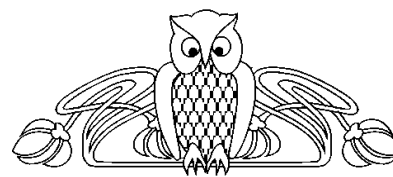




УДК 159.942:613.62

ПРОФИЛЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И СОСТОЯНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО ВЫГОРАНИЯ У УЧИТЕЛЕЙ ГОРОДСКИХ И СЕЛЬСКИХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ



Л. Н. Молчанова

Курский государственный медицинский университет
E-mail: molchanova.liuda@yandex.ru

Изучение состояния психического выгорания городских и сельских учителей с использованием теории о функциональной психологической системе деятельности как методологического основания позволяет выявить специфическое проецирование профиля профессиональной деятельности (её субъективных и предметных условий) на его возникновение и генез.

Ключевые слова: состояние психического выгорания, внутри-профессиональная дифференциация, предметные и субъективные условия деятельности, этапы длительности профессиональной деятельности.

Structure of Activity and Condition of Mental Burning Out at Teachers of City and Rural Comprehensive Schools

L. N. Molchanova

Studying of a condition of mental burning out of city and rural teachers with use of the theory about functional psychological system of activity as methodological basis allows to reveal specific displaying of a structure of professional work (its objective and subjective conditions) on its occurrence and genesis.

Key words: condition of mental burning out, inter-professional differentiation, objective and subjective conditions of activity, stages of duration of professional work.

В настоящее время исследовательский интерес к проблеме психического выгорания как профессионально-деятельностно детерминированного состояния реализуется в контексте его взаимосвязи с профессиями «помогающего» типа¹. Особое место среди представителей профессий «помогающего» типа занимают учителя. Среди общих психологических особенностей деятельности представителей этих профессий выделяют: гуманистическую направленность, личную и социальную ответственность, высокий уровень рефлексии, эмпатийность, общение как главный «инструмент» воздействия, высокий уровень самоконтроля, эмоциональную насыщенность межличностных контактов и др.².

Теоретико-методологическим основанием исследования состояния психического выгорания у учителей с учетом критерия внутрипрофессиональной дифференциации выступила теория В. Д. Шадрикова о функциональной психологической системе деятельности, одним из блоков которой является информационная основа как совокупность информации, характеризующей предметные и субъективные условия деятельности³.

Эти условия деятельности учителей с учетом типа населенного пункта, в котором находится образовательное учреждение, мы будем рассматривать как профиль (табл. 1).

Профиль профессиональной деятельности учителя создает условия для риска возникновения психического выгорания⁴. Большинство современных исследователей определяют выгорание как состояние физического, эмоционального и умственного истощения, проявляющееся в профессиях социальной сферы и включающее в себя три составляющих: эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию профессиональных достижений⁵.

В исследованиях психического выгорания, посвященных детерминационным аспектам, в частности, его соотношению с длительностью профессиональной деятельности наблюдаются противоречивые результаты, а именно – в одних указывается на зависимость нарастания выгорания от длительности профессиональной деятельности⁶, в других – на отсутствие такой зависимости⁷. Именно поэтому мы включили в исследовательский контекст изучение влияния длительности про-



Таблица 1

Профиль деятельности учителей городских и сельских общеобразовательных школ

Профессиональная подгруппа	Предметные условия	Субъективные условия
Учителя городских школ	Работа с одновозрастным многочисленным контингентом учащихся Загруженность общественной работой Необходимость домашней работы по проверке письменных заданий учеников и подготовки к занятиям, осуществляемой во внеурочное время, зачастую в ущерб семейным и личным делам и отдыху	Рефлексиование содержание предмета деятельности является постоянным и интенсивным Частое, продолжительное и интенсивное общение с различными социальными группами: учащимися, родителями и администрацией школы
Учителя сельских школ	Работа с разновозрастным контингентом учащихся Необходимость осваивать новые курсы дисциплин	Необходимость длительной одновременной фиксации внимания на нескольких объектах: плане урока, собственной рефлексии, поведении разновозрастных учащихся

фессиональной деятельности на возникновение и генез психического выгорания.

В настоящее время проблема проецирования внутрипрофессиональных различий на возникновение и генез психического выгорания учителей является малоизученной. Учителя сельских школ, по сравнению с учителями городских, более удовлетворены стилем руководства и социально-психологическим климатом в коллективе, что определяет более низкие показатели психического выгорания⁸. В связи с этим целью исследования явилось изучение генеза состояния психического выгорания у учителей в контексте профиля профессиональной деятельности.

