

ПРОЯВЛЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ПЕДАГОГОВ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ

Р.В. Демьянчук

Аннотация. Исследованы проявления эмоционального выгорания у педагогов различных возрастных групп и групп с разным стажем профессиональной деятельности. Установлено, что ряд проявлений выгорания сопоставим с этапами профессионально-личностного развития педагогов, различающимися значимыми особенностями личности. Сделаны выводы о значении в развитии выгорания как содержания и условий профессиональной деятельности педагога, так и личностных предпосылок, раскрывающихся в процессе профессионально-личностного развития.

Ключевые слова: педагог, личность, профессионально-личностное развитие, эмоциональное выгорание.

THE MANIFESTATIONS OF EMOTIONAL BURNOUT AMONG TEACHERS AT DIFFERENT STAGES OF PROFESSIONAL AND PERSONAL FORMATION

R. Demyanchuk

Abstract. We study the manifestations of emotional burnout among teachers of different age groups and groups with different experience of professional activity. It was found out that a number of manifestations of burnout are comparable with the stage of professional and personal formation of teachers that discern by meaningful personality characteristics. The conclusions about the significance of both the content and conditions of the professional work of the teacher and personal prerequisites that come out during the professional and personal formation are made.

Keywords: teacher, person, professional and personal formation, emotional burnout.

Эмоциональное выгорание – феномен, активно исследуемый в течение последних десятилетий, который, как считается, характерен для специалистов «помогающих» профессий [1]. К числу профессий с повышенным риском формирования выгорания относится и профессия педагога, характеризующаяся многими способствующими его развитию факторами, в числе которых повышенные психологические нагрузки, тесное общение с разнородным контингентом детей и родителей, высокий уровень ответственности, слабая социальная и правовая защищенность при непрерывно возрастающих требованиях к уровню квалификации и многие другие.

Несмотря на очевидность актуальности изучения проблемы выгорания у педагогов, степень ее теоретической и практико-ориентированной разработанности трудно признать достаточной, в особенности, применительно к условиям работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья [2].

С целью изучения проявлений эмоционального выгорания на разных этапах профессионально-личностного развития педагогов нами обследовано 502 специалиста образовательных учреждений, из них 264 педагога коррекционных и 238 педагогов

массовых детских садов и школ. Важно отметить, что такой принцип формирования выборки неслучаен и ориентирован на поиск наиболее общих закономерностей психологии педагогов, который становится все более актуальным в контексте реформирования системы образования с акцентом на создание крупных образовательных комплексов и развитие инклюзивного образования.

Особенности личности изучены с помощью стандартизованного многофакторного метода исследования личности (СМИЛ), представляющего собой модификацию ММРІ [7]. Проявления эмоционального выгорания – с помощью методики диагностики эмоционального выгорания В.В. Бойко.

Как было показано в наших более ранних исследованиях, особенностями личностного профиля педагогов являются высокие показатели ригидности, пессимистичности и эмоциональной лабильности [3]. Наименее выражены показатели тревожности и индивидуалистичности. Сравнительный математико-статистический анализ полученных данных по группам педагогов коррекционных и массовых образовательных учреждений достоверных различий не показал, за исключением разницы по шкалам

достоверности и эмоциональной лабильности ($p < 0,05$).

Особенностью личностного профиля современного педагога является его относительная стабильность. Как показывает дисперсионный анализ, ориентированный на поиски особенностей личностных проявлений в различных возрастных группах педагогов и в группах педагогов с разным стажем профессиональной деятельности, наиболее значимыми оказываются различия в группах до 30 и старше 30 лет, а также в группах с профессиональным стажем до 10 лет и более 10 лет, когда изменяется личностный профиль, снижаются показатели качеств оптимистичности, экстраверсии, личностных ресурсов, степень удовлетворенности состоянием оборудования и заработной платой, но повышаются показатели социальной интроверсии, эмоциональной стабильности, организованность и самосознание, возрастает оценка поведенческого компонента социально-психологического климата [2]. Эти закономерности позволяют делать вывод о наличии двух этапов профессионально-личностного становления педагога, очевидно, связанных с механизмами интеграции личности и профессиональных требований к ней, порождающей «психологический механизм профессионального развития – конструктивную личностную активность в поиске оптимальных и индивидуально своеобразных путей и процедур организации своей деятельности для достижения требуемых результатов» [4, с.334].

Несмотря на сопоставимость личностных особенностей педагогов коррекционных и массовых образовательных учреждений, различия в проявлениях эмоционального выгорания все же имеются, что позволяет сделать вывод о принципиальной недопустимости игнорирования условий и содержания профессиональной деятельности как важнейших факторов развития выгорания.

Однако эти различия все же не столь категоричны: при большей выраженности всех симптомов эмоционального выгорания (за исключением симптома эмоциональной отстраненности) у специалистов коррекционных образовательных учреждений достоверно более высокими являются показатели только трех симптомов: переживания психотравмирующих обстоятельств, ощущения «загнанности в клетку» и неадекватного эмоционального реагирования.

При этом симптом неадекватного избирательного эмоционального реагирования оказывается наиболее выраженным для всех обследованных педагогов, что представляется закономерным вследствие высокого уровня эмоциональной лабильности, характерного для личностного профиля педагога вне зависимости от его педагогической специальности.

