

Николаева Мария Валентиновна | m.nikolaeva.koiro@gmail.com

Специалист по учебно-методической работе кафедры педагогике и психологии

Калининградский областной институт развития образования
Калининград, Россия

Исследование эмоционального интеллекта у педагогов дошкольного образования Калининградской области

Аннотация. Статья посвящена проблеме взаимосвязи эмоционального интеллекта и профессионального выгорания. Работа содержит сведения о ходе и результатах исследования, проведенного среди педагогов дошкольного образования Калининградской области. В тексте подробно освещаются результаты, полученные в итоге проведения двух психодиагностических методик: опросника эмоционального интеллекта «ЭМИн» Д. В. Люсина и «МВИ» в адаптации Н. Е. Водопьяновой, которые наглядно демонстрируют дефициты у педагогов дошкольного образования и могут использоваться для разработки методических рекомендаций, а также коррекционного комплекса. Статья представляет интерес для педагогов дошкольного образования, методистов, заведующих и психологов дошкольных образовательных организаций для построения вектора дальнейшей работы в рамках психологического просвещения.

Ключевые слова: психологическое здоровье, эмоциональный интеллект,

дошкольное образование, профессиональное выгорание, педагоги дошкольного образования, исследование.

Введение. Исследование особенностей эмоционального интеллекта у педагогов дошкольного образования имеет региональную значимость и может способствовать развитию и улучшению образования в Калининградской области, поскольку эмоциональный интеллект способствует сохранению психологического благополучия человека, в том числе в профессиональной деятельности. За теоретическую основу исследования взята концепция эмоционального интеллекта Д. В. Люсина, определяющая его как «способность к идентификации своих и чужих эмоций и возможность управлять ими» [Цит. по: 4, с. 30].

Под способностью понимания эмоций подразумеваются как умение распознать и детерминировать собственную или чужую эмоцию, так и представление об эмоции, испытываемой человеком в

данный момент, и поиск ее словесного обозначения. Пример: «Мне грустно; сейчас я ощущаю грусть». Под *управлением эмоциями* — способность снижать интенсивность эмоций, когда это требуется, влиять на эмоции другого человека и возможность, при необходимости, вызывать у себя ту или иную эмоцию [3, с. 6].

В концепции эмоционального интеллекта Д. В. Люсина, таким образом, можно выделить два измерения — «межличностный эмоциональный интеллект и внутриличностный эмоциональный интеллект» [Цит. по: Там же. С. 9]. Исходя из этой модели, предполагается, что эмоциональный интеллект имеет большую значимость для педагога, особенно если в его профессиональной деятельности присутствуют сложные ситуации, связанные с межличностным взаимодействием, которые могут сказаться на психологическом самоощущении (образе Я). В связи с этим проблема взаимосвязи уровня эмоционального интеллекта и уровня профессионального выгорания представляется актуальной.

Исследование. Целью исследования стало определение уровней эмоционального интеллекта и профессионального выгорания и их связи у педагогов дошкольного образования.

Поставленная цель предполагала решение следующих задач:

- 1) определить уровень эмоционального интеллекта у педагогов дошкольного образования Калининградской области;

- 2) определить уровень профессионального выгорания у педагогов дошкольного образования Калининградской области;
- 3) изучить взаимосвязь и степень корреляции между уровнем эмоционального интеллекта и уровнем профессионального выгорания у педагогов дошкольного образования Калининградской области.

Перед началом исследования, была сформулирована следующая гипотеза: эмоциональный интеллект взаимосвязан с уровнем профессионального выгорания.

Исследование проводилось среди педагогов Калининградской области, имеющих среднее профессиональное или высшее образование. В опросе по двум методикам приняло участие 100 педагогов дошкольного образования: воспитатели, музыкальные руководители, инструкторы по физической культуре. В исследовании использовались две психодиагностические методики: «ЭМИн» (Д. В. Люсин), «МВІ» («Опросник эмоционального и профессионального выгорания») (К. Маслач, С. Джексон, адаптация Н. Е. Водопьяновой) в форме опроса, с выбором одного ответа. Исследование проводилось анонимно с помощью инструмента Google Forms.