Для реализации этой цели на базах Курского института социального образования (филиала Российского государственного социального университета), Курского государственного университета, а также общеобразовательных школ г. Курска и Курской области были обследованы учителя (166 человек) в возрасте от 22-х до 70-ти лет: из них 63 – городских общеобразовательных школ, средний стаж профессиональной деятельности которых составил $17,41 \pm 7,43$ лет, и 103 – сельских общеобразовательных школ со средним стажем $21,08 \pm 9,52$ лет. Градация выборки испытуемых осуществлялась по типу населенного пункта, в котором находится образовательное учреждение, с учетом длительности их профессиональной деятельности. При этом были выделены группы учителей городских и сельских общеобразователь-

ных школ с различными этапами длительности профессиональной деятельности: до 5-ти лет, от 5-ти до 10-ти лет и свыше 10-ти лет.

В соответствии с поставленной целью исследование осуществлялось в рамках факторного экспериментального плана с использованием методики В.В.Бойко, позволяющей выявить степень выраженности показателей на основных его фазах: «напряжение», «резистенция» и «истощение». В качестве основных математических методов статистической обработки использовались методы общей и сравнительной статистики. Статистическая обработка результатов осуществлялась с использованием пакета прикладных программ «STATISTIKA 6,0».

Анализ средних значений показателей психического выгорания свидетельствует, что у учителей городских общеобразовательных школ среднее значение на фазе «напряжение» составило $\bar{X} = 39,09 \pm 14,29$, на «резистенции» – $\bar{X} = 47,63 \pm 18,09$, $\bar{X} = 38,82 \pm 16,21$ отмечалось на «истощении». У учителей сельских общеобразовательных школ отмечалось среднее значение фазы «напряжение», равное $\bar{X} = 41,24 \pm 24,10$, «резистенции» – $\bar{X} = 56,32 \pm 21,04$ и «истощения» – $\bar{X} = 40,22 \pm 21,05$. Сравнительный анализ средних значений в этих профессиональных группах на всех фазах продемонстрировал умеренный уровень выраженности, самые высокие значения у учителей сельских обще-



образовательных школ. Существует значимость различий в уровнях их выраженности (на фазе «напряжение»: $U_{эмп}=2511,5$ при $\rho=0,015$; на фазе «резистенция»: $U_{эмп}=1709,5$ при $\rho=0,000$; на фазе «истощение»: $U_{эмп}=2429,5$ при $\rho=0,007$). Таким образом, субъективные и предметные условия профессиональной деятельности учителей городских и

сельских общеобразовательных школ специфично проецируются на возникновение психического выгорания.

Результаты изучения генеза психического выгорания у учителей городских и сельских общеобразовательных школ продемонстрировали общие и специфические тенденции (табл. 2, 3).

Таблица 2

Значения средних тенденций и результаты значимости различий показателей психического выгорания учителей городских общеобразовательных школ

Этапы длительности	Фазы						Напряжение–резистенция		Резистенция–истощение	
	«напряжение»		«резистенция»		«истощение»					
	Хср.±δ	Качественный	Хср.±δ	Качественный	Хср.±δ	Качественный	$U_{эмп}$	ρ	$U_{эмп}$	ρ
До 5-ти лет	38,50±6,40	В стадии формирования	53,00±28,20	В стадии формирования	38,75±18,70	В стадии формирования	0,00	0,019	0,00	0,049
От 5-ти до 10-ти лет	47,75±14,73	В стадии формирования	61,38±15,66	Сформирована	43,13±11,92	В стадии формирования	62,0	0,013	55,5	0,006
Свыше 10-ти лет	39,38±14,13	В стадии формирования.	36,71±16,31	Не сформирована	40,48±18,20	В стадии формирования	-	-	-	-

Примечание. U – критерий Манна–Уитни, $\alpha = 0,05$; $U^*_{эмп} < U_{кр}$.

