

Скрипниченко Людмила Сергеевна

кандидат социологических наук,
доцент кафедры управления персоналом
и организационной психологии Кубанского
государственного университета

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ПЕДАГОГОВ, РАБОТАЮЩИХ В ОРГАНИЗАЦИЯХ ОБЩЕГО И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация:

В статье приведены результаты авторского эмпирического исследования, направленного на установление особенностей проявления синдрома эмоционального выгорания и определение его нравственно-ценностных детерминант у педагогов общего и высшего образования. Обоснована мысль о том, что неблагоприятные последствия при возникновении синдрома эмоционального выгорания у педагога проявляются как на индивидуальном (личность специалиста), так и на групповом (взаимодействие с обучаемыми и коллегами) уровне. Выявлено, что у педагогов вузов и учителей школы имеются отличия в проявлении и нравственно-ценностных детерминантах синдрома эмоционального выгорания. Установлено, что у большинства респондентов синдром эмоционального выгорания уже сложился либо находится на стадии формирования, также у педагогов из обеих групп обнаружена тенденция к духовному кризису, что подтверждает актуальность и значимость анализируемой проблемы. Перспективным направлением исследования заявлено проведение дальнейших исследований в целях разработки программы профилактики и психологической коррекции синдрома эмоционального выгорания у педагогов разных уровней образования.

Ключевые слова:

синдром эмоционального выгорания, профессиональное выгорание, профессиональный стресс, педагогическая среда, педагоги, учителя, сфера образования, школа, вуз, ценностно-смысловые особенности личности, духовно-нравственные особенности личности.

Skripnichenko Lyudmila Sergeevna

PhD in Social Science, Associate Professor,
Personnel Management and Organizational
Psychology Department,
Kuban State University

FEATURES OF MANIFESTATION OF EMOTIONAL BURNOUT SYNDROME AMONG TEACHERS WORKING IN ORGANIZATIONS OF GENERAL AND HIGHER EDUCATION

Summary:

The results of an empirical study aimed at establishing the peculiarities of the manifestation of emotional burnout syndrome and identifying its moral and value determinants in teachers of general and higher education are presented in the article. The idea that the adverse effects upon the occurrence of burnout syndrome in a teacher are manifested both at the individual (personality of the specialist) and at the group (interaction with students and colleagues) level is substantiated. It was revealed that university teachers and school teachers have differences in the manifestation and moral and value determinants of burnout syndrome. It was established that the syndrome of emotional burnout has already developed or is at the stage of formation in the majority of respondents, a tendency to a spiritual crisis was also found among teachers from both groups, which confirms the relevance and significance of the analyzed problem. A promising area of research is the further research aimed at developing a program for the prevention and psychological correction of burnout syndrome among teachers of different educational levels.

Keywords:

emotional burnout syndrome, professional burnout, professional stress, pedagogical environment, pedagogues, teachers, education, school, university, valuable and semantic features of a person, spiritual and moral features of a person.

Трансформации в обществе, связанные с разрушением прежних устоявшихся норм, ценностей и идеалов, приводят к духовному кризису подрастающего поколения. Как следствие, усиливается внимание к духовной и нравственной сфере деятельности специалистов, реализующих педагогические функции и оказывающих непосредственное влияние на формирование личности учащегося. Успешности и эффективность образовательной деятельности напрямую зависят от ценностных ориентаций педагога, системы отношений «учитель – ученик», духовно-нравственных особенностей обучаемых [1].

Профессиональная деятельность современного педагога сопровождается стрессогенными факторами, обусловленными постоянным взаимодействием с коллегами, обучаемыми, необходимостью постоянного совершенствования своих знаний, умений, навыков, изменениями в научной среде, невысокой оплатой труда и т. д. [2]. Поэтому для педагогической деятельности характерен повышенный риск возникновения и формирования синдрома эмоционального выгорания [3, с. 93].

Актуальность исследования синдрома эмоционального выгорания среди педагогов связана с неблагоприятными последствиями, возникающими при развитии данного синдрома как на

индивидуальном уровне (для самой личности), так и на групповом (в процессе взаимодействия с окружающими).

