

Березовська Л.І. Психодіагностика та корекція внутрішньоособистісних конфліктів як умова подолання професійного вигоряння у вчителів: автореф.. дис. ... канд.. психол. наук: 19.00.10 «організаційна психологія, економічна психологія». – К., 2013. – 19 с.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ

БЕРЕЗОВСЬКА ЛАРИСА ІВАНІВНА

УДК 159.964.1:373.5-051

**ПСИХОДІАГНОСТИКА ТА КОРЕКЦІЯ
ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ ЯК УМОВА
ПОДОЛАННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРЯННЯ ВЧИТЕЛІВ**

Спеціальність 19.00.10 –
«Організаційна психологія; економічна психологія»

**Автореферат
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук**

Київ – 2013

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано на кафедрі психології у Київському національному торговельно-економічному університеті Міністерства освіти і науки України.

Науковий керівник доктор психологічних наук, професор
Корольчук Микола Степанович,
Київський національний торговельно-
економічний університет, завідувач
кафедри психології

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Савчин Мирослав Васильович,
Дрогобицький державний педагогічний
університет імені Івана Франка, завідувач
кафедри психології

кандидат психологічних наук, доцент
Філь Олена Анатоліївна,
Інститут психології імені Г.С.Костюка
НАПН України, лабораторія
організаційної психології, старший
науковий співробітник

Захист відбудеться «08» листопада 2013 р. о 13.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 26.055.04 у Київському національному торговельно-економічному університеті за адресою: вул. Кіото, 19, м. Київ, 02156, зал засідань.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Київського національного торговельно-економічного університету за адресою: вул. Кіото, 19, м. Київ, 02156.

Автореферат розіслано «04» жовтня 2013 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради
кандидат психологічних наук, доцент

С. М. Миронець

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність дослідження. Соціальні, політичні, економічні та культурні зміни, які нині відбуваються в Україні, висувають до освітян нові, більш складні вимоги, що значною мірою впливає на психічний стан працівників, провокує виникнення емоційного напруження, професійні стреси і призводить до формування внутрішньоособистісних конфліктів (ВОК). Одним із наслідків внутрішньоособистісних конфліктів під впливом тривалого професійного стресу є синдром професійного вигорання (ПВ).

Виснажений, знесилений та емоційно «згаслий» учитель не здатен продуктивно працювати, оскільки у нього знижується рівень психологічної готовності до інноваційної діяльності, особистісного та професійного самовдосконалення, погіршуються взаємини з адміністрацією, колегами, батьками та учнями, порушується гармонія з самим собою.

Сучасне дослідження ВОК пов'язане з професійною діяльністю особистості (Ю. Г. Альошина, І. В. Ващенко, Е. Ф. Зеєр, С. Б. Кузікова, Т. Ю. Левченко, Е. В. Лекторська, Г. В. Ложкін, Л. О. Пампуха, Н. І. Пов'якель, М. В. Савчин, Е. Е. Симанюк, О. О. Холодова, Н. В. Чепелева). Оpubліковано ряд праць з питань психодіагностики, психокорекції, психотерапії та психологічного консультування ВОК (А. Я. Анцупов, О. Ф. Бондаренко, Л. Ф. Бурлачук, Л. Ф. Вербицька, П. П. Горностай, Е. Ф. Зеєр, Н. Ф. Каліна, Г. Келлер, Б. П. Лазоренко, О. П. Лисенко, Г. І. Онищенко, А. І. Шіпілов та ін.).

Останніми роками з'явилося чимало робіт, у яких досліджується синдром професійного вигорання. Зокрема, вивчалися сутність, зміст та структура ПВ (М. Лейтер, Л. М. Карамушка, С. Д. Максименко, К. Маслач, Е. Махер, Н. В. Перегончук, М. В. Савчин, Б. Перлман, В. А. Старик, Е. А. Хартман, О. А. Філь, Т. В. Форманюк), аналізувалися детермінанти синдрому ПВ (М. В. Борисова, Т. В. Зайчикова, К. О. Малишева, С. О. Налічаєва, В. Є. Орел), розроблявся психодіагностичний інструментарій (В. В. Бойко, Н. Є. Водоп'янова, Дж. Грінберг, О. О. Рукавішніков, О. С. Старченкова), здійснювався пошук засобів профілактики та корекції зазначеного синдрому (М. В. Бородкіна, Н. Є. Водоп'янова, Г. А. Макарова, Н. В. Назарук, М. В. Савчин, О. С. Старченкова, О. А. Філь). Прояви синдрому ПВ у представників різних професійних груп, зокрема вчителів досліджували як зарубіжні, так і вітчизняні науковці: М. В. Борисова, Н. М. Булатевич, Н. В. Грисенко, О. В. Грицук, О. М. Доценко, К. О. Дубиницька, Т. В. Зайчикова, С. О. Налічаєва, М. В. Савчин, Н. О. Чепелева та ін.

Однак поряд з цим у прямій постановці, комплексно не вивчено проблему психодіагностики та корекції внутрішньоособистісних конфліктів як умови подолання професійного вигорання вчителів.

Актуальність і недостатня розробленість цієї проблеми, суспільна, соціальна та наукова потреба у її розв'язанні зумовила вибір теми «Діагностика і корекція внутрішньоособистісних конфліктів як умова подолання професійного вигорання вчителів».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження виконано відповідно плану науково-дослідної роботи кафедри психології Київського національного торговельно-економічного університету на 2009–2011 рр. (державний реєстраційний номер 043U000516 «Психологічне забезпечення подолання професійного стресу та збереження здоров'я працівників підприємств»); кафедри психології Мукачівського державного університету на 2007-2010 рр. (державний реєстраційний номер 0106U011580 «Проблема розвитку особистості»), 2012-2016 рр. (державний реєстраційний номер 0112U000716 «Соціально-психологічні детермінанти фахової підготовки практичних психологів»).

Тему дослідження затверджено вченою радою Київського національного торговельно-економічного університету (протокол № 6 від 25 січня 2013 р.) та узгоджено у Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень з педагогічних та психологічних наук (протокол № 3 від 27 березня 2013р.)

Мета і завдання дослідження полягає у виявленні психологічних особливостей проявів чинників внутрішньоособистісних конфліктів у контексті професійного вигорання та розробленні й апробуванні корекційної програми розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів як умови подолання професійного вигорання вчителів.

Гіпотезою дослідження є припущення, що рівень внутрішньоособистісних конфліктів підвищується зі зростанням стажу педагогічної діяльності, що призводить до інтенсивності прояву професійного вигорання, та зумовлюються емоційно-вольовою сферою, самоставленням особистості, характерологічними та індивідуальними особливостями. Використання корекційної програми сприятиме розв'язанню внутрішньоособистісних конфліктів і подоланню професійного вигорання вчителів.

Відповідно до мети дослідження у роботі поставлено такі **завдання**:

- здійснити теоретичний аналіз внутрішньоособистісного конфлікту та феномену професійного вигорання;
- обґрунтувати методику і розробити концептуальну модель дослідження;
- охарактеризувати умови та особливості професійної діяльності вчителів;
- визначити особливості перебігу та причини внутрішньо-особистісних конфліктів у вчителів у контексті професійного вигорання;

- розробити та апробувати корекційну програму розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів і подолання професійного вигорання учителів, здійснити комплексну та кількісно-якісну оцінку її ефективності.