Таблица 3

Значения средних тенденций и результаты значимости различий показателей психического выгорания учителей сельских общеобразовательных школ

Этапы длительности	Фазы						Напряжение–резистенция		Резистенция–истощение	
	«напряжение»		«резистенция»		«истощение»					
	Хср.±δ	Качественный	Хср.±δ	Качественный	Хср.±δ	Качественный	$U_{эмп}$	ρ	$U_{эмп}$	ρ
До 5-ти лет	32,75±27,55	Не сформирована	50,75±28,69	В стадии формирования	36,00±21,43	Не сформирована	-	-	-	-
От 5-ти до 10-ти лет	46,86±23,38	В стадии формирования	69,29±24,15	Сформирована	48,00±27,24	В стадии формирования	4,0	0,047	2,0	0,028
Свыше 10-ти лет	41,08±24,22	В стадии формирования.	55,72±20,46	В стадии формирования	39,83±20,63	В стадии формирования	2839,0	0,000	2539,0	0,000

Примечание. U – критерий Манна–Уитни, $\alpha = 0,05$; $U^*_{эмп} < U_{кр}$.

Существуют значимые различия между показателями фаз «напряжение» и «резистенция», «резистенция» и «истощение» психического выгорания у учителей городских общеобразовательных школ с длительностью профессиональной деятельности до

10 лет, а также у учителей сельских общеобразовательных школ, длительность профессиональной деятельности которых составила свыше 5 лет. Это свидетельствует о том, что фазы выгорания не соотносятся с соответствующими этапами длительности профессио-



нальной деятельности и не проецируются на генез психического выгорания (см. табл. 2, 3).

Неравномерный характер развития психического выгорания у учителей городских и сельских школ выражается в последовательности и направленности изменения его фаз и имеет как общие, так и специфические особенности. У учителей сельских школ в зависимости от длительности профессиональной деятельности наблюдается следующий порядок формирования фаз психического выгорания: первой возникает «резистенция» у тех, кто проработал до 5-ти лет. Затем формируется «напряжение» и «истощение» у учителей, которые трудились от 5-ти до 10-ти лет (см. табл. 3). Таким образом, истощение психоэмоциональных ресурсов и психическое выгорание связаны с психотравмирующими обстоятельствами их профессиональной деятельности, что свидетельствует о последовательном характере его генеза. Три фазы состояния психического выгорания у сельских учителей диагностируются, когда они проработали свыше 5-ти лет. Таким образом, пятилетний период их профессионального становления характеризуется адаптацией к предметным и субъективным условиям деятельности и усилением сопротивления ее психотравмирующим обстоятельствам. У учителей городских школ, в отличие от сельских, генез психического выгорания следующий: «напряжение» – «истощение» – «резистенция» у лиц с длительностью профессиональной деятельности до 5-ти лет. Как и у сельских учителей, у городских истощение психоэмоциональных ресурсов и психическое выгорание связано с эмоциогенными условиями деятельности. В отличие от сельских учителей, у учителей в городе формирование трех фаз состояния психического выгорания наблюдается уже на ранних этапах профессионального становления, а пик приходится на период работы от 5-ти до 10-ти лет. На этом же этапе профессиональной деятельности наблюдается полная сформированность фазы «резистенция» (см. табл. 2).

Динамика фаз психического выгорания у учителей обеих групп однонаправлена (см. табл. 2, 3). Так, с увеличением длительности

профессиональной деятельности и у городских учителей, и у сельских (проработавших от 5-ти до 10-ти лет) наблюдается нарастание средних значений, а у специалистов, проработавших свыше 10-ти лет, происходит уменьшение средних значений всех фаз. Специфика генеза психического выгорания у учителей заключается и в характере протекания фазы «резистенция»: в обеих группах у тех, кто проработал до 10-ти лет, отмечается увеличение средних значений данной фазы, свидетельствующее о постепенном усилении сопротивления, проявляющемся в экономии эмоций, зависимости эффективности общения с учениками от настроения и субъективного к ним отношения, появлении негативных установок по отношению к школьникам и выполнению профессиональных обязанностей. У учителей, проработавших свыше 10-ти лет, средние значения этой фазы уменьшаются (см. табл. 2, 3). У городских учителей, длительность профессиональной деятельности которых составила от 5-ти до 10-ти лет, на фоне усиления психоэмоционального напряжения и затрат энергетических ресурсов отмечается значимое уменьшение сопротивления стрессогенным особенностям педагогической деятельности, что указывает на скачкообразный характер его генеза ($U_{\text{эмп}} = 139,0$ при $p = 0,000$). Такое уменьшение значений фазы «резистенция» до уровня нерегистрируемых на данном этапе профессионального становления можно объяснить некоторым принятием профессии, переоценкой профессиональных ценностей и своего к ним отношения, временной компенсацией неудовлетворенности профессиональной деятельностью его досуговыми видами и бытовыми заботами (см. табл. 2). Кроме того, отсутствие статистически значимых различий в уровнях выраженности средних значений показателей состояния психического выгорания на фазах «напряжение» и «истощение» у городских и сельских учителей на протяжении всех этапов профессионализации свидетельствует о стабилизации этого уровня (см. табл. 2, 3).