Феномен эмоционального выгорания достаточно хорошо изучен в теоретическом и эмпирическом плане. Первые исследования эмоционального выгорания произведены западными психологами, такими как Г. Фройденбергер, С. Джексон, Е. Хартман, К. Кондо, К. Маслач, Е. Махер, Б. Перлман, А. Пайнз и др. В их трудах рассмотрены структура, факторы и проявления синдрома, оценена степень его влияния на работников. Среди современных российских исследователей феномена эмоционального выгорания следует назвать Н.А. Аристову [4], Е.А. Василевскую [5], Н.Е. Водопьянову, М.А. Воробьеву, К.А. Дубиницкую, И.А. Курапову [6], Е.Г. Ожогову, Т.В. Темирова и др.

Анализ зарубежных и российских теоретических подходов, объясняющих причины возникновения синдрома профессионального выгорания, позволил выделить три основных направления: индивидуально-психологический подход (В.В. Бойко, М. Буриш, Н.Е. Водопьянова, К. Маслач и др.), социально-психологический подход (С.П. Безносков, Э.Ф. Зеер, Е.А. Климов и др.) и организационно-психологический подход (А.К. Маркова, Л.М. Митина, К. Роджерс и др.).

Новизна настоящей работы заключается в изучении отличий в проявлении и нравственно-ценностных детерминантах синдрома эмоционального выгорания у педагогов общего и высшего образования.

Под эмоциональным выгоранием мы понимаем комплекс симптомов эмоционального, мотивационно-установочного и ценностного характера переживаний, обусловленных спецификой профессиональной деятельности.

С целью выявления влияния духовного состояния и ценностной сферы педагогов на формирование синдрома эмоционального выгорания было проведено эмпирическое исследование среди педагогов гуманитарных дисциплин МБОУ гимназии № 25 Краснодара и Кубанского государственного университета. Выборка носила случайный характер. В исследовании приняли участие 128 респондентов: 83 преподавателя вуза и 45 педагогов общеобразовательной школы. Все респонденты – женщины, с высшим образованием, в возрасте от 28 до 67 лет, со стажем работы от 3 до 39 лет.

Эмпирическое исследование производилось с применением методик диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко, изучения ценностей личности Ш. Шварца, «Духовный кризис» Л.В. Шутовой, А.В. Ляшук.

В результате анализа выраженности синдрома эмоционального выгорания в исследуемых группах по методике В.В. Бойко было выявлено, что из всего числа опрошенных педагогов в группу со сформированным синдромом вошло 37 чел. (23 педагога вуза и 14 учителей школы, 28 и 31 % соответственно), группу с синдромом в стадии формирования составили 67 чел. (44 и 23 чел., 53 и 51 %), в группе с несформировавшимся синдромом оказалось 24 чел. (16 и 8 чел., 19 и 18 %). Как видим, педагоги среднего звена подвержены синдрому эмоционального выгорания несколько выше, нежели педагоги высшей школы.

Наиболее сформированной фазой является фаза резистенции, в которой симптом «неадекватного избирательного эмоционально реагирования» сложился у 69 % учителей средней школы и 52 % педагогов вуза.

Полученные результаты показали, что учителя школы острее реагируют на стрессовые ситуации, подвержены потере контроля над собственными эмоциями, что может привести к проблемам во взаимоотношениях с окружающими, учениками, коллегами. Эмоционально-нравственная дезориентация складывается у 61,4 % педагогов высшей школы и уже сложилась у 35,5 % педагогов средней школы. Указанный ранее симптом имеет тенденцию к накоплению и усугублению, результатом чего является потеря педагогами объективности в отношениях с обучаемыми.

Проанализировав полученные результаты, удалось установить, что проявления эмоционального выгорания различаются у педагогов средней и высшей школы, что также подтверждают данные, полученные В. Капоне, М. Джошанлу и М.С. Парк: у учителей школы выражены чувства безысходности, отчаяния, неудовлетворенности собой, наблюдается деформация процесса общения. Преподаватели высшего учебного заведения теряют контроль над собственными эмоциями, находясь в постоянном стремлении упростить свои профессиональные обязанности. Также они в большей степени подвержены чувству разочарования в профессии, вызванному состоянием эмоциональной опустошенности [7].

