

## ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГОВ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

### EMOTIONAL BURNOUT OF TEACHERS OF SECONDARY PROFESSIONAL EDUCATION

*V. Martynova  
O. Tkachenko*

Summary. The article is devoted to emotional and mental burnout of teachers of secondary professional education. Social relevance of the teaching profession means high tension in the work, both physiological and emotional-psychological. For the study of emotional burnout methodology was used the method of «Attitude to work and professional «burnout», the technique of diagnostics of professional burnout (MBI), the Definition of mental burnout (A. A. Rukavishnikov) the study of burnout was attended by teachers from the spheres of vocational education Astrakhan.

Keywords: Emotional burnout, professional burnout.

#### Актуальность

Эмоциональная сторона личности является важнейшей составляющей в работе педагога среднего профессионального образования. Высокая социальная значимость профессии подразумевает колоссальные затраты эмоциональных, психологических сил при работе со студентами. Профессию педагога относят к типу альтруистических профессий, следовательно, вероятность проявления эмоционального выгорания становится более вероятной.

Современные требования к педагогу СПО очень высоки. Он должен иметь высшее образование, как профессиональное, так и педагогическое. Периодически повышать свою квалификацию и проходить стажировку по профилю читаемых дисциплин. Педагог СПО должен иметь определенную категорию (первую или высшую). Также педагоги, работающие в сфере среднего профессионального образования, в отличие от преподавателей высшего профессионального образования должны обладать более выраженными коммуникативными и ораторскими навыками, в силу того, что они работают со сложным контингентом студентом в возрасте 15–17 лет.

Исследования показывают, что педагоги среднего профессионального образования более подвержены синдрому профессионального выгорания, нежели преподаватели высшего профессионального образования. [1 С. 147–151].

**Мартынова Виктория Александровна**  
Заведующий отделением факультета среднего  
профессионального образования АГТУ  
infanta\_2000@mail.ru

**Ткаченко Ольга Викторовна**  
К.ю.н., доцент, АГТУ

Аннотация. Статья посвящена проблеме эмоционального и психического выгорания преподавателей среднего профессионального образования. Социальная востребованность профессии педагога подразумевает высокую напряженность в работе, как физиологическую так и эмоционально-психологическую. Для изучения эмоционального выгорания использовались методики методики «Отношение к работе и профессиональное «выгорание», методика диагностики профессионального выгорания (МБИ), Определение психического выгорания (А. А. Рукавишников) В исследовании эмоционального выгорания приняли участие педагоги сферы среднего профессионального образования г. Астрахани.

Ключевые слова: Эмоциональное выгорание, диагностика профессионального выгорания

Дефиницию «эмоциональное выгорание» ввел в 1976 году американский психиатр Н.Ж. Фреуденбергер. Он определял эмоциональное выгорание как индикатор психологического состояния здоровых людей, которые находятся на чрезмерно напряженном и контактном взаимодействии с клиентами, пациентами в атмосфере эмоциональной перегрузки [4].

Многочисленные ученые психологи апеллировали этим термином в своих исследованиях. В.В. Бойко и Форманюк Т.В. использовали термины «эмоциональное сгорание» или «эмоциональное выгорание», другие психология, такие как Водопьянова Н.Е, Орел В.Е. использовали понятие «психическое выгорание».

Анализ специализированной литературы выявил тот факт, что, изучение эмоционального выгорания проводятся в основном у преподавателей высшего профессионального образования, в тоже время исследований посвященных изучению эмоционального (психологического) выгорания у педагогов среднего профессионального образования немногочисленны.

В доступной литературе практически нет работ, посвященных выявлению эмоционально-психологических факторов профессионального выгорания у педагогов сферы среднего профессионального образования.

Целью настоящего исследования является выявление психологических факторов эмоционального выго-

рания преподавателей сферы среднего профессионального образования г. Астрахани

### Материал и методы исследования

Было обследовано 140 педагогов преподавателей сферы среднего профессионального образования г. Астрахани

Средний возраст преподавателей 37–41 год. В выборке преобладают лица женского пола (112 человек), лиц мужского пола 28 человек.

Для диагностики испытуемых использовались такие методики как

1. Методика «Отношение к работе и профессиональное «выгорание» (ОРПВ) (В.А. Винокур [2]). Данная методика позволяет выявить конкретные эмоциональные реакции и стили отношения к работе у педагогов;

2. Методика диагностики профессионального выгорания (МВІ) (Маслач К., Джексон С. [5] (адаптация Н.Е. Водопьяновой [2]). В методике приведен целый перечень утверждений о переживаниях и чувствах, сопряженных с выполнением работы. В методике представлены три шкалы (эмоциональное истощение, деперсонализация и персональные достижения);

3. Методика «Определение психического выгорания» (А.А. Рукавишников) нацелена на интегральную диагностику психического «выгорания», включающую различные подструктуры личности. Методика состоит из трех шкал: психоэмоционального истощения, личностного отдаления и профессиональной мотивации [3].

