

Ледовских Ирина Александровна

кандидат психологических наук,
доцент кафедры общей психологии
Пензенского государственного университета

Панова Татьяна Вячеславовна

кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры общей психологии
Пензенского государственного университета

**ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ
ВЫГОРАНИЕ УЧИТЕЛЕЙ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ
И ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВУЗОВ**

Аннотация:

Статья посвящена рассмотрению такого феномена, как синдром эмоционального выгорания среди учителей образовательных школ и преподавателей вузов. Исследование нацелено на изучение ряда социально-психологических факторов, оказывающих наибольшее влияние на развитие синдрома эмоционального выгорания у педагогов общеобразовательных школ и преподавателей вузов.

Ключевые слова:

эмоциональное выгорание, профессиональная деформация личности, профессиональная компетентность, направленность личности, субъективная оценка привлекательности труда, мотивация профессиональной деятельности.

Ledovskikh Irina Aleksandrovna

PhD in Psychology, Assistant Professor,
General Psychology Department,
Penza State University

Panova Tatiana Vyacheslavovna

PhD in Psychology, Assistant Professor,
General Psychology Department,
Penza State University

**EMOTIONAL BURNOUT OF
SECONDARY SCHOOL
TEACHERS AND UNIVERSITY
LECTURERS**

Summary:

The article considers such a phenomenon as a burnout syndrome of secondary school teachers and academic staff of the university. This research is aimed at studying of a number of social and psychological factors that have the greatest impact on the development of the emotional burnout of secondary school and university teachers.

Keywords:

emotional burnout, professional deformation of a person, professional competence, personal orientation, subjective assessment of work attractiveness, motivation of professional activity.

Многообразие существующих подходов к описанию сущности эмоционального выгорания как в отечественной, так и зарубежной психологической науке определяет разработанность данной проблемы. Обобщая существующие подходы, можно говорить о том, что сущность эмоционального выгорания в профессиональной деятельности раскрывается через такие определения, как истощение, изнурение, ослабление (Г.Дж. Фрейденбергер), отсутствие преданности работе (Э. Пайнс), утрата креативности и творческих способностей (К.Т. Чернисс), отстраненность по отношению к работе и отчужденность в отношениях с коллегами (К. Маслач). В современной психологии актуализованы различные аспекты проблемного поля эмоционального выгорания [1; 2; 3; 4]. Имеют место попытки исследователей обнаружить предпосылки эмоционального выгорания на ранних этапах профессионального становления будущих специалистов [5; 6].

Вслед за В.В. Бойко мы определяем синдром эмоционального выгорания как механизм психологической защиты личности, проявляющийся в понижении энергетики эмоций в условиях психотравмирующих воздействий. При этом само эмоциональное выгорание, таким образом, В.В. Бойко считает конструктивным, а дисфункциональными – его следствия, когда «выгорание» отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности и отношениях с коллегами [7]. Эмоциональное выгорание приводит к профессиональной деформации личности. В целом проявления синдрома эмоционального выгорания таковы: чувство эмоционального истощения, безразличия и изнеможения (специалист не может как прежде отдаваться работе); дегуманизация (негативное отношение к клиентам и своим коллегам); негативное самовосприятие в профессиональном плане (чувство недостаточности профессионального мастерства) [8].

Мы предположили, что существуют различия в проявлениях эмоционального выгорания учителей общеобразовательных школ и преподавателей вузов. Эти различия проявляются в мотивации профессиональной деятельности и направленности личности, а также в параметрах субъективной оценки привлекательности труда.

В ходе исследования были использованы следующие психодиагностические методики: «Диагностика эмоционального выгорания личности В.В. Бойко», направленная на диагностику

эмоционального выгорания педагогов; «Определение направленности личности» Б. Басса, нацеленная на выявление направленности личности; «Мотивация профессиональной деятельности» (методика К. Замфир в модификации А. Реана), направленная на выявление преобладающих мотивов профессиональной деятельности педагогов; «Изучение привлекательности труда (показатель социально-психологического климата)», которая позволяет определить степень субъективной привлекательности работы для человека в данном коллективе.

Исследование проводилось в период с сентября 2014 г. по февраль 2015 г. В исследовании приняли участие преподаватели ПГУ, ПГУАС, ПГТУ и учителя МБОУ СОШ № 52, 39, 42, 17 (по 20 человек в каждой группе испытуемых, стаж работы от 10 лет, возраст от 34 до 45 лет).