Анализ нравственно-ценностной сферы личности педагогов показал, что наиболее важной ценностью для педагогов среднего и высшего звена является «безопасность»: считают ее приоритетной 24,4 и 31,1 % опрошенных соответственно. Безопасность семьи, близких, здоровье и доверие представляются самыми важными в жизни педагогов любого учебного заведения.

Учителя школы также склонны к более консервативным ценностям, таким как духовность, поддержка традиций (15,5 %). В то же время эти педагоги имеют более высокий уровень эмоционального выгорания. Причиной такой зависимости может являться нарастающее напряжение более консервативных педагогов в условиях постоянно изменяющейся окружающей среды.

Для преподавателей высших учебных заведений (13,2 %) также важны такие ценности, как самоуважение, смысл жизни, внутренняя гармония. Данная группа педагогов имеет начальный уровень эмоционального выгорания. Поэтому приходим к выводу, что наличие определенных приоритетных ценностей не является основным критерием возникновения эмоционального выгорания.

17 % педагогов вуза наименее предпочитаемой ценностью выбирают социальную культуру, в которую входят единение с природой, кротость, умеренность. Следовательно, равнодушие к житейским заботам, принятие своей участи в жизни могут являться теми принципами, которые необходимы педагогам для предотвращения развития синдрома эмоционального выгорания. 11,1 % школьных учителей наименее важной ценностью считают ограничительный конформизм.

Изучив состояние духовной сферы личности педагогов, мы выяснили, что средний уровень вероятности духовного кризиса у педагогов вуза равен 47 %, у педагогов общеобразовательных организаций – 35,5 %. Это свидетельствует о том, что педагоги вузов более склонны к душевным переживаниям, духовному росту. Они больше ощущают бессмысленность и неудовлетворенность жизнью.

Статистически значимые различия были отмечены по показателям деперсонализации и редукиции личных достижений (таблица 1).

Таблица 1 – Среднегрупповые различия показателей духовного кризиса респондентов

Симптом эмоционального выгорания	Педагоги школы		Педагоги вуза		Достоверность различий (t-критерий Стьюдента)
	Среднее значение (M ± σ) *	Уровень духовного кризиса	Среднее значение (M ± σ)	Уровень духовного кризиса	
Эмоциональное истощение	17,21 ± 7,65	Средний	10,7 ± 4,23	Низкий	t = 0,204; p < 0,05
Деперсонализация	21,3 ± 5,64	Высокий	9,7 ± 2,36	Средний	t = 2,005; p < 0,05
Редукция личных достижений	24,9 ± 4,86	Средний	31,0 ± 3,72	Высокий	t = 1,993; p < 0,05

* σ – стандартное отклонение.

Данные, представленные в таблице 1, показывают, что в обеих группах наблюдается тенденция к духовному кризису, что способствует развитию эмоционального выгорания. При этом эмоциональное истощение и деперсонализация более проявлены в группе педагогов школы, редукиция личных достижений – в группе педагогов вуза.

Результаты исследования совпадают с выводами, полученными Л.А. Пьянковой, В.Е. Хомичевой [8], Е.А. Василевской [9], в том, что эмоциональное выгорание в большей степени проявляется у педагогов, которые работают с высокой самоотдачей, ответственностью, исполнительностью, добросовестностью и альтруизмом. Анализ полученных данных также показал, что специфика профессиональной деятельности педагогов связана с факторами риска формирования синдрома эмоционального выгорания. Синдром протекает идентично как у учителей организаций общего образования, так и преподавателей вуза. Различие состоит в направленности и проявлениях степени выгорания. Эмоциональное выгорание педагогов школы сопровождается проявлениями чувств отчаяния, безысходности, неадекватного избирательного эмоционального реагирования. Преподаватели вузов склонны к упрощению профессиональных обязанностей, эмоциональной опустошенности и разочарованности в своей профессии.