Об'єкт дослідження: внутрішньоособистісні конфлікти в контексті професійного вигорання вчителів.

Предмет дослідження: особливості психодіагностики, проявів та корекції внутрішньоособистісних конфліктів як умови подолання професійного вигорання вчителів.

Для досягнення поставленої мети та визначених завдань використано як загальнонаукові, так і спеціальні методи дослідження:

- *теоретичного характеру:* аналіз наукової літератури, узагальнення отриманої інформації, системний аналіз та інтерпретація даних;

- *емпіричного характеру:* методика діагностики рівня емоційного вигорання В. В. Бойка, методика «Синдром «вигорання» в професіях системи «людина – людина», вивчення самоствавлення особистості Р. С Пантелєєва, визначення тривожності Ч. Д. Спілбергера – Ю. Л. Ханіна, самооцінка комплексу неповноцінності, методика самооцінки особистості С. Будассі, 16-факторний особистісний опитувальник Р. Б. Кеттела, тест-опитувальник емоційно-вольової регуляції А. В. Зверкова, Е. В. Ейдмана, визначення характерологічних тенденцій Т. Лірі.

– *математичної статистики:* непараметричні методи: порівняння двох незалежних вибірок U-критерій Манна-Уїтні, порівняння двох залежних вибірок T-критерій Вілкоксона, кореляційний аналіз r-Спірмена, факторний аналіз. Статистичну обробку отриманих даних проведено за допомогою комп'ютерної програми SPSS 17.0.

Наукова новизна одержаних результатів полягає у такому:

вперше:

- розглянуто теоретичні передумови розуміння сутності внутрішньоособистісних конфліктів у контексті професійного вигорання вчителів;

- на емпіричному рівні з'ясовано особливості перебігу внутрішньоособистісних конфліктів як детермінант професійного вигорання вчителів;

удосконалено:

- програму психодіагностики і корекції внутрішньоособистісних конфліктів з метою подолання професійного вигорання вчителів;

- поглиблено знання про особливості проявів внутрішньоособистісних конфліктів у контексті професійного вигорання вчителів;

- *дістали подальшого розвитку* підходи щодо комплексної діагностики внутрішньоособистісних конфліктів як детермінант професійного вигорання вчителів.

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що запропонований комплекс психодіагностичних методик, розроблені корекційна програма розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів та навчально-методичний посібник «Психодіагностика та корекція внутрішньоособистісних конфліктів як умова подолання професійного вигорання у вчителів» може використовуватися практичними психологами для роботи з вчителями щодо розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів та подолання професійного вигорання. Отримані результати можуть бути використані при викладанні дисциплін «Психологія конфлікту», «Психологічна служба в системі освіти», «Організаційна психологія», «Методика роботи практичного психолога» для студентів вищих навчальних закладів; при розробленні рекомендацій щодо роботи психологічної служби загальноосвітніх навчальних закладів, ліцеїв та гімназій.

Основні положення та висновки дисертації апробовано і впроваджено в навчальний процес під час викладання дисциплін: «Психологічна служба в системі освіти», «Методика роботи практичного психолога», «Психологія конфлікту» у Мукачівському державному університеті (довідка № 2923 від 28.05.2013), «Педагогічна психологія», «Психодіагностика», «Методика складання корекційних програм» у Донецькому національному університеті (довідка № 103/01-26/6.6.0 від 22.04.2013), спецкурсу «Профілактика професійного вигорання педагогів» в Івано-Франківському обласному інституті післядипломної педагогічної освіти (довідка № 01/524 від 05.09.2013), а також у роботу творчої групи та школи молодого психолога Іршавського управління освіти, молоді і спорту Закарпатської області (довідка № 02-16/600 від 06.09.2013). Результати роботи дають підстави для комплексного підходу до ранньої діагностики та вчасної психологічної корекції внутрішньоособистісних конфліктів і подолання професійного вигорання у представників інших галузей і сфер професійної діяльності.

Апробація результатів дисертації. Основні положення роботи оприлюднено на наукових та науково-практичних зібраннях, а саме: на науково-практичній конференції «Стратегія психологічної, соціально-психологічної реабілітації та альтернативні моделі розвитку суспільства» в рамках щорічних міжнародних наукових зустрічей: «Якість життя в Україні – 2000: реабілітаційні та рекреаційні аспекти» (Миколаїв, 13–14 жовтня 2005 р.); Міжнародному конгресі з дитячої та юнацької психотерапії «Дитяча та юнацька психотерапія в Україні – 5 років роботи» (Львів-Ужгород, 26-28 травня 2006 р.); обласній науково-практичній конференції «Психологічна та психотерапевтична допомога дітям та молоді» (Ужгород, 25-26 травня 2007 р.); Міжнародній науково-практичній конференції «Інноваційний розвиток вищої освіти» (Київ, 10-11 березня 2010 р.); II Міжнародній науково-практичній конференції «Генеза буття особистості» (Київ, 19-20 грудня 2011 р.); Всеукраїнській

науково-практичній конференції «Особистість XXI століття» (Сімферополь, 6 червня 2012 р.); II Всеросійській науково-практичній конференції з міжнародною участю «Реализация компетентности подхода в образовательном процессе: традиции, инновации, перспективы», (Абакан, 23 квітня 2012 р.); IV Всеросійській науково-практичній конференції «Психологическая наука в современном образовании», (Пенза, лютий 2013 р.), Міжнародній науково-практичній конференції «Реализация компетентности подхода в образовательном процессе: традиции, инновации, перспективы», (Абакан, 29 квітня 2013).

Публікації. Результати дисертаційного дослідження оприлюднено у 13 наукових публікаціях, 6 із яких опубліковано у наукових фахових виданнях, 1 в іноземному науковому виданні в галузі психології.

Структура дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків, додатків, списку використаних джерел (281 найменувань). Основний текст становить 175 сторінок. Робота містить 47 таблиць та 39 рисунків.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **вступі** обґрунтовано актуальність, сформульовано мету та основні завдання роботи, визначено об'єкт, предмет, наукову новизну, теоретичну та практичну значущість дослідження, вказано форми апробації його результатів, описано структуру дисертаційного дослідження.

У **розділі 1 «Теоретичні передумови розуміння сутності внутрішньоособистісних конфліктів в контексті професійного вигорання»** досліджено наукову фахову літературу, проаналізовано і узагальнено провідні напрями та підходи до теоретичних і прикладних проблем внутрішньо особистісних конфліктів у контексті професійного вигорання.

Наукове вивчення ВОК започатковано З. Фройдом, який охарактеризував його як поле бою між непримиримими силами інстинкту, розуму та свідомості, як постійний елемент душевного життя людини, що характеризується безперервним зіткненням потягів, бажань, психічних систем та сфер особистості. У зарубіжній психологічній науці ВОК розглядаються глибинною психологією через: теорію комплексу неповноцінності (А. Адлер); вчення про екстраверсію та інтроверсію, що визначає особистісну настанову (К. Юнг); екзистенційні проблеми людини – прагнення до життя і смерті, обмеженість людського життя, великі потенційні можливості людини і бажаність чи можливість їх реалізації (Е. Фром); розуміння стадій психосоціального розвитку особистості, на кожній з яких особистість переживає свою кризу (Е. Еріксон); базальний конфлікт, який є основою внутрішньої конфліктності, (К. Хорні), а також у рамках концепцій когнітивної, гуманістичної психології та мотиваційної

концепції конфліктів (А. Аронсон, Л. Фестінгер, Р. Ассаджолі, Д. Майерс, К. Левін).

