

УДК 159.0

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ТРУДОМ ВОСПИТАТЕЛЕЙ ДЕТСКОГО САДА

А.И. Каверзина¹, Е.И. Финогенко²

Иркутский государственный технический университет,
664074, Россия, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 83.

Статья посвящена проблеме удовлетворенности трудом воспитателей детского сада. В статье рассматриваются концептуальные подходы к понятиям: удовлетворенность трудом, эмоциональные состояния, тревожность, эмоциональное выгорание. Установлено, что при снижении удовлетворенности трудом у педагогов дошкольного образования снижается трудовая мотивация, развивается безразличие к работе, ухудшаются качество и производительность труда, возникает разочарование в своей профессиональной деятельности. Педагоги, работающие в городе, в большей степени подвержены эмоциональному выгоранию, чем работающие в деревне. У них выявлены такие негативные эмоциональные состояния, как напряженность, тревожность, чувство усталости от контактов, а также стремление исключить эмоции из профессиональной деятельности.

Ключевые слова: *удовлетворенность трудом, факторы удовлетворенности трудом, эмоциональные состояния, тревожность, эмоциональное выгорание.*

INTERRELATION OF NURSERY TEACHERS' EMOTIONAL STATE AND JOB SATISFACTION

A. Kaverzina, E. Finogenko

Irkutsk National Research Technical University,
83 Lermontov Street, Irkutsk, 664074

The article deals with the problem of nursery teachers' job satisfaction. It considers conceptual approaches to the concepts: job satisfaction, emotional state, anxiety and emotional burn-out. The authors state that the preschool educators' job satisfaction fall decreases work motivation, develops indifference to work, deteriorates quality and efficiency of labour and leads to disappointment in their professional activities. Educators working in the city are more prone to emotional burn-out than those working in rural areas. Some negative emotional states have been identified: tension, anxiety, fatigue with the contacts and desire to eliminate emotions from the professional activity.

Keywords: job satisfaction, job satisfaction factors, emotional states, anxiety, emotional burn-out

Проблема психологического благополучия педагога является одной из наиболее актуальных проблем современной педагогической психологии. В этой связи большое значение приобретает изучение эмоциональных состояний и удовлетворенности трудом, оказывающих воздействие на психофизическое здоровье и эффективность деятельности специалистов, занятых в сфере дошкольного образования.

В жизни человека эмоции создают у личности различные формы эмоциональных состояний. Многие ситуации профессиональной деятельности связаны с определенными эмоциональными состояниями, а также порождают необходимость контролировать внешние их проявления, преодолеть негативные состояния.

Многообразие эмоциональных проявлений человека выражается в эмоциональных реакциях, эмоциональных процессах, чувствах, эмоциональных состояниях, отношениях, устойчивых чертах личности. Термин «эмоции» в широком смысле объединяет все эти понятия.

Эмоциональные состояния представляют собой целый класс эмоциональных явлений и являются специальным предметом отрасли психологической науки – психологии состояний.

Н.Д. Левитов определяет психическое состояние как целостную характеристику психической деятельности за определенный период времени, показывающую своеобразие протекания психиче-

¹Каверзина Анна Ивановна, студент 6 курса кафедры психологии, e-mail: kaverzina.anyutka@mail.ru

Kaverzina Anna, a sixth-year student of Psychology Department, e-mail: kaverzina.anyutka@mail.ru

²Елена Ивановна Финогенко, кандидат биологических наук, доцент кафедры психологии,
e-mail: elena-fin@yandex.ru

Finogenko Elena, Candidate of Biology, Associate Professor of Psychology Department,
e-mail: elena-fin@yandex.ru

ских процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состояния и психических свойств личности [7]. Подобным образом определяют психическое состояние Джеймс и Рябо, Ю.Е. Сосновиков. Такое определение выделяет психические состояния из системы психических явлений, подчеркивая, что они есть нечто целостное, на некоторое время характеризуют своеобразие психической деятельности, с одной стороны связаны с психическими процессами, с другой – с психическими свойствами личности.