Сравнительный анализ средних значений показателей психического выгорания у городских и сельских учителей с учетом длительности их профессиональной деятельности зарегистрировал статистическую значимость различий в уровнях выраженности показателей фазы «истощение» на всех этапах профессионального становления ($U_{эмп} = 1470,0$ при $p = 0,046$; $U_{эмп} = 655,0$ при $p = 0,000$; $U_{эмп} = 1351,0$ при $p = 0,009$). Это свидетельствует о специфическом проецировании субъективных и предметных условий профессиональной деятельности на генез психического выгорания, которое проявляется в асинхронном истощении психоэмоциональных ресурсов: такой процесс наблюдается у городских учителей со стажем работы до 5-ти лет и свыше 10-ти лет, а у сельских учителей с длительностью профессиональной деятельности от 5-ти до 10-ти лет.

Изучение генеза психического выгорания у учителей городских и сельских школ позволило сформулировать следующие выводы:

отсутствие прямого совпадения фаз психического выгорания со всеми этапами профессиональной деятельности свидетельствует о том, что не следует прямо соотносить его генез с этими этапами;

генез фаз психического выгорания с учетом этапов профессиональной деятельности носит неравномерный характер, выражающийся в последовательности и направленности изменения этих фаз. У учителей и сельских, и городских школ истощение психоэнергетических ресурсов, а следовательно, и психическое выгорание связаны с эмоциональными условиями и содержанием профессиональной деятельности, что указывает на поступательный характер его генеза. Самые высокие значения психического выгорания

зарегистрированы у тех, кто проработал от 5-ти до 10-ти лет, однако выгорают быстрее всего «молодые» учителя городских общеобразовательных школ;

профиль профессиональной деятельности специфично проецируется на генез психического выгорания, проявляясь в асинхронном истощении психоэмоциональных ресурсов.

Примечания

¹ См. : *Бойко В. В.* Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. СПб., 1999; *Орёл В. Е.* Структурно-функциональная организация и генезис психического выгорания : дис. ... д-ра психол. наук. Ярославль, 2005; *Ронгинская Т. И.* Синдром выгорания в социальных профессиях // Психол. журн. 2002. Т. 23, № 3. С. 85–95.

² См. : *Мутина Л. М.* Психология профессионального развития учителя. М., 1998.

³ См. : *Шадриков В. Д.* Проблемы системогенеза профессиональной деятельности. М., 1982.

⁴ См. : *Курапова И. А.* Система отношений в профессиональной деятельности и эмоциональное выгорание педагогов // Психол. журн. 2009. Т. 30, № 3. С. 84–95; *Рукавишников А. А.* Личностные детерминанты и организационные факторы генезиса психического выгорания у педагогов : дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2001.

⁵ См. : *Maslach C., Jackson S. E.* Patterns of burnout among a national sample of public contact workers // *J. of Health and Human Resources Administration*. 1984. Vol. 7. P. 189–212.

⁶ См. : *Лукьянов В. В.* Эмпатия, профессиональный стаж и особенности синдрома эмоционального выгорания у психиатров-наркологов // Проблемы исследования синдрома «выгорания» и пути его коррекции у специалистов «помогающих» профессий (в медицинской, психологической и педагогической практике) / под ред. В. В. Лукьянова, С. А. Подсадного. Курск, 2007. С. 100–102.

⁷ См. : *Baker M., North D., Smith D.* Burnout, sense of coherence and sources of salutogenesis in social work // *Psychology : J. of Human Behavior*. 1997. Vol. 34 (1). P. 22–26; *Dietzel L. C., Coursey R. D.* Predictors of emotional exhaustion among nonresidential staff persons // *Psychiatric Rehabilitation Journal*. 1998. Vol. 21(4). P. 340–348.

⁸ См. : *Коновальчук А. Н.* Синдром эмоционального выгорания и его профилактика в профессиональной деятельности городских и сельских учителей : дис. ... канд. психол. наук. Новгород, 2009.