Встановлено, що вітчизняна психологічна наука розглядає ВОК як зіткнення протилежних тенденцій, потреб, принципів, інтересів, мотивів; як невідповідність між можливостями та бажаннями особистості; між образами «Я реального» та «Я ідеального»; між особистістю та «роллю», яку ця особистість змушена виконувати; між рівнем самооцінки індивіда та реальністю. Конфлікт не виникає без впливу на особистість оточуючого середовища, в тому числі і соціального. Залежно від того, які сторони вступають у внутрішній конфлікт, виокремлюють такі основні види ВОК: мотиваційний та моральний, рольовий та адаптаційний, нереалізованого бажання та неадекватної самооцінки; невротичний конфлікт, що є результатом тривалого «простого» внутрішньоособистісного конфлікту. ВОК поділяють на ті, що виникають у результаті переходу об'єктивних протиріч у внутрішній світ людини (моральні, адаптаційні, рольові конфлікти), та ті, що виникають внаслідок внутрішніх протиріч особистості та передають її ставлення до оточуючого середовища (мотиваційні конфлікти, конфлікти неадекватної самооцінки).

Синдром ПВ розглядається як психологічний захисний механізм, деформація особистості, один із проявів стресу, з яким стикається людина у власній професійній діяльності. Синдром ПВ визначається як стан фізичного, психічного і, передусім, емоційного виснаження, зумовленого тривалим перебуванням в емоційно перевантажених ситуаціях спілкування; двовимірна модель, що складається з емоційного виснаження та деперсоналізації; трикомпонентна система, яка складається з емоційного виснаження, деперсоналізації та редукції власних особистісних досягнень (Д. Спаньол, Р. Кепьюто, К. Маслач). За В. В. Бойко, синдром професійного вигоряння має 3 компоненти, кожен з яких складається з 4-х симптомів.

Виникнення ПВ у вчителів відбувається через індивідуальні причини та причини, пов'язані з організаційними умовами роботи, що діють, переломлюючись крізь призму особистісних чинників, і є провокуючими та підсилюючими чинниками виникнення та розвитку вигоряння серед вчителів (М. В. Борисова, Н. М. Булатевич, О. В. Грицук, О. М. Доценко, Т. В. Зайчикова, С. О. Налічаєва, О. А. Філь).

У цілому аналіз теорій зарубіжних та вітчизняних напрямів психологічної науки свідчить про різновекторність поглядів на ВОК та ПВ.

У розділі 2 «Концептуальна модель організації роботи і обґрунтування методик досліджень» розроблено концептуальну модель організації дослідження (рис. 1) та обґрунтовано методи психологічної діагностики та психокорекції внутрішньоособистісних конфліктів у контексті професійного вигоряння.

Для вивчення ВОК у контексті ПВ використано методичні прийоми, які рекомендують В. О. Бодров, С. І. Болтівець, Л. Ф. Бурлачук,

Л. М. Карамушка, М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, Г. В. Ложкін, Б. Ф. Ломов, С. Д. Максименко, В. Е. Орел, М. І. Пірен, Н. В. Самоукіна, М. В. Савчин.

З метою дослідження ВОК у контексті ПВ вчителів організаційно роботу виконано у чотири етапи. На першому – проведено аналіз літературних джерел зарубіжних та вітчизняних вчених з проблематики ВОК та феномену ПВ. Розроблено концептуальну модель організації експериментального дослідження; обґрунтовано застосування методик дослідження внутрішньоособистісних конфліктів та професійного вигоряння.

Загальна вибірка досліджуваних склала 1095 осіб, з них у 714 вчителів виявлено синдром ПВ, які залежно від величини стажу віднесено до групи з проявами ВОК та без них, а саме, вчителі з педагогічним стажем до 5 років – відповідно 18 та 114 осіб; вчителі зі стажем педагогічної діяльності 6-20 років – відповідно 36 та 265 осіб; вчителі з педагогічним стажем більше 21 року – відповідно 47 та 234 осіб.

Охарактеризовано умови та особливості професійної діяльності вчителів. Важливою особливістю професійної діяльності вчителя є те, що під впливом або в результаті цієї діяльності з часом виникає синдром професійного вигоряння. Проаналізовано діяльність вчителя з огляду на індивідуальні (соціально-демографічні, особистісні особливості) та організаційні чинники (умови праці, зміст праці, соціально-психологічні особливості).

На другому етапі проведено констатуючий експеримент. Досліджено прояви синдрому ПВ, особливості перебігу та причини ВОК вчителів у контексті професійного вигоряння.

На третьому етапі розроблено та апробовано корекційну програму (індивідуальний та груповий компонент), спрямовану на розв'язання ВОК як умови подолання ПВ у вчителів, за якою проведено цикл групових корекційних занять та надано індивідуальні консультації.

