- theoretical analysis of literature sources;
- diagnostic: the method of "Diagnostics of emotional burnout" by V. V. Boyko, "Personality inventory EPI-Eysenck";
- the experiment (ascertaining, forming);
- statistical treatment of data: the coefficient of the Spearman rank correlation, T-criterion of Wilcoxon.

**The results obtained and their novelty:** summarizes the main research problem of burnout in teaching.

**The area of possible practical applications:** the possibility of application of the developed training programs in the correction of emotional burnout syndrome pedagogically workers.

The author confirms that given in the study material correctly and objectively reflects a condition of researched process, and all borrowed from literature and other sources of theoretical, methodological and methodical principles and concepts are accompanied by links to their authors.