

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования
Белорусский государственный университет
информатики и радиоэлектроники

УДК 159.923.2

Новик Ольга Владимировна

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО И
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ НА ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
РАБОТНИКА

АВТОРЕФЕРАТ

на соискание степени магистра

1-59 80 01 – Охрана труда и эргономика

(подпись магистранта)

Научный руководитель

Шаталова Виктория Викторовна

(фамилия, имя, отчество)

канд. техн. наук, доцент

(ученая степень, ученое звание)

(подпись научного руководителя)

Минск 2023

ВВЕДЕНИЕ

Современное общество сталкивается с рядом вызовов и проблем, которые оказывают серьезное воздействие на сотрудников и их профессиональную деятельность. В условиях быстро меняющегося мира и современных технологических достижений персонал сталкивается с высокой нагрузкой, неопределенностью, конфликтами и требованиями к адаптации. Вместе с тем, соблюдение баланса между профессиональной и личной жизнью часто становится сложной задачей, что создает благоприятную почву для развития эмоционального и профессионального выгорания.

Исследование влияния эмоционального и профессионального выгорания на профессиональную деятельность имеет важное значение, поскольку оно способствует лучшему пониманию механизмов, лежащих в основе этих явлений, и их влияния на качество жизни и профессиональное развитие индивида. Стремление к эффективной борьбе с выгоранием не только способствует улучшению благосостояния работников, но и повышению производительности, снижению текучести кадров и улучшению общего состояния общества. Более того, оно способствует снижению затрат на медицинское обслуживание и лечение психосоматических заболеваний, связанных с выгоранием.

Создание информационных ресурсов, целью которых является информирование людей о проблеме выгорания и предоставление помощи в ее преодолении, приобретает важное значение. Осведомленные и подготовленные работники более склонны к принятию проактивных мер по предотвращению и управлению выгоранием. Поддержка и доступ к информации могут способствовать раннему выявлению признаков выгорания и оказанию помощи, что в свою очередь способствует сохранению здоровья и благополучия работников, а также повышению эффективности их профессиональной деятельности.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность проблемы исследования влияния эмоционального и профессионального выгорания на профессиональную деятельность обусловлена не только влиянием выгорания на индивидуальное благополучие работников, но и на производительность организаций и общество в целом.

В условиях современного высоконагруженного рабочего окружения, эмоциональное и профессиональное выгорание могут стать серьезным препятствием для достижения успеха как на индивидуальном, так и на коллективном уровне.

Предметом исследования является выявление факторов, приводящих к выгоранию, а также оценка его последствий для работника и его профессиональной деятельности.

Объект исследования – преподаватели колледжа и их профессиональная деятельность.

Цель магистерской диссертации – исследование влияния эмоционального и профессионального выгорания на деятельность работника.

Для достижения поставленной цели, необходимо решить следующие задачи:

- изучить теоретические основы эмоционального и профессионального выгорания, а также существующие методы исследования этой проблемы;

- провести эмпирическое исследование с целью выявления факторов, влияющих на развитие эмоционального и профессионального выгорания у работников;

- оценить последствия эмоционального и профессионального выгорания для работника и его профессиональной деятельности, а также выявить возможные стратегии и методы предотвращения и управления этими состояниями;

- разработать информационный портал для информирования сотрудников о проблеме эмоционального и профессионального выгорания.

Методологическая основа исследования включает в себя анализ существующей научной литературы, использование статистических методов для обработки данных и использование психологических методов и опросников для сбора эмпирической информации.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе был проведен теоретический обзор по тематике исследования. Исходя из проведенного обзора, можно заключить, что проблема эмоционального и профессионального выгорания является актуальной и требует внимания и исследований. Выявление, «борьба» и профилактика выгорания представляют собой сложную задачу, и разнообразные научные подходы и методики играют важную роль в ее решении.

Вторая глава направлена на выяснение, выбор и обоснование методов исследования эмоционального и профессионального выгорания среди преподавателей колледжа.

В проведении анкетирования участвовало 89 респондентов – преподаватели колледжа.

Из анализа ответов респондентов на вопрос об их работе в колледже можно выделить следующие паттерны, свидетельствующие о возможном эмоциональном выгорании.

Позитивные аспекты:

- нравится коллектив и общение с коллегами;
- положительное отношение к отдельным преподавателям и предметам;
- удовлетворенность полезными знакомствами и окружением.

Негативные аспекты, которые могут указывать на эмоциональное выгорание:

- неудовлетворенность большой нагрузкой;
- негодование в отношении старого или устаревшего учебного материала;
- неудовлетворенность нестабильным расписанием или поздней сменой, что может создавать неудобства в планировании времени.

Ответы, не содержащие выраженных эмоций и комментарии типа «все нравится» или «все хорошо» могут свидетельствовать о равнодушии и потере интереса к работе.

Исходя из этих ответов, можно сделать вывод о том, что среди преподавателей колледжа есть как положительные, так и негативные эмоциональные реакции на рабочее окружение.

Некоторые из них испытывают признаки эмоционального выгорания, такие как усталость от монотонности, неудовлетворенность нагрузкой и методами преподавания.

Третья глава диссертации содержит в себе процесс разработки информационного портала для информирования людей о проблеме эмоционального и профессионального выгорания.

В результате разработки были достигнуты следующие результаты:

- разработана диаграмма вариантов использования веб-сайта, отражающая его основные возможности работы;
- на основании установленных требований к веб-сайту и его формату разработаны макет, карта страниц сайта и фирменный стиль;
- сделан выбор инструментов разработки;
- разработан и протестирован веб-сайт.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На протяжении ряда лет во всех странах мира наблюдается тенденция борьбы с эмоциональным и профессиональным выгоранием.

Анализ существующих решений в плане выявления выгорания и его профилактики позволил провести собственное исследование.

Целью магистерской диссертации являлось исследование влияния эмоционального и профессионального выгорания на деятельность работника.

Основным предметом исследования являлось выявление факторов, приводящих к выгоранию, а также оценка его последствий для работника и его профессиональной деятельности.

В рамках реализации поставленной цели, были получены следующие результаты:

- изучены теоретические основы эмоционального и профессионального выгорания, а также существующие методы исследования этой проблемы;

- проведено эмпирическое исследование с целью выявления факторов, влияющих на развитие эмоционального и профессионального выгорания у работников;

- оценены последствия эмоционального и профессионального выгорания для работника и его профессиональной деятельности, а также выявлены возможные стратегии и методы предотвращения и управления этими состояниями;

- разработан веб-сайт для информирования сотрудников и их руководителей о проблеме эмоционального и профессионального выгорания и методах борьбы с ними.

Полученные в ходе исследования данные и рекомендации могут быть полезными для улучшения качества жизни сотрудников и повышения эффективности организаций.

СПИСОК ПУБЛИКАЦИЙ МАГИСТРАНТА

1-А. Новик, О.В. ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СРЕДИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ И УЧАЩИХСЯ КОЛЛЕДЖА / О.В. Новик // V МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ «АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»/. – Минск : БГУИР, 2023.

2-А Новик, О. В. ПРОЕКТИРОВАНИЕ И РАЗРАБОТКА ИНТЕРНЕТ-ПОРТАЛА ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ = DESIGN AND DEVELOPMENT OF AN INTERNET PORTAL TO PREVENT AND PREVENT EMOTIONAL AND PROFESSIONAL BURNOUT [Электронный ресурс] / О.В. Новик // Репозиторий БГУИР, 2023. – Режим доступа: <https://libeldoc.bsuir.by/handle/123456789/53427>