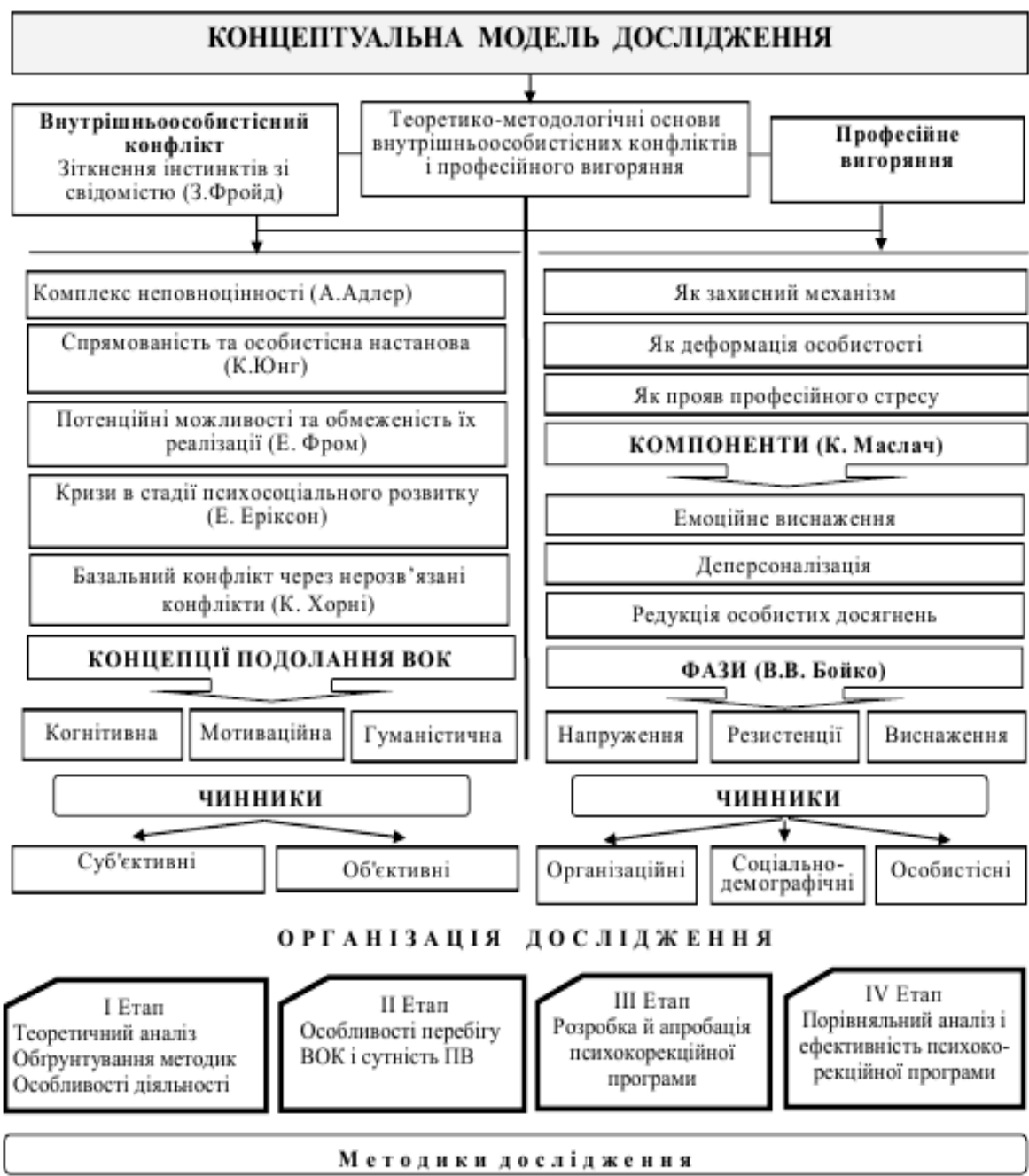


Рис. 1. Концептуальна модель дослідження (розроблено автором)

З практичними психологами проведено навчальний тренінг для навчання їх особливостям роботи з ВОК у контексті ПВ.

На четвертому етапі проведено порівняльний аналіз показників експериментальної та контрольної груп. Визначено ефективність впливу корекційної програми з розв'язання ВОК та зниження рівня прояву ПВ.

У розділі 3 «Аналіз результатів експериментального дослідження діагностики проявів та ефективності психокорекційних засобів внутрішньоособистісних конфліктів як умови подолання професійного вигорання вчителів» представлено аналіз та інтерпретацію отриманих

результатів щодо прояву та причин внутрішньоособистісних конфліктів у контексті професійного вигорання залежно від стажу педагогічної діяльності і з'ясовано ефективність впливу корекційної програми на розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів та зниження рівня прояву професійного вигорання.

Розгляд отриманого емпіричного масиву передбачав зіставлення отриманих показників компонентів, симптомів ПВ у виокремлених групах. За методикою діагностики рівня емоційного вигорання В. В. Бойка у вчителів з педагогічним стажем до 5 років, що переживають ВОК, інтенсивність прояву професійного вигорання є вищою за компонентами «напруження» – $44,7 \pm 18,76$ бала, «резистенція» – $68,8 \pm 17,39$ бала, ніж у групі вчителів без прояву ВОК. Вищими є показники за симптомами: «розширення сфери економії емоцій» – $21,6 \pm 5,76$ бала, «тривога і депресія» – $18,2 \pm 6,15$ бала, «емоційно-моральна дезорганізація» – $15,4 \pm 6,86$ бала, «психосоматичні та психовегетативні порушення» – $11,0 \pm 6,72$ бала ($p < 0,05$).

У вчителів групи з переживаннями ВОК з педагогічним стажем роботи 6-20 років інтенсивніше проявляється професійне вигорання за компонентами: «резистенція» – $66,3 \pm 17,54$ бала, «напруження» – $38,8 \pm 24,40$ бала і додається компонент «виснаження» – $45,8 \pm 21,91$ бала. Істотно вищими, ніж у групі без переживання ВОК ($p \leq 0,05$) є показники за симптомами: «тривога і депресія» – $16,3 \pm 8,21$ бала, «редукція професійних обов'язків» – $20,6 \pm 6,47$ бала, «емоційне відчуження» – $12,6 \pm 6,92$ бала, «психосоматичні та психовегетативні порушення» – $12,3 \pm 8,26$ бала, «особистісне відчуження» – $10,8 \pm 9,02$ бала, «емоційний дефіцит» – $10,2 \pm 4,63$ бала.

У групі вчителів зі стажем педагогічної роботи більше 21 року з переживанням ВОК професійне вигорання виявилось більш вираженим за всіма компонентами при $p \leq 0,05$. (рис. 2)

Таким чином, у вчителів з проявами ВОК рівень професійного вигорання є більш інтенсивним та істотно вираженим: на рівні статистичної відмінності у вчителів з педагогічним стажем до 5 років вищий рівень проявів визначено за чотирма симптомами, зі стажем педагогічної діяльності 6-20 років – за п'ятьма симптомами, а з педагогічним стажем більше 21 року – за одинадцятьма. Це вказує на стійку тенденцію до підвищення інтенсивності прояву професійного вигорання у вчителів з проявами ВОК зі збільшенням стажу педагогічної діяльності.

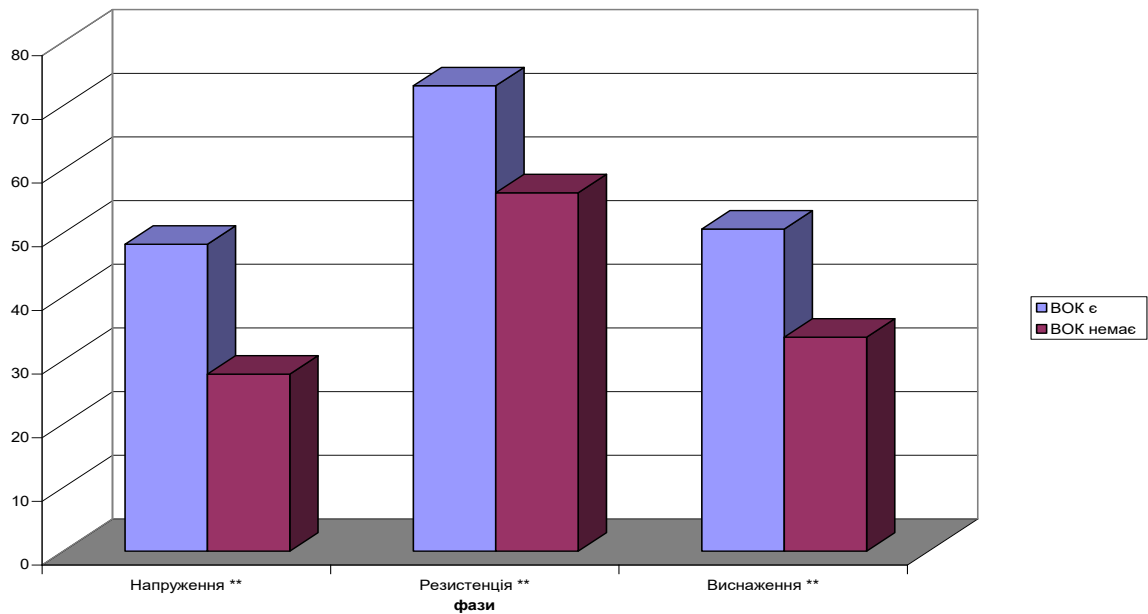


Рис. 2. Вираженість компонентів професійного вигорання у групах вчителів з педстажем більше 21 року (розроблено автором)

Примітка. Рівні достовірності: ** – $p \leq 0,01$.