«Психодиагностическая методика Д. В. Люсина "ЭМИн"» включает в себя 4 базальные шкалы: «ВЭИ» — «Внутриличностный эмоциональный интеллект», «МЭИ» — «Межличностный эмоциональный интеллект», «ПЭ» — «Понимание

своих и чужих эмоций», «УЭ» – «Управление своими и чужими эмоциями», и 4 субшкалы, на основании которых формируются результаты по четырем основным ветвям эмоционального интеллекта: «МП» – «Понимание чужих эмоций» (относится к «МЭИ» и «ПЭ»), «МУ» – «Управление своими эмоциями» (относится к «МЭИ» и «УЭ»), «ВП» – «Понимание собственных

эмоций» (относится к «ВЭИ» и «ПЭ»), «ВЭ» – «Контроль интенсивных эмоций» (относится к «ВЭИ» и «УЭ») [Там же. С. 6-7].

С результатами исследования можно ознакомиться в таблице 1 (данные представлены в процентном соотношении на 100 человек).

Таблица 1 – Результаты анкетирования по методике «ЭМИн» Д. В. Люсина

Уровень	ВЭИ	ВП	ВУ	ВЭ	МЭИ	МП	МУ	ПЭ	УЭ	ОЭИ
 – «очень низкий»	80	54	42	9	46	65	16	88	24	88
 – «низкий»	19	39	56	44	18	25	44	11	62	9
 – «средний»	1	7	2	45	10	8	34	1	14	3
 – «высокий»	0	0	0	3	0	2	3	0	0	0
 – «очень высокий»	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0

На основании результатов, представленных в таблице 1, можно сделать вывод о том, что подавляющее число педагогов набрало низкий балл по шкале «Внутриличностный эмоциональный интеллект» («ВЭИ»), отвечающей за понимание своих эмоций («ВП») и управление ими («ВУ»). В структуру «ВЭИ» также входит субшкала «ВЭ», демонстрирующая уровень контроля над экспрессией, по показателям которой 46 % респондентов имеют средний уровень контроля над интенсивными эмоциями, а 3 % – высокий. Вероятно,

это связано со спецификой работы в дошкольных образовательных организациях, заключающейся во взаимодействии с детьми дошкольного возраста и требующей от педагога соответствующего поведения.

У 65 % респондентов присутствуют дефициты в распознавании и детерминации (понимании причин) чужих эмоций (шкала «МП»). Однако способность к управлению эмоциями других людей («МУ») у 34 % опрошиваемых находится на среднем уровне, а у 3 % – на высоком. Отсюда

следует вывод, что педагоги дошкольного образования хорошо справляются со сложными ситуациями, связанными с межличностным взаимодействием.

Одновременно с этим можно заметить недостаточно развитую способность к управлению своими эмоциями: «низкий» результат наблюдается у 56 % опрошенных. Подобную тенденцию можно заметить и в показателях шкалы «Понимание эмоций», где 99 % респондентов набрали баллы, соответствующие низкому уровню, что подтверждает необходимость дальнейшей работы над увеличением уровня понимания своих и чужих эмоций у педагогов. В шкале «Управление эмоциями» показатели немного меняются – 14 % анкетированных набрали «средний» балл. По всей вероятности, высокий показатель связан с тем фактом, что в эту шкалу входит субшкала «Управление чужими эмоциями», баллы по которой оказались высокими у 6 % респондентов.

Согласно данным шкалы «ПЭ», 88 % процентов респондентов недостаточно хорошо осведомлены о природе своих и чужих эмоций, что было констатировано выше.

Общий уровень эмоционального интеллекта («ОЭИ») у 88% процентов респондентов также преимущественно находится на уровне «ниже среднего», что подтверждается низкими показателями по всем основным шкалам («ВЭИ», «МЭИ», «ПЭ», «УЭ»).

