

УДК 159.944  
ББК 88.5

*Т. Н. Матвеева*

## ПРОБЛЕМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Работа посвящена диагностике синдрома выгорания среди преподавателей вузов в качестве примера факультета РГСУ, филиал в городе Сочи. Проблема выгорания у учителей заслуживает особого внимания из-за наложенных высоких требований к профессии, особой ответственности и эмоционального бремя, хронических деструктивных факторов влияния.

Ключевые слова: профессиональная деятельность преподавателя, феномен «эмоционального выгорания», профессиональная деформация.

*T. N. Matveeva*

## THE PROBLEM OF PROFESSIONAL BURNOUT OF TEACHERS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Research is devoted to the diagnosis of burnout among teachers in higher education as an example of the faculty RSSU, a branch in the city of Sochi. The problem of burnout among teachers deserve special attention due to the imposed on the high demands of the professions, special responsibility and emotional burden of chronic destructive influence factors.

Key words: professional activities of the teacher, the phenomenon of «burnout» professional deformation.

**А**ктуальность исследования. Профессиональное выгорание преподавателей высшей школы является эмоциональным истощением, последствием стресса межличностного взаимодействия.

Термин «burnout» («эмоциональное выгорание») был предложен в 1974 г. американским психиатром Г. Фрейденбергом. Это состояние, проявляющееся нарастающим эмоциональным истощением. Может влечь за собой личностные изменения в сфере общения с людьми.

Профессиональное выгорание – совокупность негативных переживаний, связанных с работой, коллективом и всей организацией в целом. Один из видов «профессиональной деформации личности».

Эмоциональное выгорание представляет собой приобретённый стереотип эмоционального, чаще всего профессионального, поведения. В настоящее время исследователи выделяют около 100 симптомов, так или иначе связанных с «психическим выгоранием».

Вопросы, касающиеся взаимного влияния профессиональной деятельности и личностных особенностей специалистов, в течение нескольких десятилетий привлекали внимание представителей различных отраслей науки (Б.Г. Ананьев, Е.А. Климов, А.М. Столяренко, Л.Б. Филонов и другие). Вопросом, занимающим особое место в изучении данных явлений, является проблема профессиональной деформации специалистов в сфере высшего образования.

Цель нашего исследования – диагностика профессионального выгорания преподавателей высшей школы на примере филиала РГСУ в г. Сочи.

Объектом исследования являются преподаватели университета, субъекты социальной сферы, подверженные профессиональному сгоранию.

Предмет исследования – профессиональное выгорание преподавателей университета как нежелательное новообразование профессиональной деятельности.

Задачами исследования являются:

1. раскрытие понятие и сущности профессионального сгорания преподавателей высшей школы;

2. изучение синдрома «эмоционального выгорания» преподавателей;

3. проведение диагностики профессионального выгорания преподавателей высшей школы на примере филиала РГСУ в г. Сочи.

4. анализ методов профилактики выгорания преподавателей.

Теоретико-методологической базой исследования послужили работы отечественных и зарубежных ученых в области психологии профессиональной деятельности, психологии труда, психологии управления.

Методология исследования: в работе использованы принципы научности, историзма, конфиденциальности; комплексный и системный подходы.

Методы исследования: анализ, синтез, описательный, сравнительный, метод экспертного опроса.

В работе также использованы:

- методика В.В. Бойко СЭВ;

- модифицированная методика К. Маслач и С. Джексона (Т.Н. Матвеева, 2013) «Опросник для диагностики синдрома профессионального выгорания».

Эмпирической базой являются данные социологических исследований, проведенных под руководством автора по модифицированной им методике:

- Анализ профессионально-психологического климата организации (РГСУ, филиал в г. Сочи).

- Определение степени удовлетворенности профессиональной деятельностью. В ходе исследования применен метод формализованного личного интервью, использовалась квотная выборка по трем признакам (пол, возраст, стаж), а также условия труда. Выборка репрезентативно отражает состав сотрудников РГСУ, филиал в г. Сочи, согласно данным отдела кадров филиала. В ходе интервью опрошено 100 сотрудников.

- Выявление социально-психологических проблем профессиональной деятельности и важнейших факторов, влияющих на них. (2013 г.) В исследовании использован метод экспертного опроса. Группу экспертов составили 10 человек. Среди них – представители администрации РГСУ, филиала, руководители подразделений (один эксперт имеет степень доктора, пять – кандидата наук, 2 – магистра, 2 – старшие преподаватели).

Результаты исследования уровня показателей выгорания у преподавателей представлены в табл. 1 и табл.2.

Таблица 1

«Уровни показателей выгорания»

| Субшкала                    | Группы  | Низкий уровень | Средний уровень | Высокий уровень | Очень высокий уровень |
|-----------------------------|---------|----------------|-----------------|-----------------|-----------------------|
| Шкальные оценки             |         | 1 балл         | 2 балла         | 3балла          | 5балла                |
| Эмоциональное истощение     | мужчины | 13             |                 |                 |                       |
|                             | женщины |                | 21              |                 |                       |
| Деперсонализация            | мужчины |                | 9               |                 |                       |
|                             | женщины |                | 10              |                 |                       |
| Профессиональная успешность | мужчины | 35             |                 |                 |                       |
|                             | женщины | 37             |                 |                 |                       |

Интегральные показатели выгорания у женщин средней степени 5 баллов.

Интегральные показатели выгорания у мужчин низкой степени 4 балла.