### Результаты исследования и их обсуждение

1. Анализ полученных данных по первому опроснику показал, что педагоги среднего профессионального образования показали по представленным шкалам разные значения. Очень высокие показатели выявились по шкалам «Профессиональный перфекционизм» ( $54,3 \pm 0,48\%$ ) и «Профессиональное развитие и самоусовершенствование» ( $59,8 \pm 0,67\%$ ), а средние значения показали такие шкалы, как по шкалам «Удовлетворенность работой и оценка ее значимости», «Помощь и психологическая поддержка коллег в работе» ( $42,6\% \pm 0,27\%$ ), «Общая самооценка», ( $49,8 \pm 0,77\%$ ) «Самооценка качества работы» ( $47,4 \pm 0,47\%$ ). Самые низкие показатели проявились в шкалах «Эмоциональное истощение», «Напряженность в работе», «Состояние здоровья и общая адаптация», что является индикатором эмоциональной усталости педагогов среднего профессионального образования.

2. Вторая методика изучения эмоционального выгорания педагогов среднего профессионального (опросник МВІ) показал, что значения шкалы «Эмоциональное истощение» крайне высоки ( $37,8 \pm 1,24$  балла), это выражается в неудовлетворительном состоянии здоровья, повышенной нервозностью и напряжением, низким эмоциональным фоном, эмоциональной перегрузкой, граничащей с равнодушием.

Вторая шкала опросника показала несколько иные данные, а именно  $6,24 \pm 0,87$  балла по шкале «Деперсонализация». Это очень низкие значения, что говорит о том, что деформация личности у педагогов среднего профессионального образования не происходит.

Третья шкала показала средние значения. Шкала «Персональные достижения» с  $21, 8 \pm 1,25$  баллами, свидетельствует о том, что не всегда педагоги адекватно оценивают свои профессиональные достижения, зачастую принижая их, не используют все возможности для своего профессионального роста.

Исходя из этого, можно сделать вывод, что большая часть педагогов испытывают эмоциональное выгорание на среднем уровне. Однако, необходимо отметить тот факт, что выявилась определенная закономерность, а именно: очень высокий уровень эмоционального выгорания проявлялся у педагогов, стаж которых составлял более 12 лет. Преподаватели, обладающие не большим стажем исследуемому синдрому практически не подвержены. Они не испытывают эмоционального напряжения, и удовлетворены своей работой.

Педагоги с очень большим стажем показали самые неудовлетворительные результаты в определении уровня эмоционального выгорания. Уровень эмоционального выгорания у них проявляется в негативном ключе, с минорным настроением, отрицательными эмоциями, нежеланием работать в новых условиях труда (принятие нового ФГОСов, применение интерактивных форм в обучении). Уровень удовлетворенностью трудом по сравнению с преподавателями со стажем менее 12 лет был очень низким.

Таким образом, можно сделать предварительный вывод, что основными организационно-психологическими факторами эмоционально-психологического выгорания являются напряженная работа, эмоциональная усталость и неудовлетворенность работой, и длительность работы по специальности (стаж).

Еще одной методикой, которая применялась в данном исследовании для выявления психического выгорания, явилась методика А.А. Рукавишникова. Полученные данные по данной методике приведены в Таблице

Таблица 1. Определение психического выгорания (А. А. Рукавишников)

	Высокие значения	Средние Значения	Низкие значения
Психоэмоциональное истощение	70%	21,30%	8,70%
Личностные отдаления	15,70%	3,60%	96,40%
Профессиональная мотивация	3,60%	67,90%	28,60%