В нравственно-ценностных особенностях также были выявлены некоторые различия. У педагогов школы доминирующими нормативными ценностями являются безопасность, духовность, поддержка традиций. Среди педагогов высшей школы преобладающими выступили ценности безопасности, зрелости и социальной власти. Духовный кризис присутствует у всех опрошенных педагогов, но в разной мере. Поэтому можно заключить, что на формирование синдрома эмоционального выгорания влияют также специфика образовательной организации, ценностные ориентации и духовное состояние педагога.

Результаты исследования, статистический анализ полученных данных подтвердили предположение о том, что ценностно-смысловые и духовно-нравственные особенности личности, проявляющиеся в профессионально-педагогической деятельности, оказывают регулирующее воздействие на выраженность синдрома эмоционального выгорания. Данное обстоятельство

можно объяснить деперсонализацией и эмоционально-нравственной дезориентацией педагогов, работающих в организациях общего и высшего образования.

Таким образом, актуализируется необходимость проведения дальнейших исследований в данном направлении, способствующих разработке программы профилактики и психологической коррекции синдрома эмоционального выгорания, а также коррекции смысловых ценностей, ориентаций, личностных особенностей и поведенческих стратегий педагогов, работающих в организациях общего и высшего образования.

Ссылки:

1. Курапова И.А. Нравственно-ценностная регуляция эмоционального выгорания в профессиональной деятельности: на примере педагогов средней и высшей школы : дис. ... канд. психол. наук. М., 2009. 246 с.
2. Barutçu E., Serinkan C. Burnout Syndrome of Teachers: An Empirical Study in Denizli in Turkey // *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 2013. Vol. 89. P. 318–322. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.08.853>.
3. Пьянкова Л.А., Хомичева В.Е. К вопросу о сущности синдрома профессионального выгорания // *Общество: социология, психология, педагогика*. 2019. № 4 (60). С. 90–94. <https://doi.org/10.24158/spp.2019.4.15>.
4. Аристова Н.А. Синдром эмоционального выгорания педагогов высшей школы // *Психология и педагогика в системе современного образования : материалы I Международной научно-практической конференции / под ред. С.С. Чернова*. Новосибирск, 2017. С. 7–10.
5. Василевская Е.А. Психологическая поддержка педагогов в состоянии эмоционального выгорания : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Самара, 2015. 22 с.
6. Курапова И.А. Указ. соч.
7. Capone V., Joshanloo M., Park M.S. Burnout, Depression, Efficacy Beliefs, and Work-related Variables Among School Teachers // *International Journal of Educational Research*. 2019. Vol. 95. P. 97–108. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2019.02.001>.
8. Пьянкова Л.А., Хомичева В.Е. Указ. соч.
9. Василевская Е.А. Указ. соч.

References:

Aristova, NA & Chernova, SS (ed.) 2017, 'Syndrome of Emotional Burnout of Higher Education Teachers', *Psihologiya i pedagogika v sisteme of sovremennogo obrazovaniya: materialy I Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferencii*, Novosibirsk, pp. 7-10, (in Russian).

Barutçu, E & Serinkan, C 2013, 'Burnout Syndrome of Teachers: An Empirical Study in Denizli in Turkey', *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, vol. 89, pp. 318-322, <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.08.853>.

Capone, V & Joshanloo, M & Park, MS 2019, 'Burnout, Depression, Efficacy Beliefs, and Work-related Variables Among School Teachers', *International Journal of Educational Research*, vol. 95, pp. 97-108, <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2019.02.001>.

Kurapova, IA 2009, *Moral-value Regulation of Emotional Burnout in Professional Activity: the Example of Teachers of Secondary and Higher Schools*, PhD thesis, Moscow, 246 p., (in Russian).

Pyankova, LA & Khomicheva, VE 2019, 'The Essence of Job Burnout Syndrome', *Obschestvo: sociologiya, psihologiya, pedagogika*, no 4 (60), pp. 90-94, (in Russian), <https://doi.org/10.24158/spp.2019.4.15>.

Vasilevskaya, EA 2015, *Psychological Support for Teachers in a State of Emotional Burnout*, PhD thesis abstract, Samara, 22 p., (in Russian).

Редактор: Тальчук Калерия Сергеевна
Переводчик: Дубина Юлия Юрьевна