

## РЕЦЕНЗИЯ

на выпускную квалификационную работу  
СУГОНЯКО КСЕНИИ АНАТОЛЬЕВНЫ

«Профилактика синдрома эмоционального выгорания у учителей с использованием программированного обучения»

К.А. Сугоняко для исследовательской работы выбрала очень актуальную для психолого-педагогической практики тему. Многие исследования доказывают, что для значительного числа педагогов характерны эмоциональная неустойчивость, высокий уровень тревожности, напряженность. Одним из показателей профессиональной дезадаптации педагога является так называемый «синдром эмоционального выгорания». В реальной педагогической практике уделяется недостаточное внимание формированию значимых умений и навыков профилактики синдрома эмоционального выгорания, борьбы с ним, поэтому предложенный Ксенией Анатольевной самоучитель представляется весьма полезным и интересным.

Во введении автором обоснована актуальность исследования, грамотно определены объект и предмет исследования, сформулирована гипотеза исследования, определены задачи и методы исследования.

В теоретической главе К.А. Сугоняко проведен достаточно тщательный анализ литературы по исследуемой проблеме, раскрыты существующие в отечественной и зарубежной психологии подходы к пониманию эмоционального выгорания, рассмотрены причины возникновения, и особенности проявления синдрома у учителей, проанализированы возможности программированного обучения как средства профилактики данного синдрома.

В экспериментальной главе представлен диагностический комплекс, применяемый в исследовании, тщательно проанализированы полученные результаты, описаны особенности развития и проявления СЭВ у педагогов в зависимости от стажа работы, ступени обучения, на которой они работают. Сделанные автором выводы позволили разработать самоучитель на основе программированного обучения «Как не «сгореть» на работе»? Очень важно, что в самоучитель включена не только психологическая информация о синдроме, но и тесты, упражнения, техники, помогающие овладеть умениями и навыками профилактики СЭВ. Предложенный самоучитель может быть рекомендован к использованию в практике работы образовательных учреждений. Анализ изменений у участников эксперимента и статистическая проверка выявленных различий позволили автору подтвердить гипотезу своего исследования.

Работа написана хорошим научным языком, полученные результаты тщательно интерпретированы, отражены в иллюстрациях, достоверность результатов подтверждена применением методов математической статистики. Работа апробирована на конференциях различного уровня.

Таким образом, выпускная квалификационная работа имеет несомненную практическую ценность, удовлетворяет требованиям, предъявляемым к выпускным квалификационным работам, и заслуживает оценки «отлично», а ее автор Сугоняко Ксения Анатольевна может быть рекомендована к обучению в магистратуре.

Доцент кафедры информационных технологий  
обучения и непрерывного образования  
Института педагогики, психологии и социологии  
Сибирского федерального университета,  
кандидат педагогических наук

 Н.В. Бекузарова