Для учителей общеобразовательных школ, согласно полученным данным, характерно следующее. В первую группу вошло 10 учителей, что составляет 50 %, – синдром полностью сформировался хотя бы в одной из фаз; во вторую группу – 6 учителей, что составляет 30 %, – синдром находится в стадии формирования хотя бы в одной из фаз; в третью группу – 4 учителя, что составляет 20 %, – синдром не сформировался. Наибольшее количество педагогов находится во второй фазе эмоционального выгорания, в фазе «резистенции» – сопротивления; в фазе «истощения» – 50 % испытуемых, не подвержены синдрому эмоционального выгорания. Доминирующий вид направленности личности – направленность на дело (55 %), то есть большинство учителей заинтересованы в решении профессиональных проблем, выполнении работы как можно лучше, ориентированы на деловое сотрудничество, способны отстаивать в интересах дела собственное мнение, которое полезно для достижения общей цели. В выборке учителей общеобразовательных школ доминирует внутренняя мотивация профессиональной деятельности (40 %), что является отражением их заинтересованности самим содержанием педагогической деятельности, при этом велика доля учителей с выраженной внешней отрицательной мотивацией (35 %). Для учителей отмечается низкий уровень субъективной привлекательности работы в общеобразовательной школе, при этом не удовлетворены такие потребности, как потребность в благоприятных условиях труда и в собственном развитии. В зоне же достаточного уровня привлекательности находятся следующие потребности: потребность в признании и личном авторитете, в активной жизненной позиции всех членов коллектива, в творческой и интересной работе, в личном материальном и социальном обеспечении, в хорошей организации труда, в общественном признании личного вклада и важности работы коллектива в целом, в общении как по «вертикали», так и по «горизонтали».

Для преподавателей вузов, согласно полученным данным, характерно следующее. В первую группу вошло 11 преподавателей, что составляет 55 %, – синдром полностью сформировался хотя бы в одной из фаз; во вторую группу – 5 преподавателей вуза, что составляет 25 %, – синдром находится в стадии формирования хотя бы в одной из фаз; в третью группу – 4 преподавателя вуза, что составляет 20 %, – синдром не сформировался. Наибольшее количество преподавателей находится во второй фазе эмоционального выгорания, в фазе «напряжения»; в фазе «истощения» – 40 % испытуемых, не подвержены синдрому эмоционального выгорания. Доминирующий вид направленности личности – направленность на дело (50 %), то есть большинство преподавателей заинтересованы в решении профессиональных проблем, выполнении работы как можно лучше, ориентированы на деловое сотрудничество, способны отстаивать в интересах дела собственное мнение, которое полезно для достижения общей цели. Преобладающим типом профессиональной мотивации является внутренняя мотивация (60 %), то есть для данных испытуемых характерна мотивация, связанная с самим содержанием деятельности. Для преподавателей отмечается достаточно высокий уровень субъективной привлекательности работы в вузах г. Пензы, при этом не удовлетворены такие потребности, как потребность в личном материальном и социальном обеспечении, в хорошей организации труда и в благоприятных условиях труда.

В своей работе мы использовали методы математической обработки данных: подсчет средних значений и критерий U Манна – Уитни. Согласно результатам сравнительного анализа и математико-статистической обработки данных можно сделать следующие выводы:

– различий между уровнем синдрома эмоционального выгорания учителей общеобразовательных школ и преподавателей вузов не выявлено, хотя эмпирическое значение находится близко к 5-процентному уровню значимости ($U_{эмп} = 130$ находится в зоне незначимости при $U_{кр} = 105$ при $p \leq 0,01$ и $U_{кр} = 127$ при $p \leq 0,05$);

– различий по направленности личности в выборках не выявлено: направленность на дело ($U_{эмп} = 143$), направленность на общение ($U_{эмп} = 165$) и направленность на себя ($U_{эмп} = 140$);

– для преподавателей вузов в большей степени характерна внутренняя мотивация ($U_{эмп} = 115$ при $U_{кр} = 105$ при $p \leq 0,01$ и $U_{кр} = 127$ при $p \leq 0,05$);

– для учителей общеобразовательных школ в большей степени характерна внешняя отрицательная мотивация ($U_{эмп} = 107$ при $U_{кр} = 105$ при $p \leq 0,01$ и $U_{кр} = 127$ при $p \leq 0,05$);