Подальший розгляд отриманих емпіричних даних передбачав зіставлення показників самоствалення, особистісних характеристик, характерологічних тенденцій, тривожності, комплексу неповноцінності, самооцінки, вольової саморегуляції у групах учителів з різним стажем педагогічної діяльності.

Для групи вчителів зі стажем педагогічної діяльності до 5 років, що переживають ВОК, характерними виявилися прояви вищого рівня – ситуативної та особистісної тривожності, комплексу неповноцінності, самозвинувачення, дружелюбності, альтруїзму, практичності, дипломатичності; нижчого рівня внутрішньої чесності, віддзеркаленого самоствалення, самоприв'язаності, емоційної стабільності, сміливості, стриманості, ніж у групі без переживання ВОК.

У вчителів зі стажем педагогічної діяльності від 6 до 20 років, що переживають ВОК, спостерігалися прояви вищого рівня показників – ситуативної та особистісної тривожності, комплексу неповноцінності, самозвинувачення, підлеглості, залежності; нижчого рівня показників – нонконформізму, авторитарності, вольової саморегуляції, наполегливості, самовладання, внутрішньої чесності, самовпевненості, віддзеркаленого самоствалення, самоцінності, самоприв'язаності.

Для групи вчителів зі стажем педагогічної діяльності більше 21 року з проявами ВОК притаманні показники вищого рівня – самозвинувачення, ситуаційної та особистісної тривожності, комплексу неповноцінності довірливості, конформізму, підозрливості, залежності та нижчі показники емоційної стабільності, нормативності поведінки, жорсткості, підлеглості,

егоїстичності, альтруїзму, вольової саморегуляції, наполегливості, самоприв'язаності, самовпевненості, відображеного самоствавлення, самосприйняття.

За кореляційним аналізом показників ВОК з особистісними характеристиками виявлено певні особливості зв'язків. У групі вчителів зі стажем педагогічної діяльності до 5 років показник ВОК корелює з особистісними характеристиками в межах помірних кореляційних зв'язків ($r=0,60-0,49$).

Причинами ВОК у вчителів зі стажем педагогічної діяльності до 5 років є особистісні характеристики, пов'язані з емоційно-вольовою сферою: емоційною нестабільністю, емоційним дефіцитом, самовладанням, емоційно-вольовою саморегуляцією, зі самоствавленням особистості – внутрішньою чесністю, самозвинуваченням, віддзеркаленим самоствавленням, самоцінністю, комплексом неповноцінності; з характерологічними та індивідуальними особливостями – консерватизмом, мрійливістю, егоїстичністю, агресивністю.

У групі вчителів зі стажем педагогічної діяльності 6-20 років кореляційні зв'язки ВОК з індивідуальними характеристиками спостерігаються на рівні $r=0,34-0,41$. Причинами ВОК є особистісні характеристики, пов'язані з емоційно-вольовою сферою – емоційний дефіцит, неадекватна вибіркова емоційна реакція; зі самоствавленням особистості – самоприв'язаність, віддзеркалене самоствавлення, самосприйняття, комплекс неповноцінності; з характерологічними та індивідуальними особливостями – домінантність, підозрілість, довірливість, низька нормативність поведінки.

У групі вчителів зі стажем педагогічної діяльності більше 21 року ВОК кореляційні зв'язки є на рівні $r=0,32-0,53$. ВОК виникають через особистісні характеристики, пов'язані з емоційно-вольовою сферою – напруженість, переживання психотравмуючих ситуацій, наполегливість; із самоствавленням особистості – внутрішня чесність.

Завдяки факторному аналізу визначено структуру внутрішньоособистісних конфліктів у контексті професійного вигорання у вчителів, яка представлена чотирма факторами. До F1 «Емоційне вигорання» (16,54% дисперсії) увійшли показники з навантаженням від 0,423 до 0,926. Цей фактор охопив компоненти та симптоми професійного вигорання особистості, що переживає ВОК, які свідчать про включеність сильних емоцій у професійну діяльність, негативне ставлення до себе, оцінки себе, домінування негативних емоцій під час спілкування.

До F2 «Самоствавлення» (11,92% дисперсії) увійшли змінні з факторним навантаженням від -0,490 до 0,833, що включає ставлення особистості до себе, управління собою, прив'язаність до себе, прийняття себе та своїх недоліків, переваг, впевненість у собі, цінність себе через емоційне ставлення до себе, негативне ставлення до себе або нівелювання

особистої гідності, виключення емоцій зі сфери професійної діяльності або відчуття загнаності у кут, ситуації, що немає вирішення.

До F3 «Протилежні особистісні тенденції» (9,56% дисперсії) належать показники з навантаженням від -0,676 до 0,737. Цей фактор відображає боротьбу двох тенденцій, а саме: прояв дружелюбності, альтруїзму, підлеглості, залежності, ситуаційної тривожності у міжособистісній взаємодії або низьку нормативність у поведінці, емоційну нестійкість, саморегуляцію, наполегливість. Ця група показників заважають вчителям успішно здійснювати педагогічну діяльність.

До F4 «Індивідуальні особливості» (8,66% дисперсії) увійшли показники з факторним навантаженням від - 0,716 до 0,765, що виражає такі індивідуальні особливості вчителів, як самооцінка, альтруїзм, комплекс неповноцінності, саморегуляція особистості, водночас – особистісну тривожність, агресивність та підозрілість.

Таким чином, отримані дані емпіричного дослідження свідчать про інформативність показників за такими методиками, як діагностика рівня емоційного вигоряння В. В. Бойка, вивчення самоствавлення особистості Р. С.Пантелєєва, 16-факторним особистісним опитувальником Р. Б. Кеттела, визначення тривожності Ч. Д. Спілбергера – Ю. Л. Ханіна, самооцінки особистості С. Будассі, тестом-опитувальником емоційно-вольової регуляції А. В. Зверкова, Е. В. Ейдмана, самооцінка комплексу неповноцінності, визначення характерологічних тенденцій Т. Лірі. Представлені методики можна рекомендувати як інформативні для вивчення прояву та визначення можливих причин ВОК у контексті ПВ.

Відповідно до отриманих результатів розроблено та апробовано корекційну програму (індивідуальний та груповий компонент). Груповий компонент роботи складає корекційна програма, проведена з вчителями, у яких виявлено ВОК та професійне вигоряння. Індивідуальний компонент здійснено через надання індивідуальних психологічних консультацій вчителям, що переживають ВОК та ПВ. З практичними психологами проведено навчальний тренінг: «Діагностика та корекція внутрішньоособистісних конфліктів як умова подолання синдрому професійного вигоряння у вчителів».

Психокорекційна програма включає психотехнічні вправи, які спрямовано на зміну уявлення про себе, реальності та тієї ситуації, в якій знаходяться вчителі, підвищення рівня впевненості в собі, самоусвідомлення та саморозвитку, розвиток навичок рефлексії, психічної саморегуляції емоційного стану, оптимізацію негативних психічних станів, формування «психологічного імунітету», збереження і зміцнення психічного здоров'я особистості. Психологічна корекція щодо розв'язання ВОК у контексті професійного вигоряння ґрунтувалася на інтегративному підході, комплексному застосуванні гуманістично орієнтованих методик і включала корекцію когнітивного, емоційного та оцінно-вольового компоненту уявлення про себе.