Иной подход к пониманию психофизиологического состояния у психологов, изучающих функциональные состояния, возникающие в деятельности: Е.П. Ильин [4], А.Б. Леонова [8] и др. Они понимают функциональное состояние как интегральный комплекс наличных характеристик тех функций и качеств человека, которые прямо или косвенно обуславливают выполнение деятельности.

Л.В. Куликов рассматривает психическое состояние как сложную психическую реакцию, выделяет следующие основные детерминанты состояния:

- потребности, желания и стремления человека (более точно, осознанные и неосознанные потребности, стремления и желания);
- его возможности (проявившиеся способности и скрытые потенциалы личности, физический тонус и ресурсы организма);
- условия среды (объективное воздействие и субъективное восприятие и понимание текущей ситуации) [9].

Что касается классификации эмоциональных состояний, то традиционно они делятся на две большие группы:

- положительные (благоприятные, улучшающие выполнение деятельности);
- отрицательные (неблагоприятные, ухудшающие выполнение деятельности).

С.Л. Рубинштейн подчеркивает, что положительный или отрицательный характер эмоционального состояния зависит от того, находится ли действие, которое индивид производит, и воздействие, которому он подвергается, в положительном или отрицательном отношении к его потребностям, интересам, установкам.

Настроение - сравнительно продолжительное устойчивое психическое состояние умеренной или слабой интенсивности, проявляющееся в качестве положительного или отрицательного эмоционального фона. А.Г. Маклаков [10] определяет настроение как эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение человека, которое как эмоциональная черта личности проявляет себя в виде оптимизма или пессимизма.

Для настроения как для эмоционального состояния характерны следующие признаки:

- слабая интенсивность;
- значительная длительность;
- неопределенность происхождения, причин настроения; человек не осознает зависимости настроения от конкретных ситуаций;
- влияние на активность человека.

С.Л. Рубинштейн определяет настроение как бессознательную, эмоциональную оценку личностью того, как на данный момент складываются для нее обстоятельства. Чувственную основу настроения, по мнению С.Л. Рубинштейна, составляют органическое самочувствие, тонус жизнедеятельности организма и органические ощущения, исходящие от внутренних органов.

Л.В. Куликов выделяет в настроении пять компонентов: релятивный (оценочный), эмоциональный, когнитивный, мотивационный и компонент физического самочувствия. Л.В. Куликов рассматривает настроение как интегральный показатель переживаемых в данный момент чувств и эмоций. Он считает, что настроение является лишь частью психического состояния, а не особым видом эмоциональных переживаний, наряду с эмоциями и аффектами [9].

Особую форму переживания чувств, близкую по своим психологическим характеристикам к аффектам, а по длительности приближающуюся к настроению, представляют стрессовые состояния или эмоциональный стресс (от англ. stress – давление, нажим, напряжение) [11].

Л.В. Куликов определяет стресс как состояние напряжения, возникающее при несоответствии приспособительных возможностей величине действующей на человека нагрузки, вызывающее активацию и перестройку адаптивных ресурсов психики и организма. Стрессу свойственны множественные изменения в организме и личности. Ведущей психологической характеристикой стресса выступает напряжение. Напряжение сопровождается изменением интенсивности многих процессов в организме и психике в сторону повышения или понижения (в зависимости от индивидуальных особенностей человека). Среди наиболее частых проявлений стресса Л.В. Куликов, О.А. Михайлова [9] отмечают: ощущение потери контроля над собой, недостаточно организованная деятельность (рассеянность, принятие ошибочных решений, суетливость), вялость, апатия, повышенная утомляемость, расстройства сна. Разновидностями, или компонентами, эмоционального стресса являются тревожность, страх, интрапсихический конфликт, кризис, посттравматический синдром.

Эмоциональное состояние всегда детерминировано внутренними и внешними причинами, определяется условиями ситуации и особенностями восприятия личностью данных условий. В зависимости от степени удовлетворения потребностей индивида и качества влияния на характер деятельности человека эмоциональные состояния делятся на благоприятные и неблагоприятные.

Удовлетворенность трудом – это целостное, положительное эмоционально окрашенное отношение работника к трудовой деятельности и ее результатам. Различают общую (удовлетворенность работой в целом) и частичную удовлетворенность трудом.