Согласно аналитическому отчету об экспертизе образовательной среды, которая проводилась с помощью шкал ECERS, в рамках Национального исследования качества дошкольного образования в период с 01.09.2017 по 30.09.2017 гг., в котором приняло участие 18 дошкольных образовательных организаций Калининградской области, отмечаются дефициты во взаимодействии между воспитателем и детьми, которые эксперты охарактеризовали как «не самые эффективные методы решения конфликтов и коррекции поведения детей: сами дети не вовлекаются в разрешение проблем, педагог берет на себя роль "судьи", слабо практикуется развитие взаимоуважения» [Цит. по: 1, с. 4].

Проанализировав полученные результаты, можно прийти к выводу, что на первоначальных этапах необходима коррекция по всем четырем ветвям эмоционального интеллекта, которая предполагает психологическое просвещение педагогов и разработку психокоррекционного комплекса по развитию эмоционального интеллекта, в частности, понимания собственных и чужих эмоций.

Исходя из концепции эмоционального выгорания, можно выделить три фактора, влияющих на психологическое благополучие в профессиональной деятельности: эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию личностных достижений [2, с. 28]. Деперсонализация в данном случае представляет

собой эмоциональную отстраненность педагога (циничность), отчужденность, отвержение собственного Я и ощущение «пустоты». Ее также можно охарактеризовать как «наблюдение за собственной жизнью со стороны». Редукция личностных достижений обуславливается приобретением чувства «профессиональной беспомощности», некомпетентности и сниженной продуктивностью. Эмоциональное истощение обычно сопровождается отсутствием сил, чувством одиночества и никчемности не только в

профессиональной деятельности, но и в обычной жизни.

На основании этих факторов для диагностики уровня профессионального выгорания педагогов дошкольного образования был выбран опросник «МВІ» К. Маслач, С. Джексона в адаптации Н. Е. Водопьяновой.

Анализ результатов исследования по методике «МВІ» в адаптации Н. Е. Водопьяновой представлены на рисунках 1-4.

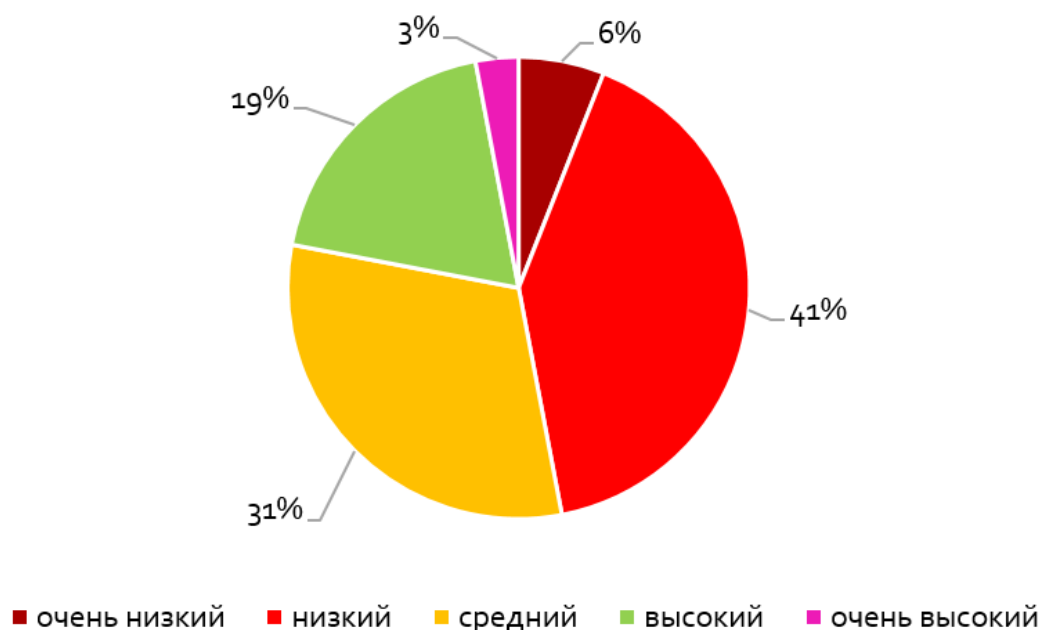


Рисунок 1 — Результаты анализа данных по шкале «Эмоциональное истощение»