– для преподавателей вузов в большей степени характерна удовлетворенность в благоприятных условиях труда ($U_{эмп} = 107$ при $U_{кр} = 105$ при $p \leq 0,01$ и $U_{кр} = 127$ при $p \leq 0,05$);

– для преподавателей вузов в большей степени характерна удовлетворенность в теплых и доверительных отношениях в коллективе ($U_{эмп} = 104$ при $U_{кр} = 105$ при $p \leq 0,01$ и $U_{кр} = 127$ при $p \leq 0,05$);

– для преподавателей вузов в большей степени характерна удовлетворенность потребности в собственном развитии ($U_{эмп} = 98$ при $U_{кр} = 105$ при $p \leq 0,01$ и $U_{кр} = 127$ при $p \leq 0,05$);

– для учителей общеобразовательных школ в большей степени характерна удовлетворенность в личном материальном и социальном обеспечении ($U_{эмп} = 106$ при $U_{кр} = 105$ при $p \leq 0,01$ и $U_{кр} = 127$ при $p \leq 0,05$);

– для учителей общеобразовательных школ в большей степени характерна удовлетворенность в хорошей организации труда ($U_{эмп} = 118$ при $U_{кр} = 105$ при $p \leq 0,01$ и $U_{кр} = 127$ при $p \leq 0,05$);

– для преподавателей вузов в большей степени характерна удовлетворенность производственными успехами всего коллектива ($U_{эмп} = 111$ при $U_{кр} = 105$ при $p \leq 0,01$ и $U_{кр} = 127$ при $p \leq 0,05$).

Таким образом, выдвинутая в начале исследования гипотеза о существовании различия в проявлениях профессионального выгорания учителей общеобразовательных школ и преподавателей вузов, а именно то, что различия проявляются в мотивации профессиональной деятельности и направленности личности, а также в параметрах субъективной оценки привлекательности труда, подтверждена частично на 5-процентном уровне значимости.

Ссылки:

1. Психология здоровья : учеб. для вузов / под ред. Г.С. Никифорова. СПб., 2003.
2. Константинова Т.В. Особенности коммуникативного взаимодействия с больным в зависимости от специализации врача // Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В.Г. Белинского. 2006. № 6. С. 137–141.
3. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и других. М., 1996. 154 с.
4. Гордеева М.А., Константинов В.В. Эмоциональное выгорание государственных служащих в моно- и поликультурных трудовых коллективах: исследовательские задачи // Наука и бизнес: пути развития. 2014. № 4 (34). С. 11–13.
5. Ледовских И.А. Психологический анализ феномена креативного мышления у студентов, будущих психологов // Пензенский психологический вестник. 2014. № 1 (2). С. 38–51.
6. Ледовских И.А. Исследование феномена развития креативного мышления у студентов-психологов в процессе обучения в вузе // Пензенский психологический вестник. 2014. № 2 (3). С. 31–38.
7. Константинова Т.В. Указ. соч.
8. Бойко В.В. Указ. соч.

References:

1. Nikiforov, GS (ed.) 2003, *Health Psychology*, St. Petersburg.
2. Konstantinova, TV 2006, 'Features of communicative interaction with the patient, depending on the specialization of the doctor', *Proceedings of the Penza State Pedagogical University of VG Belinsky*, no. 6, p. 137-141.
3. Boyko, VV 1996, *The energy of emotions in communication: a look at yourself and others*, Moscow, 154 p.
4. Gordeeva, MA & Konstantinov, VV 2014, 'Emotional burnout of civil servants in mono- and multicultural labor groups: research tasks', *Science and Business: the development*, no. 4 (34), p. 11-13.
5. Ledovskikh, IA 2014a, 'Psychological analysis of the phenomenon of creative thinking among students, future psychologists', *Penza psychological Gazette*, no. 1 (2), p. 38-51.
6. Ledovskikh, IA 2014b, 'Study of the phenomenon of creative thinking in psychology students in the learning process at the university', *Penza psychological herald*, no. 2 (3), p. 31-38.
7. Konstantinova, TV 2006, 'Features of communicative interaction with the patient, depending on the specialization of the doctor', *Proceedings of the Penza State Pedagogical University of VG Belinsky*, no. 6, p. 137-141.
8. Boyko, VV 1996, *The energy of emotions in communication: a look at yourself and others*, Moscow, 154 p.