У результаті проведеної корекційної програми в експериментальній групі вдалося знизити кількісні та якісні показники ВОК, рівень прояву ПВ та зафіксувати позитивні зміни в статусах самоставлення, зміни особливостей характерологічних тенденцій, тривожності, комплексу неповноцінності, вольової саморегуляції (при $p \leq 0,05$). Зниження показників ВОК позитивно вплинуло на компоненти професійного вигорання. Так, у вчителів експериментальної групи середні значення компоненту «напруження» $42,48 \pm 17,48$ бала знизилися на 6,72 бала, компоненту «резистенція» $73,67 \pm 16,49$ бала – на 13,38 бала та компоненту «виснаження» $46,57 \pm 16,20$ бала – на 8,81 бала ($p < 0,01$). При цьому показники компоненту «резистенція» після проведеної корекційної програми знизилися із високого рівня розвитку професійного вигорання до середнього, а показники компоненту «напруження» із середнього рівня прояву – до низького. У контрольній групі не виявлено схожої тенденції. (рис. 3)

Після проведеної групової та індивідуальної корекційної роботи у вчителів експериментальної групи виявлено істотні позитивні зміни за методикою самоставлення Р. С. Пантелєєва: показники внутрішньої конфліктності знизилися з високого до середнього рівня на 1,57 ст., самозвинувачення – на 1,38 ст.; показники внутрішньої чесності підвищилися – на 1,19 ст., самовпевненості – на 0,91 ст., віддзеркаленого самоставлення – на 0,67 ст., самоцінності – на 0,95 ст., самоприйняття – на 1,19 ст., самоприв'язаності – на 0,66. Тобто в результаті проведеної корекційної роботи істотно зменшилися прояви внутрішньої конфліктності, що впливає на зниження показників професійного вигорання у вчителів експериментальної групи.

Результати порівняльного аналізу свідчать про істотні позитивні зміни в показниках особистісних характерологічних тенденціях, тривожності, комплексу неповноцінності, вольової саморегуляції. Так, при $p < 0,01$ за методикою самооцінки комплексу неповноцінності підвищилися числові показники на 6,62 ум. од., що свідчить про зниження прояву комплексу неповноцінності. За методикою визначення тривожності Ч. Д. Спілбергера – Ю. Л. Ханіна показники ситуативної тривожності змінилися на 9,62 ум. од., тобто знизилася тривожність як реакція на зовнішні ситуації. За методикою емоційно-вольової регуляції А. В. Зверкова, Е. В. Ейдмана підвищилися показники: вольової саморегуляції на 1,43 ум. од., наполегливості на 2,39 ум. од., самовладання на 1,71 ум. од., отже, у досліджуваних покращилося вміння керувати своєю поведінкою та емоціями.

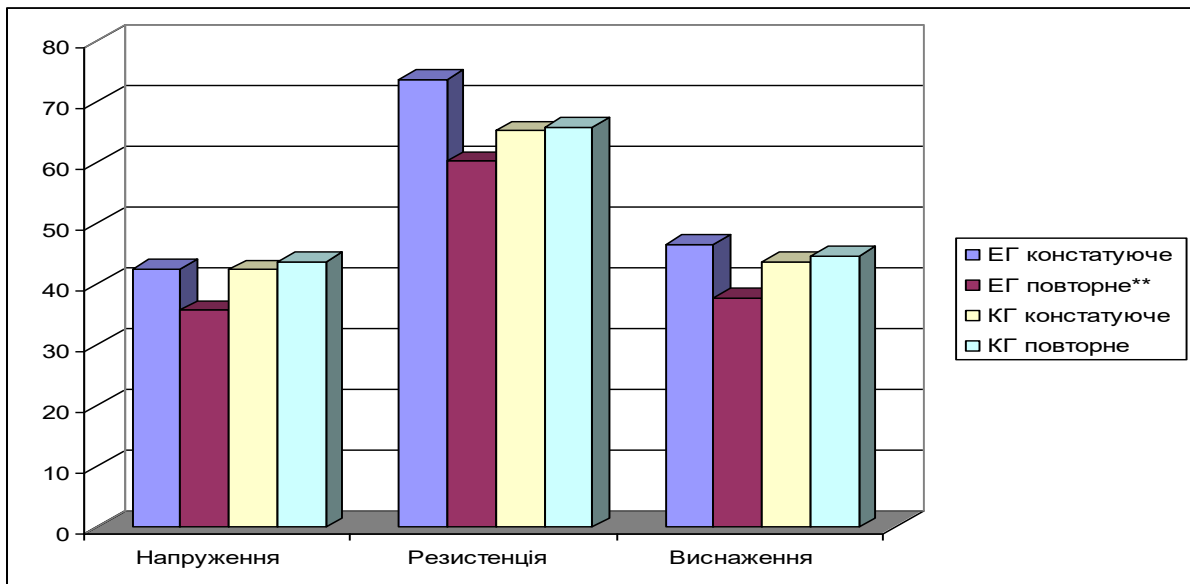


Рис. 3. Ефективність впливу корекційної програми на вчителів за показниками методики В.В. Бойка (розроблено автором).

Примітка.

1. Рівні достовірності: ** – $p \leq 0,01$.
2. ЕГ – експериментальна група, КГ – контрольна група.

За 16-факторним особистісним опитувальником Р. Б. Кеттела: в блоці емоційно-вольової сфери в обстежуваних експериментальної групи підвищилися показники за фактором С (емоційна стабільність) на 1,15 ст., за фактором G (нормативність поведінки) – на 0,62 ст., за фактором Q₃ (самоконтроль) – на 0,9 ст., знизилися за фактором O (тривожність) на 1,24 ст., за фактором Q₄ (внутрішня напруженість) – на 0,81 ст. У блоці комунікативної сфери спостерігаються такі зміни: за фактором Н підвищилися показники рішучості на 0,91 ст., за фактором Q₂ (нонконформізм-конформізм) – на 0,71 ст., знизилися за фактором L (підозрілість) на 0,57 ст., що свідчить про підвищення емоційної стабільності, нормативності у поведінкових проявах, самоконтролю, рішучості, вміння пристосовуватися, узгоджувати свої дії з діями колег під час педагогічної діяльності, а також зниження напруження, тривожності, підозрілості під час спілкування у професійних ситуаціях.

За методикою Т. Лірі знизилися показники за октантом авторитарності на 1,15 бала, за октантом агресивності – на 0,9 бала, за IV октантом підозрілості – на 0,57 бала, за октантом підлеглості – на 1,38 бала, тобто знизилися прояви агресивності, підозрілості, авторитарності, підлеглості.

Таким чином, доведено доцільність і ефективність використання психокорекційної програми для розв’язання внутрішньо-особистісних конфліктів та подолання професійного вигорання.

ВИСНОВКИ

У дисертаційній роботі вирішено наукове завдання, яке полягає у з'ясуванні психологічних особливостей проявів і чинників внутрішньо-особистісних конфліктів у контексті професійного вигорання, розробленні, апробації і доведенні ефективності психодіагностичного інструментарію та корекційної програми розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів як умови подолання професійного вигорання вчителів, що дає підстави зробити такі висновки:

1. Здійснено теоретичний аналіз підходів до вивчення внутрішньоособистісних конфліктів та феномену професійного вигорання.