Высокий уровень отмечен также и как характерный для симптома редукции профессиональных достижений, очевидно, связанный с тем, что педагоги стремятся расширить сферу экономики эмоций за счет сокращения переживаний в связи с профессиональной деятельностью.

С показателями возраста установлено только две значимые корреляции. Положительная – между возрастом и симптомом эмоционально-нравственной дезориентации, что может гипотетически объясняться нарастающим с возрастом цинизмом, обусловленным как результатами переживания кризисов личностного становления, так и динамикой формирования эмоционального выгорания. Достоверные различия в проявлениях этого симптома фиксируются в соответствии с полученными нами данными о наличии переходного периода в становлении личности педагога с рубежом в 30 лет. Отрицательная – между возрастом и симптомом эмоциональной отстраненности. Можно предположить, что в молодости педагоги чувствуют себя более самодостаточными. В дальнейшем, по мере профессионального становления, они все больше осознают, что эмоциональная отстраненность не способствует эффективности деятельности. В пользу этого соображения отметим, что этот симптом выгорания – один из наименее выраженных в его структуре (причем эта закономерность отмечена как у педагогов коррекционных, так и у педагогов массовых образовательных учреждений). Это наблюдение позволяет предположить, что личностная предрасположенность к формированию выгорания также имеет существенно значение в его развитии.

Интересен факт, что при наличии корреляций с возрастом значимых корреляций со стажем профессиональной деятельности не установлено, за исключением положительной взаимосвязи между стажем и симптомом эмоционально-нравственной дезориентации (до 10 лет стажа среднее значение составляет 6,94, а более 10 лет стажа – 11,52, при $p = 0,04$).

Значимых различий распределения по степени сформированности каждой фазы (напряжения, сопротивления, истощения) в разных возрастных группах не выявлено. Это является свидетельством того, что признаки этого синдрома могут проявляться и в молодом возрасте, у неопытных специалистов. При этом представляется необходимым подчеркнуть, что у педагогов с большим стажем синдром может быть обусловлен длительным воздействием профессиональных стрессов, а у молодых учителей – вхождением в новую профессиональную сферу [1].

Исходя из выявленных закономерностей, можно заключить, что симптомы эмоционального выгорания зависят не столько от возраста или стажа работы, сколько от предрасположенности личности и сочетания личностных факторов с внешними условиями. Иными словами, во многом определяются социальным и профессиональным опытом, связанным с формированием у педагога «уникального психологического образования, выстраивающегося на основе его внутренних

резервов (профессиональных знаний, навыков, умений) и определяемое субъективными и объективными факторами (ситуация, обстановка, явление, субъект деятельности)» [5, с.17; 6].

Интересен факт, что установленные нами значимые различия проявлений выгорания по параметрам возраста и стажа сопоставимы с закономерностями значимых изменений личностного профиля в зависимости от принадлежности педагогов к определенной возрастной группе (до 30 лет и от 30 лет и старше), а также к группе с разным профессиональным стажем (до 10 лет и более 10 лет). Это может подтверждать наше предположение о двухэтапности профессионально-личностного развития педагога, что, в свою очередь, создает предпосылки для вывода о необходимости дифференцированного подхода к организации и содержанию психологического сопровождения педагогов на разных этапах их становления в условиях профессиональной деятельности.

Литература:

1. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб.: Питер, 2005. – 336 с.
2. Демьянчук Р.В. Становление личности педагога специального (коррекционного) учреждения: монография / Р.В. Демьянчук. – СПб., 2009. – 124 с.
3. Демьянчук Р.В. Анализ личностного профиля педагога коррекционного образовательного учреждения в контексте профессиональной деятельности / Р.В. Демьянчук // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. – 2011. – Т. 17. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – № 3. – С. 175-178.
4. Костромина С.Н. Психологические основания формирования профессионала на этапе

обучения в вузе / С.Н. Костромина // Вестник Санкт-Петербургского государственного университета. – 2008. – Вып. 4. Сер. 12: Психология. Социология. Педагогика. – С. 329-340.

5. Мухаметзянова Ф.Г., Шайхутдинова Г.А. Становление социального и профессионального опыта у будущего специалиста / Ф.Г. Мухаметзянова, Г.А. Шайхутдинова // Казанский педагогический журнал. – 2005. – № 1. – С. 17-21.

6. Мухаметзянова Ф.Г., Мифтахов И.И. Феномен субъектности студента в психологии / Ф.Г. Мухаметзянова, И.И. Мифтахов // Казанский педагогический журнал. – 2013. – № 4. – С. 126-130.

7. Собчик Л.Н. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности СМЛ (модифицированный тест ММРП) / Л.Н. Собчик. - М.: Речь, 2004. -142с.

Сведения об авторе:

Демьянчук Роман Викторович (г. Санкт-Петербург, Россия), кандидат психологических наук, доцент, первый проректор, Частное образовательное учреждение высшего образования «Институт специальной педагогики и психологии», e-mail: rdconsult@yandex.ru

Data about the author:

R. Demyanchuk (St. Petersburg, Russia), candidate of psychological sciences, docent, first vice-rector at the Institute of Special Pedagogy and Psychology, e-mail: rdconsult@yandex.ru