Удовлетворенность трудом можно охарактеризовать как степень реализации установок и требований, которые человек сознательно или несознательно предъявляет к своей работе, как итоговый показатель субъективного отношения к труду. Удовлетворенность трудом рассматривается как психическое состояние работника, отражающее его трудовую мотивацию, потребности и ожидания относительно работы [5].

Степень удовлетворенности трудом выявляется в результате сопоставления индивидом своих интересов, связанных с трудовой деятельностью, с возможностями их реализации в конкретных условиях. Существуют различные подходы к пониманию удовлетворенности трудом.

Наиболее разработанным и известным является направление, исходящее из понимания труда как процесса удовлетворения потребностей человека. Таким образом, в теорию удовлетворенности трудом вводятся такие термины, как потребность, мотив, установка, отношение и так далее, посредством которых теория разрабатывается. Соответственно, в рамках этого направления, удовлетворенность трудом понимается как оценка степени удовлетворения потребностей, которые личность стремится удовлетворить в сфере, связанной с процессом труда [3].

В отечественной психологии данной концепции удовлетворенности трудом придерживаются В.А. Ядов, А.А. Кисель, Т.А. Китиль, И.М. Попова и др.

Ряд авторов (Волошинов Н.Л., 1987; Гуревич К.М., 1970; Жорин Н.В., 1991; Прокофьева В.А., 1997) считают, что удовлетворенность профессиональной деятельностью положительно влияет на эффективность ее осуществления, которую они называют результативностью [6]. Однако, другие исследователи утверждают, что высокие достижения в деятельности являются источником удовлетворения, особенно когда они подкрепляются внешними вознаграждениями (в виде заработной платы).

Существуют исследователи, которые полагают, что удовлетворенность и успешность (эффективность) деятельности взаимосвязаны и оказывают влияние друг на друга. Эффективность деятельности является причиной удовлетворенности содержанием труда и следствием удовлетворенности условиями труда и материальным вознаграждением [6].

Ю.Н. Лысенко считает удовлетворение работой одним из критериев эффективности профессиональной деятельности. Е.Ю. Прудникова утверждает, что важнейшим условием развития профессионального самосознания является удовлетворенность трудом, что осознание себя в качестве признаваемого обществом эффективного работника по значимой для общества профессии становится условием принятия этой профессии как основного дела своей жизни и, следовательно, принятия человеком своей жизнедеятельности и самого себя.

Ильясов Н.Ф. выделяет в структуре удовлетворенности трудом следующие элементы:

- 1) удовлетворенность социальным статусом;
- 2) удовлетворенность производственной ситуацией;
- 3) удовлетворенность функциональным содержанием труда.

Эти элементы структуры автор называет: социальный, психологический, психофизиологический [5].

Социальный уровень удовлетворенности трудом зависит от удовлетворенности профессией как видом труда, обеспечивающим желаемый социальный статус. Вместе с тем изучение удовлетворенности трудом проводится в связи с конкретным рабочим местом, занимаемым индивидом. Значит, отражение социального элемента в структуре удовлетворенности трудом – это психическое состояние, указывающее на степень его интегрированности с социальным контекстом рабочего места. Под социальным контекстом рабочего места понимается совокупность социальных и социально значимых качеств прямо или опосредованно присущих данному рабочему месту. В него входят следующие факторы: социальный статус, возможность служебного продвижения, повышения квалификации, достижение социально значимых результатов, общественного признания и т.п.

Рассмотрим следующий уровень структуры удовлетворенности трудом - психологический. Этот элемент структуры удовлетворенности мы понимаем аналогично интерпретации общей удовлетворенности трудом В.А. Адова и А.А. Кисель как степень адаптации работника к производственной среде. К этому уровню структуры удовлетворенности трудом относим лишь следующие подструктуры: условия труда; организацию труда.

Третий уровень удовлетворенности трудом – психофизиологический – понимается как степень соответствия выполняемых в процессе работы функций способностям индивида, как соответствие

функционального содержания труда психофизиологическим особенностям работника [1]. Под психофизиологическими особенностями здесь понимается совокупность психических и физических задатков индивида, которая формирует его способность к труду, а также существующие на основе этих задатков такие характеристики работника, как успешность овладения профессией, навыки, знания и т.д.