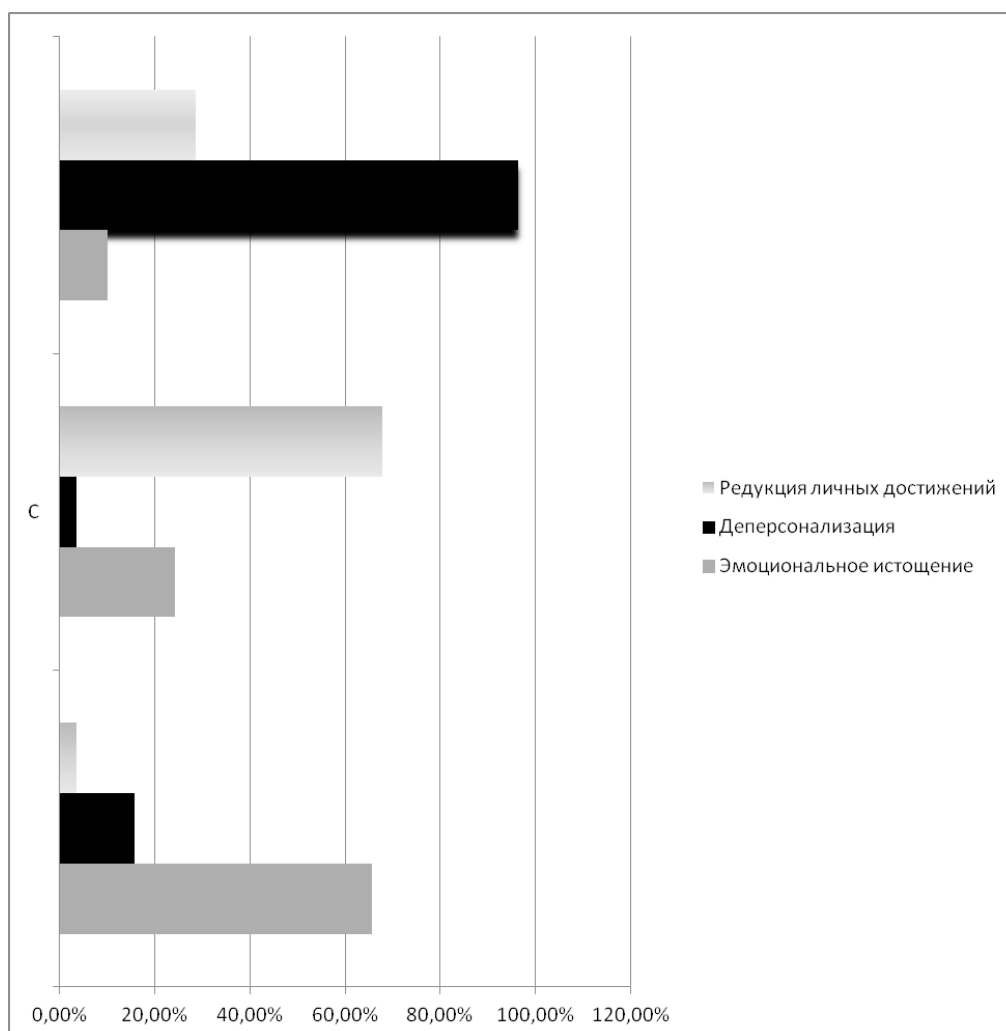


Рисунок 1. Опросник «Определение психического выгорания» (А.А.Рукавишников)

1 и на рисунке 1. Данные показывают, что большинство преподавателей СПО, а это 70% испытывают эмоциональное истощение. Хорошие показатели проявились по шкале «Личностные отдаления» (96,4%), это свидетельствует о том, что преподаватели не проявляют излишнюю раздражительность и нетерпимость в коммуникационных актах, и достаточно позитивно относятся к окружающим студентам и коллегам.

Таким образом, проведенная диагностика эмоционального выгорания преподавателей среднего профессионального образования показала, что более половины опрошенных преподавателей сферы среднего

профессионального образования испытывают эмоциональное напряжение на работе, постоянный стресс. Преподаватели с большим стажем работы недовольны условиями труда и не желают подстраиваться под вводимые изменения в сфере среднего профессионального образования. Все это говорит о том, что уровень эмоционального выгорания у преподавателей СПО очень высокий. Высокий уровень выгорания негативно отражается на качестве выполняемой работы.

Полученные данные необходимо учитывать при распределении нагрузки на преподавателей. Проводить профилактику эмоционального и психического выгорания.

ЛИТЕРАТУРА

1. Васюкова А.Н., Клименко Л. В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональной деятельности педагога // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. — 2011. — № 18. — С. 147–151.
2. Винокур В. А. Методика психологической диагностики профессионального «выгорания» в «помогающих» профессиях. Опросник «ОРПВ» (отношение к работе и профессиональное «выгорание»): учебное пособие. — СПб.: СЗГМУ им. И. И. Мечникова, 2012. — 44 с.
3. Определение психического выгорания (А. А. Рукавишников)/Фетискин Н.П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. — М., 2002, с. 357–360.
4. Чутко Л. С. Синдром эмоционального выгорания. Клинические и психологические аспекты / Л. С. Чутко, Н. В. Козина. — 2-е изд. — М.: МЕДпресс-информ, 2014. — 256 с
5. Maslach C., Schaufeli W. B., Leiter M. P. Job Burnout // Annual. Review. of Psychology. — 2001. — Vol. 52. — P. 397–422.

---

© Мартынова Виктория Александровна ( minfanta\_2000@mail.ru ), Ткаченко Ольга Викторовна  
Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