Аналіз теорій зарубіжних напрямів психологічної науки і практики свідчить про загальні ознаки розглянутих концепцій внутрішньоособистісних конфліктів – як зіткнення протилежних сил, психологічні феномени, які притаманні сутності людини: психоаналіз вивчає внутрішньоособистісний конфлікт як афективно-мотиваційний; когнітивний напрямок – як хибні думки, біхевіористичний – як реакційно-поведінковий конфлікт.

На основі аналізу праць вітчизняних психологів з проблеми внутрішньоособистісних конфліктів виявлено, що внутрішньоособистісний конфлікт визначається як зіткнення протилежних тенденцій, потреб, принципів, інтересів, мотивів, невідповідність між можливостями та бажаннями особистості, між образами «Я реального» та «Я ідеального», між особистістю та «роллю», між рівнем самооцінки індивіда та реальністю оточуючого середовища.

Синдром професійного вигорання визначається як: стан фізичного, психічного і, передусім, емоційного виснаження, зумовленого довготривалим перебуванням в емоційно перевантажених ситуаціях спілкування; його двовимірна модель складається з емоційного виснаження та деперсоналізації; трикомпонентна система – з емоційного виснаження, деперсоналізації та редукції власних особистісних досягнень.

2. Обґрунтовано методикау і розроблено концептуальну модель дослідження.

Визначено сутність синдрому професійного вигорання, причини і особливості перебігу внутрішньоособистісних конфліктів вчителів.

Дослідження внутрішньоособистісних конфліктів і професійного вигорання здійснювалося за комплексом методик з метою вивчення самовідношення особистості, рівня емоційного вигорання, самооцінки особистості, особистісних індивідуально-типологічних особливостей, тривожності, емоційно-вольової регуляції, комплексу неповноцінності, характерологічних тенденцій.

Розроблено комплексну корекційну програму, за якою проведено цикл індивідуальних і групових корекційних занять з вчителями та тренінг з практичними психологами. Доведено ефективність впливу корекційної

програми на розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів та подолання професійного вигоряння у досліджуваних.

Здійснено порівняльний аналіз об'єктивних і суб'єктивних показників експериментальної та контрольної груп.

3. Аналіз умов професійної діяльності вчителів показав, що важливою особливістю професійної діяльності вчителя є те, що під впливом або в результаті цієї діяльності виникає професійне вигоряння. Це відбувається через індивідуальні причини і причини, пов'язані з організаційними умовами роботи, які діють, переломлюючись крізь призму особистісних чинників, виступають провокуючими та підсилюючими чинниками виникнення і розвитку вигоряння серед вчителів.

Внутрішньоособистісні конфлікти виникають у результаті взаємовпливу оточуючого середовища, особливостей соціально-економічного розвитку суспільства та внутрішніх чинників: індивідуально-психологічних особистісних особливостей, рівня інтелектуального та духовного розвитку особистості.

4. Визначено особливості перебігу внутрішньоособистісних конфліктів у вчителів у контексті професійного вигоряння і встановлено таку закономірність – у міру зростання стажу педагогічної діяльності стійко підвищується рівень внутрішньоособистісних конфліктів, що зумовлює інтенсивність прояву професійного вигоряння.

Найнижчий рівень показників внутрішньоособистісних конфліктів і найменшу інтенсивність прояву професійного вигоряння виявлено в групі вчителів зі стажем педагогічної діяльності до 5 років, що супроводжується незначною вираженістю кількісних і якісних показників, які пов'язані з самоставленням особистості; характерологічними та індивідуальними особливостями, емоційно-вольовою сферою. У групі вчителів зі стажем педагогічної діяльності від 6 до 20 років відмічаються високі показники внутрішньоособистісних конфліктів і висока інтенсивність проявів професійного вигоряння. У вчителів з педагогічним стажем більше 21 року внутрішньоособистісні конфлікти і прояви професійного вигоряння найбільш виражені та інтенсивні за всіма компонентами.

5. За результатами проведеного кореляційного та факторного аналізу встановлено інформативність показників щодо психодіагностики внутрішньоособистісних конфліктів у контексті професійного вигоряння таких методик: діагностики рівня емоційного вигоряння В. В. Бойка, вивчення самовідношення особистості Р. С. Пантелєєва, 16-факторного особистісного опитувальника Р. Б. Кеттела, визначення тривожності Ч. Д. Спілбергера – Ю. Л. Ханіна, самооцінки особистості С. Будассі, тест-опитувальника емоційно-вольової регуляції А. В. Зверкова, Е. В. Ейдмана, самооцінки комплексу неповноцінності, визначення характерологічних тенденцій Т. Лірі. Це дає можливість рекомендувати представлені методики як інформативні для вивчення прояву та визначення причин внутрішньоособистісних конфліктів у контексті професійного вигоряння.

У структурі внутрішньоособистісних конфліктів у контексті професійного вигоряння вчителів виокремлено чотири компоненти: F1 – «Емоційне вигоряння», F2 – «Самоставлення», F3 – «Протилежні особистісні тенденції», F4 – «Індивідуальні особливості».

6. Розроблено і апробовано корекційну програму розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів і подолання професійного вигоряння вчителів, здійснено комплексну і кількісно-якісну оцінку її ефективності.

Після проведеної цілеспрямованої психокорекційної роботи з вчителями, у яких визначено високий рівень проявів внутрішньоособистісних конфліктів і професійного вигоряння, спостерігається зниження до середнього рівня переживання внутрішньої конфліктності за рахунок розвитку механізмів самопізнання, саморегуляції, що виявляється у стабільності, нормативності у поведінці, самоконтролі, рішучості, зниженні напруження, тривожності, підозрливості, агресивності, авторитарності, підлеглості і у цілому свідчить про ефективність застосованої корекційної програми, яка сприяє розв'язанню БОК у вчителів експериментальної групи і зниженню рівня професійного вигоряння.

Перспективи подальшого розвитку роботи полягають у розширенні та насиченні методів психодіагностики та психокорекції внутрішньоособистісних конфліктів, впровадженні комп'ютерної бази даних та моніторингу з метою превентивної психокорекції і профілактики розвитку професійного вигоряння, а також вивчення психодіагностичних та психокорекційних методів внутрішньоособистісних конфліктів в інших сферах професійної діяльності.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Березовська Л. І. Соціально-психологічні чинники виникнення внутрішньоособистісних конфліктів / Л. І. Березовська // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. – 2010. – Вип. 82. – Т. 1 – С.27–31.
2. Березовська Л. І. Підходи вітчизняних авторів до проблеми внутрішньоособистісних конфліктів / Л. І. Березовська // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. – 2011. – Вип. 94. – Т. 1. – С.20–25.
3. Березовська Л. І. Теоретичні підходи до синдрому «професійного вигоряння» вчителів / Л.І. Березовська : зб. наук. праць: філософія, соціологія, психологія. – Вип. 17, Ч. 1. – Івано-Франківськ : ДВНЗ «Прикарпат. нац. ун-т ім. В. Стефаника», 2012. – С. 74–82.
4. Березовська Л. І. Особливості професійної діяльності вчителів / Л. І. Березовська : зб. наук. праць: філософія, соціологія, психологія. Вип. 17, Ч. 1. – Івано-Франківськ : ДВНЗ «Прикарпат. нац. ун-т ім. В. Стефаника», 2013. – С. 146–153.