В тех случаях, когда психофизиологические свойства находятся в оптимальном соответствии с требованиями, предъявляемыми конкретным видом труда, работник испытывает удовлетворенность функциональным содержанием труда. Выготский Л.С. считает, что удовольствие, получаемое в самом процессе деятельности, является необходимым биологическим моментом для выработки всякого навыка, для которого необходимо, чтобы сама деятельность, а не ее результаты находили в себе все время поддерживающий стимул [8]. В этом аспекте выглядит вполне обоснованно использование удовлетворенности трудом в качестве показателя успешности трудовой деятельности.

В качестве общей характеристики элементов структуры удовлетворенности можно отметить, что социальный уровень структуры удовлетворенности трудом формируется в результате социального влияния и может быть изменен этим влиянием. Психологический уровень предопределяется адаптацией работника и производственной средой, мобилизацией адаптивных возможностей. Психофизиологический уровень удовлетворенности трудом оказывается заданным объективным соотношением свойств индивида и функциями, которые он должен выполнять на данном рабочем месте [3].

Помимо приведенных трех уровней в структуре удовлетворенности трудом существует также такой, как заработная плата. Особенностью этого фактора является то, что он обладает подвижностью и может участвовать в формировании удовлетворенности на различных уровнях структуры, в зависимости от характера ситуации [2].

Удовлетворенность трудом связана с эмоциональной сферой, при этом эмоции являются фактором, влияющим на взаимосвязь удовлетворенности профессиональной деятельностью и эффективности труда.

Профессиональная деятельность педагога дошкольного образования имеет свои особенности. Ежедневная психическая перегрузка, большое количество социальных контактов за рабочий день, предельно высокая ответственность, недооценка среди руководства и коллег профессиональной значимости – все это приводит к формированию негативных эмоциональных состояний в профессиональной деятельности, снижает удовлетворенность трудом и жизнью в целом. Неудовлетворенность трудом, в свою очередь, выражается в напряженности, апатии, раздражении, быстрой утомляемости. Именно неудовлетворенность трудом является основной причиной текучести педагогических кадров.

Кроме того, профессия педагога является одной из профессий альтруистического типа, что повышает вероятность возникновения выгорания. Профессиональное выгорание возникает в результате внутреннего накопления отрицательных эмоций без соответствующей «разрядки», или «освобождения» от них. Оно ведет к истощению эмоционально-энергетических и личностных ресурсов человека.

Нами было проведено исследование, целью которого являлось изучение взаимосвязи эмоционального состояния и удовлетворенности трудом воспитателей детского сада. Использовались следующие методики: «Опросник оценки удовлетворенности трудом» А.В. Батырева, «Оценка удовлетворенности потребностей работника методом парных сравнений» (сост. М.А. Литвинцева, Г.С. Никифоров), Тест САН (В.А. Доскин, Н.А. Лаврентьева, В.Б. Шарай и М.П. Мирошников), «Самооценка психических состояний» Г. Айзенка, «Диагностика эмоционального выгорания личности» В.В. Бойко.

В нашем исследовании мы выделили две группы в соответствии с местом проживания. Первую группу составили педагоги сельского детского сада – 18 человек. Вторую группу – педагоги городского детского сада – 20 человек.

Педагоги первой группы демонстрируют более высокий уровень удовлетворенности работой и ее компонентами, в сравнении со второй группой. У них выражен интерес к профессиональной деятельности, они удовлетворены взаимоотношениями с коллегами, с руководством. Наблюдается тенденция снижения удовлетворенности трудом у педагогов, работающих в городе. Для них характерно снижение эффективности деятельности, наличие негативного отношения к работе, неудовлетворенность заработной платой, достижениями в работе.

Для определения степени удовлетворенности пяти ведущих потребностей мы использовали методику «Оценка удовлетворенности потребностей работника методом парных сравнений». У испытуемых двух групп наблюдается общая тенденция повышения показателей по параметрам «материальные потребности» и «потребности в безопасности», что свидетельствует о наличии напряжения и дискомфорта, связанного со своим материальным положением и отсутствие чувства стабильности. При этом у педагогов, работающих в сельской местности, наблюдается снижение показателей, что отражает большую удовлетворенность аспектами профессиональной деятельности, которая, в свою очередь, связана с удовлетворенностью жизнью в целом.