Следует отметить положительный фактор по шкале 12: «У меня много профессиональных планов на будущее и я верю в их осуществление», которые отметили преподаватели даже с большим стажем – от 10 до 30 лет. Это позволяет утверждать, что преподавателям РГСУ, имеющим средне-низкую степень профессионального выгорания, знакомы методы профилактики профессионального выгорания, и они строят планы на будущее.

Выводы. В соответствии с подходом трехкомпонентной модели синдрома «выгорания» американских исследователей К. Маслач и С. Джексона, синдром «психического выгорания» включает в себя эмоциональное истощение, деперсонализацию и редуцирование личных достижений.

Проведенное исследование позволяет утверждать, что у преподавателей высшей школы могут появляться такие разрушительные симптомы, как агрессивные и упаднические чувства, переживания вины и зависимости, психосоматические недомогания, переживания, бессонница, негативное отношение к работе и др. Последствия «выгорания» могут

проявляться как в психосоматических нарушениях, так и в сугубо психологических (когнитивных, эмоциональных, мотивационных) изменениях личности.

Однако преподаватели, имеющие среднюю степень профессионального выгорания, могут успешно справляться с данным состоянием, так как они могут диагностировать у себя данный синдром, знакомы с методами профилактики профессионального выгорания, могут долго и продуктивно работать, строят планы на будущее.

Однако преподаватели, имеющие среднюю степень профессионального выгорания, могут успешно справляться с данным состоянием, так как они могут диагностировать у себя данный синдром, знакомы с методами профилактики профессионального выгорания, могут долго и продуктивно работать, строят планы на будущее.

Таблица 2

## «Уровни показателей выгорания»

| Субшкала                    | Группы  | Возраст | Низкий уровень | Средний уровень | Высокий уровень |
|-----------------------------|---------|---------|----------------|-----------------|-----------------|
| Шкальные оценки             |         |         | 1балл          | 2балла          | 3балла          |
| Эмоциональное истощение     | мужчины | 19-29   | 9              |                 |                 |
|                             | женщины |         |                | 17              |                 |
|                             | мужчины | 30-39   |                | 20              |                 |
|                             | женщины |         |                |                 | 27              |
|                             | мужчины | 40-49   |                |                 |                 |
|                             | женщины |         |                | 23              |                 |
|                             | мужчины | >50     | 13             |                 |                 |
|                             | женщины |         | 1              |                 |                 |
| Деперсонализация/цинизм     | мужчины | 19-29   | 10             |                 |                 |
|                             | женщины |         |                | 10              |                 |
|                             | мужчины | 30-39   |                | 7               |                 |
|                             | женщины |         |                |                 | 13              |
|                             | мужчины | 40-49   |                |                 |                 |
|                             | женщины |         |                | 9               |                 |
|                             | мужчины | >50     |                | 9               |                 |
|                             | женщины |         |                | 6               |                 |
| Профессиональная успешность | мужчины | 19-29   | 37             |                 |                 |
|                             | женщины |         | 39             |                 |                 |
|                             | мужчины | 30-39   |                | 28              |                 |
|                             | женщины |         | 37             |                 |                 |
|                             | мужчины | 40-49   |                |                 |                 |
|                             | женщины |         |                | 28              |                 |
|                             | мужчины | >50     |                | 35              |                 |
|                             | женщины |         |                |                 |                 |

## ЛИТЕРАТУРА

1. Бузовкина Н.Ю. Профессиональные деструкции у специалистов социэкономических профессий. – Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева. 2009. – С. 11.
2. Матвеева Т.Н. Диагностика мотивов профессиональной деятельности как профилактика синдрома эмоционального выгорания // Международный научный альманах. Выпуск 10. Сборник статей преподавателей, аспирантов, студентов / Под ред. М.В. Воронцовой, А.А. Калюжного. – Таганрог-Актюбинск, 2010. – С. 130-138.
3. Матвеева Т.Н. Диагностика профессионального выгорания преподавателей высшей школы // Современное образование, физическая культура, спорт, туризм, рекреация и здоровье: Материалы Всероссийской научно-практической конференции, г. Сочи, 2-5 октября 2013 г. / Отв. ред., к.п.н., доц. К.Г. Томилина. – Сочи: РИЦ СГУ, 2013. – 133 с.

## REFERENCES

1. Buzovkina N. Professional degradation of specialists социэкономических professions. Krasnoyarsk: Krasnoyarsk state pedagogical University named them. V.P. Astafiev. 2009. – 11 С.
2. Matveeva T. Diagnostics motives professional activities as prevention of syndrome of emotional burnout // International scientific almanac. Vol. 10. Collection of articles by teachers, graduate students. / Ed. by M.V.

Vorontsova, A.A. Kalyuzhny. – Taganrog-Aktyubinsk, 2010. – С. 130-138.

3. Matveeva T. Diagnostics of professional burn-out of teachers of the higher school // Modern education, physical culture, sports, tourism, recreation and health: Materials of scientifically-practical conference, Sochi, 2-5 October 2013 / Resp. amended, к.п.н., Assoc. G. Tomilin. – Sochi: RIC SSU, 2013. – 133с.

#### **Информация об авторе**

**Матвеева Татьяна Николаевна** (Россия, Сочи) – Доцент, кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной работы, рекламы и социального права. Российский государственный социальный университет (филиал в г. Сочи). E-mail: mtv\_tatiana@rambler.ru

#### **Information about the author**

**Matveeva Tat'iana Nikolaevna** (Russia, Sochi) – Associate Professor, PhD in Psychology, Assistant professor of the Department of social work, advertising, and social rights. Russian State Social University (branch in Sochi). E-mail: mtv\_tatiana@rambler.ru