5. Березовська Л. І. Особливості самоставлення вчителів з проявами внутрішньоособистісних конфліктів / Л. І. Березовська // Вісник Національного університету оборони України. – 2013. – Вип. 1 (20). – С. 152–156.
6. Березовська Л. І. Особливості прояву професійного вигорання у педагогічній діяльності вчителя / Л. І. Березовська // Освіта Закарпаття. – 2012. – № 16. – С. 74 – 80.
7. Березовська Л. І. Взаємозв'язок внутрішньоособистісних конфліктів з психологічними особливостями особистості вчителів / Л. І. Березовська // Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – Т. VII. Екологічна психологія. – Вип. 32. – Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2013. – С. 6 – 14.
8. Березовская Л.И. Факторы внутриличностных конфликтов в контексте профессионального выгорания учителя / Л.И. Березовская. // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – № 4. – Режим доступа : <http://www.science-education.ru/>
9. Березовська Л. І. Підходи вітчизняних авторів до проблеми внутрішньоособистісних конфліктів / Л. І. Березовська : матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф. [«Гене́за буття особистості»], (Київ, 19–20 груд. 2011 р.). – К. : Інформ.-аналіт. агентство, 2011. – Т. 1. – С. 112 – 114.
10. Березовська Л. І. Деякі підходи до вивчення «професійного вигорання» у педагогів / Л. І. Березовська : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. [«Особистість ХХІ століття»], (Сімферополь, 6 черв. 2012 р.) – Сімферополь : Крим. ін.-т бізнесу УЕУ, 2012. – С. 9 – 13.
11. Березовская Л. И. Некоторые аспекты исследования «профессионального выгорания учителя» / Л. И. Березовская : материалы II Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием [«Реализация компетентности похода в образовательном процессе: традиции, инновации, перспективы»], (Абакан, 23 апреля 2012 г.). – Абакан, 2012. – С. 77–79.
12. Березовская Л. И. Особенности проявления самоотношения учителей с переживаниями внутриличностных конфликтов / Л. И. Березовская : материалы IV Всерос. науч.-практ. конф. [«Психологическая наука в современном образовании»], (Пенза, февраль 2013 г.). Пенза : ПГУ 2013. – С. 57 – 64.
13. Березовская Л. И. К вопросу об особенностях профессиональной деятельности учителя / Л. И. Березовская : материалы Междунар. науч.-практ. конф. [«Реализация компетентности похода в образовательном процессе: традиции, инновации, перспективы»], (Абакан, 29 апреля 2013 г.). – Абакан, 2013. – С. 115 – 117.

АНОТАЦІЯ

Березовська Л. І. Психодіагностика та корекція внутрішньоособистісних конфліктів як умова подолання професійного вигорання вчителів. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.10 – організаційна психологія; економічна психологія. – Київський національний торговельно-економічний університет, Київ, 2013.

Дисертацію присвячено теоретичному обґрунтуванню проблеми внутрішньоособистісних конфліктів у контексті професійного вигорання вчителів, визначенню методів психодіагностики та корекції внутрішньоособистісних конфліктів, що є умовою подолання професійного вигорання у вчителів.

У роботі розкрито поняття внутрішньоособистісного конфлікту та професійного вигорання, проаналізовано особливості професійної діяльності вчителів, запропоновано концептуальну модель дослідження вчителів на предмет виявлення внутрішньоособистісних конфліктів у контексті професійного вигорання, вивчено особливості прояву внутрішньоособистісних конфліктів у вчителів, що переживають професійне вигорання. Розроблено та експериментально перевірено корекційну програму розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів як умову подолання професійного вигорання у вчителів.

Ключові слова: внутрішньоособистісний конфлікт, професійне вигорання, вчителі, психодіагностика, корекція, подолання.

АННОТАЦІЯ

Березовская Л. И. Психодиагностика и коррекция внутриличностных конфликтов как условие преодоления профессионального выгорания учителей. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.10 – организационная психология; экономическая психология. – Киевский национальный торгово-экономический университет, Киев, 2013.

Диссертация посвящена теоретическому обоснованию проблемы внутриличностных конфликтов в контексте профессионального выгорания учителей, определению психодиагностики и коррекции внутриличностных конфликтов, что является условием преодоления профессионального выгорания у учителей.

В работе раскрыто понятие внутриличностного конфликта и профессионального выгорания, проанализированы особенности профессиональной деятельности учителей, разработана концептуальная модель исследования учителей на предмет выявления внутриличностных конфликтов в контексте профессионального выгорания, изучены особенности проявления внутриличностных конфликтов у учителей, переживающих профессиональное выгорание.

Установлена закономерность, которая заключается в том, что в меру увеличения стажа педагогической деятельности стойко повышается уровень внутриличностных конфликтов, что приводит к увеличению интенсивности проявления профессионального выгорания. Проявление внутриличностных конфликтов и профессионального выгорания сопровождается показателями, связанными с эмоционально-волевой сферой, самоотношением личности, характерологическими и личностными особенностями.

В структуре внутриличностных конфликтов в контексте профессионального выгорания учителей выделено четыре компонента: «Эмоциональное выгорание», «Самоотношение», «Противоположные личностные тенденции», «Индивидуальные особенности».

По результатам проведенного корреляционного и факторного анализа предложен комплекс методик, которые можно рекомендовать для изучения проявления и выделения причин внутриличностных конфликтов в контексте профессионального выгорания учителей.

Разработана и экспериментально проверена коррекционная программа разрешения внутриличностных конфликтов как условие преодоления профессионального выгорания учителей. После проведенной психокоррекционной работы у учителей снизился уровень проявления внутриличностных конфликтов и профессионального выгорания за счёт развития механизмов самопознания, саморегуляции, что проявляется в улучшении стабильности, нормативности в поведении, самоконтроля, решительности, понижении напряжения, тревожности, подозрительности, снижении агрессивности, подозрительности, авторитарности, подчинённости.

Ключевые слова: внутриличностный конфликт, профессиональное выгорание, учителя, психодиагностика, преодоление.

ABSTRAKT

Berezovska L. Psychodiagnostics and improvement of internal conflicts as a condition of negotiation of professional teachers zapping. – Manuscript.

Thesis for getting scientific level of candidate of psychological sciences on speciality 19.00.10 – organizing psychology; economical psychology – Kyiv national university of Economics and Trade, Kyiv, 2013

Thesis is devoted to theoretical grounds of inner and personal conflicts in the context of professional teacher's zapping to the determination of psychodiagnostics and improvement of inner and personal conflicts, that is a condition of negotiation of professional teacher's zapping.

Thesis considers the concepts of inner and personal conflict and professional zapping, analyses features of professional teacher's activity, performs the working out of algorithm psychodiagnostics analysis of teachers concerning the subject of detecting inner and personal conflicts in the context of professional zapping and peculiarities of manifestation of inner and personal

conflicts were studied that go through professional zapping. Improving program of solving inner and personal conflicts as a condition of passing the professional teacher's zapping was made and experimentally checked.

Key words: inner personal conflict, professional zapping, teachers, psychodiagnostics, improvement, overcome.