Анализ данных диаграммы «Эмоциональное истощение» позволяет сделать следующие выводы: уровень эмоционального истощения у педагогов дошкольных образовательных организаций достаточно низкий. Однако 31 % респондентов набрали количество баллов, означающее среднюю выраженность фактора. Очень высокая выраженность фактора свойственна лишь 3 % респондентов, но в то же время,

19 % педагогов относится к категории людей, имеющих высокий уровень эмоционального истощения. Отсюда следует вывод о необходимости работы по превенции эмоционального истощения у педагогов.

Обратившись к рисунку 2 («Деперсонализация»), мы можем понять степень выраженность эмоциональной отстраненности педагогов (циничности).

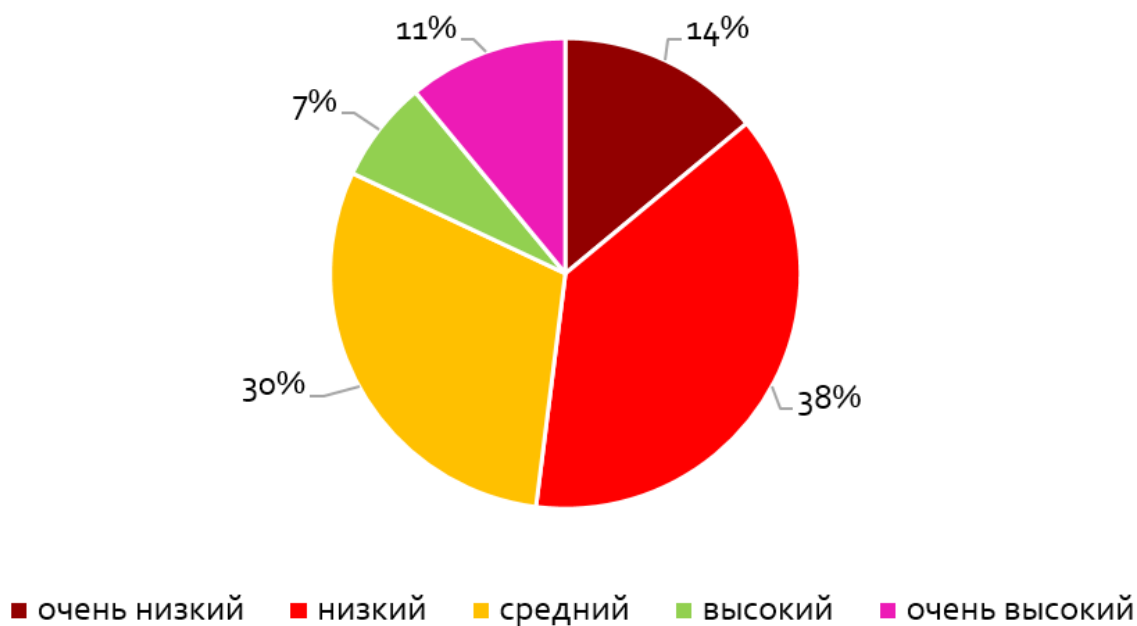


Рисунок 2 – Результаты анализа данных по шкале «Деперсонализация»

На основании данных этой диаграммы можно сделать вывод о том, что у значительного количества педагогов (38 %) выраженность этого фактора находится на низком уровне. Тем не менее вызывает беспокойство наличие высокой выраженности фактора у 11 % респондентов. В данной ситуации важна работа по минимизации уровня деперсонализации или ее профилактики, которая может быть реализована в дошкольном образовательном учреждении.