Психические состояния проявляются у педагогов в основном на среднем, допустимом уровне, у незначительного числа испытуемых были отмечены высокие показатели. В целом, мы можем гово-

речь о преобладании у педагогов, работающих в городе, таких психических состояний как тревожность и фрустрация. Это может быть связано с более напряженным темпом жизни в городе. Важно отметить, что психические состояния влияют на протекание психических процессов, а повторяясь часто, приобретая устойчивость, могут стать свойством личности.

Эмоциональное выгорание – это динамический процесс и возникает он поэтапно, в полном соответствии с механизмом развития стресса, и включает три основные фазы: нервное напряжение, резистенцию (сопротивление) и истощение. Эмоциональному выгоранию подвержены все педагоги в различной степени. В целом, для педагогов характерно преобладание фазы «резистенции», что проявляется равнодушным отношением к профессиональным обязанностям, экономией эмоций, чувством усталости от контактов, а также исключением эмоций из профессиональной деятельности, утратой интереса к субъекту деятельности.

Педагоги, работающие в городе, в большей степени подвержены эмоциональному выгоранию, у них проявляются такие негативные эмоциональные состояния как напряженность, тревожность, чувство усталости от контактов, а также стремление исключить эмоции из профессиональной деятельности. Педагоги, работающие в деревне, также подвержены эмоциональному выгоранию, но в меньшей степени. Размеренный ритм, «открытость» общения, немногочисленность реальных и возможных контактов позволяют жителям не испытывать сильных эмоциональных перегрузок, что обеспечивает их большую стрессоустойчивость.

Негативные состояния педагогов проявляются, прежде всего, в повышенной раздражительности, агрессивности, тревожности, негативных изменениях в ценностно-нравственной ориентации личности и др., и, как правило, не осознаются самими педагогами.

Корреляционный анализ показал, что удовлетворенность трудом имеет взаимосвязь с эмоциональными состояниями. При снижении удовлетворенности трудом у педагогов дошкольного образования снижается трудовая мотивация, развивается безразличие к работе, ухудшаются качество и производительность труда, возникает разочарование в своей профессиональной деятельности. Негативные эмоциональные состояния, накапливаясь, приводят к повышенной утомляемости, чувству усталости, перенапряжения.

Библиографический список

1. Гнездилова О.Н. Инновационная педагогическая деятельность как фактор предупреждения эмоционального выгорания учителя: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 2005. – 21 с.
2. Ермолаева М.В., Охотенко Р.В. Проблема удовлетворенности трудом с позиции субъектного подхода // Психология зрелости и старения. 2009. № 1. С. 5–17.
3. Ильин Е.П. Дифференциальная психология профессиональной деятельности. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.
4. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека. – СПб.: Питер, 2005. – 367 с.
5. Ильясов Ф.Н. Удовлетворенность трудом (анализ структуры, измерение, связь с производственным поведением) / Под ред. В.Г. Андреевкова. – М.: Наука, 1988. – 100 с.
6. Корнеева Л.Н. Психогигиена профессиональной деятельности / Л.Н. Корнеева // Психологическое обеспечение профессиональной деятельности / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб, 1991.
7. Левитов Н. Д. Психическое состояние как психологическая категория / Психические состояния как общепсихологическая проблема: хрестоматия / Сост. И.В. Герасимова. – Владивосток: ДВГМА, 2001. – 104 с.
8. Леонова А.Б. О.Н. Чернышева Психология труда и организационная психология: современное состояние и перспективы развития: хрестоматия. – М.: Радикс, 1995. - 448 с.
9. Психические состояния / Сост. и общ. ред. Л.В. Куликова. – СПб.: Питер, 2000. – 307 с.
10. Психические состояния как общепсихологическая проблема: хрестоматия / Сост. И. В. Герасимова. – Владивосток: ДВГМА, 2001. – 104 с.
11. Селье Г. Стресс без дистресса. – М.: Наука, 1983. – 220 с.