На рисунке 3 представлены данные по шкале «Редукция личностных

достижений». «Редукция личностных достижений» характеризуется снижением чувства собственной компетентности и продуктивности. Оно обуславливается невозможностью индивида справиться с обязанностями и требованиями на работе. Обычно редукция личностных достижений обостряется отсутствием социальной поддержки и возможностей профессионального развития. Человек начинает замечать, что его все время преследуют неудачи и провалы в профессиональной деятельности. Данный фактор тесно связан с самооценкой» [Цит. по: Там же. С. 30].

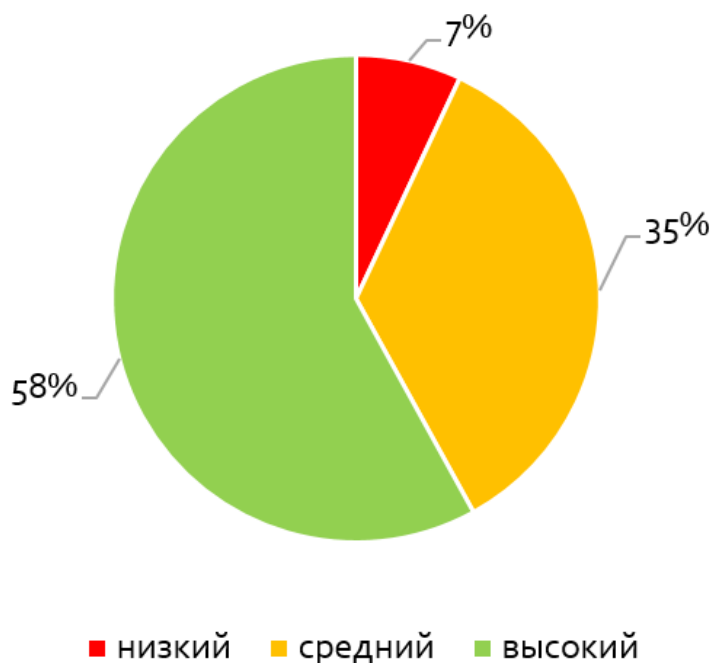


Рисунок 3 – Результаты анализа данных по шкале «Редукция личностных достижений»

Если обратить внимание на диаграмму «Редукция личностных достижений», можно отметить, что подавляющее большинство респондентов (58 %) имеет высокую выраженность этого фактора, означающего их фрустрацию в профессиональной деятельности. Чтобы

уменьшить показатель, необходима основательная работа психологической службы учреждения. Таким образом, проанализировав три составляющие эмоционального выгорания, мы можем рассмотреть общий его уровень (рисунок 4).

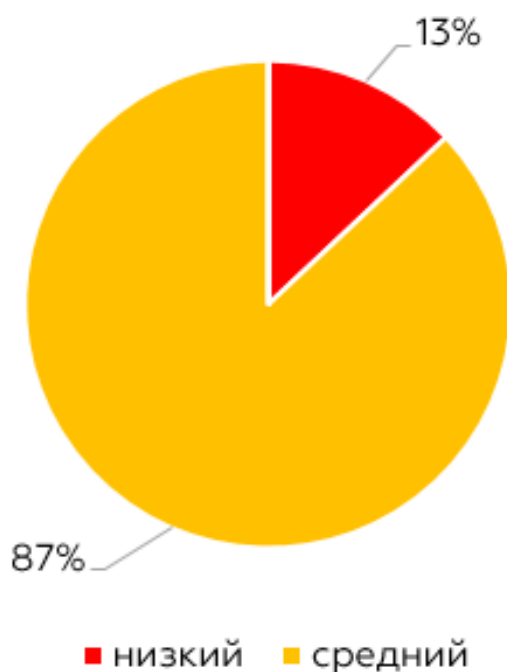


Рисунок 4 — Результаты анализа данных по шкале «Эмоциональное выгорание»

Стоит отметить, что уровень эмоционального выгорания у педагогов дошкольного образования средний, даже несмотря на то, что редукция личностных достижений у 58 % из них довольно высока. Низкий уровень эмоционального выгорания можно отметить лишь у 13 %, что

позволяет определить вектор дальнейшей работы.

Для подтверждения гипотезы необходимо установить взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и уровнем эмоционального и профессионального

выгорания. Для изучения связи между этими факторами были применены математические методы, а именно коэффициент корреляции.

После обработки с помощью математических методов получены данные, с которыми можно ознакомиться в *приложении 1*.

Исходя из анализа полученных данных, нужно отметить, что:

- выявлена обратная корреляция между шкалами «Управление чужими эмоциями» и «Эмоциональное истощение», что может означать следующее: чем меньше уровень управления чужими эмоциями, тем больше эмоциональное истощение у педагогов;
- обнаружена положительная корреляционная связь между шкалами «Управление чужими эмоциями» и «Редукция личностных достижений», которую можно проинтерпретировать так: чем выше уровень управления чужими эмоциями, тем выше редукция личностных достижений. В этом случае существует вероятность, что на эти два фактора может влиять неизвестная переменная, имеющая ценность для дальнейшего исследования;
- положительная корреляционная связь присутствует между шкалами «Понимание эмоций» и «Деперсонализация», что может означать влияние третьей переменной на взаимосвязь между двумя факторами. Однако существует вероятность прямой зависимости уровня

понимания своих и чужих эмоций и деперсонализации (чем выше уровень пониманий эмоций у педагога, тем больше у него чувство эмоциональной отстраненности).

Заключение. В данном исследовании гипотеза «Эмоциональный интеллект взаимосвязан с уровнем профессионального выгорания» подтвердилась, однако не в той степени, в какой предполагалось изначально, что подчеркивает необходимость увеличения выборки, расширения методической базы и проведения дальнейшего изучения проблемы.

Проанализировав полученные результаты, можно сделать вывод о необходимости дальнейшего исследования выявленных дефицитов, заключающихся в способности педагогов к детерминации и пониманию своих и чужих эмоций. В том числе необходима разработка методических рекомендаций по превенции эмоционального выгорания педагогов дошкольного образования, а также разработка коррекционного комплекса, направленного на развитие эмоционального интеллекта.

Список литературы

1. Аналитический отчет об экспертизе образовательной среды [Электронный ресурс]. — URL: <https://clck.ru/T5JzQ> (дата обращения: 23.01.2021).
2. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. — 2-е изд. — М.: Издательство «Питер», 2008. — 336 с.

3. Люсин, Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: Опросник ЭИИ / Д. В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3-22.
4. Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – М.: Ин-т психологии РАН, 2004. – 174 с.

Приложение 1

Расчет взаимосвязи между факторами
с помощью коэффициента корреляции Пирсона (r-Пирсон)

Шкалы	Значение	Интервал
«Управление чужими эмоциями» (МУ) и «Эмоциональное истощение»	$r=-0,276$	$r_{0.01}=0.25648$; $r_{0.05}=0.19655$ при $p \leq 0,01$
«Управление чужими эмоциями» и «Редукция личных достижений»	$r=0,260$	$r_{0.01}=0.25648$; $r_{0.05}=0.19655$ при $p \leq 0,01$
«Понимание эмоций» и «Деперсонализация»	$r=0,208$	$r_{0.01}=0.25648$; $r_{0.05}=0.19655$ при $p \leq 0,01$

Maria V. Nikolaeva

Kaliningrad regional institute
of educational development
Kaliningrad, Russia

Research on the emotional intelligence among preschool teachers of Kaliningrad region

Abstract. This article is about a problem of the interrelation between emotional intelligence and professional burnout. This work contains a data about the course and results of the research organized among preschool teachers of Kaliningrad

region. The questionnaire test "Emln" by D. V. Lusin and "MBI" adopted by N. E. Vodopianova were used to conduct the study. The results show different preschool teachers' shortages and can be used for future guidelines and correction work. Preschool teachers, methodologists, kindergarten principles and psychologists could be interested in this article. They can use it for planning their future work in psychological education.

Keywords: psychological health, emotional intelligence, preschool education, professional burnout, preschool teachers, research.