

Педагогика и психология

УДК 159.99

Д.Т. Бегалинова

Инновационный Евразийский университет (г. Павлодар)

Е.М. Раклова, кандидат психологических наук

Инновационный Евразийский университет (г. Павлодар)

E-mail: dariguba_93@mail.ru

Влияние гендерного аспекта на синдром профессионального выгорания преподавателей вуза

***Аннотация.** В работе рассматриваются различные подходы к определению критериев профессионального выгорания, а также специфика влияния пола на этот процесс. В статье представлены результаты и подтверждена гипотеза о том, что синдром профессионального выгорания проявляется в зависимости от гендерной принадлежности и возраста.*

***Ключевые слова:** синдром профессионального выгорания, эмоциональное истощение, профессиональная деятельность, педагогическое долголетие.*

Современный этап развития высшего образования характеризуется глубокими и многоплановыми преобразованиями. В педагогической практике они сопровождаются кардинальной ломкой стереотипов в сознании, деятельности, образе жизни субъектов высшего профессионального образования. Изменения в педагогической деятельности оказывают влияние на преподавание, создают стрессовую ситуацию «личностной неуспешности» преподавателя вуза, постоянного ощущения перестройки в недостроенном педагогическом процессе. Внутреннее напряжение педагога-профессионала возрастает, и как результат такого процесса преподаватель может подвергаться преждевременному старению или уходу из профессии.

Явления преждевременного профессионального старения требуют пристального изучения, т.к. сохранение эффективности труда – важнейшее условие профессионального педагогического долголетия.

Многолетнее выполнение одной и той же профессиональной деятельности, как отмечают исследователями, приводит к появлению профессиональной усталости, снижению работоспособности, обеднению репертуара способов выполнения деятельности, возникновению психологических барьеров, утрате профессиональных умений и навыков. Можно констатировать, что на стадии профессионализации по многим видам профессий происходит развитие профессиональных деструкций [1].

Многие зарубежные ученые (Г. Беккер, К. Зейферт, К. Роджерс, С. Сьюпер и др.) также отмечают, что при исследовании профессионального становления личности в основном внимание обращалось на профессионально важные качества, на продуктивные психологические новообразования. Деструктивные же изменения личности стали специальным предметом исследования впервые лишь в 1974 г., когда американский психолог Х. Дж. Фрейденберг [2] ввел термин «синдром эмоционального выгорания» (СПВ), характеризующий состояние истощения и усталости специалистов, находящихся в тесном, общении с клиентами. В профессиональную группу людей, подверженных этому синдрому, были включены и педагоги.

Симптомы профессионального выгорания указывают на характерные черты длительного стресса и психической перегрузки, которые приводят или могут привести к полной дезинтеграции различных психических сфер и прежде всего – эмоциональной. Развитие синдрома носит стадийный характер. Сначала наблюдаются значительные энергетические затраты – следствие экстремально высокой положительной установки на выполнение профессиональной деятельности. По мере развития синдрома появляется чувство усталости, которое постепенно сменяется разочарованием, снижением интереса к своей работе.

Эмоциональное выгорание представляет собой приобретенный стереотип эмоционального, чаще всего профессионального поведения. «Выгорание» отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. В то же время могут возникать его дисфункциональные следствия, когда «выгорание» отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности и отношениях с партнерами.

Проявления стресса в работе преподавателя разнообразны и обширны. Так, в первую очередь выделяются фрустрированность, тревожность, изможденность, депрессия, эмоциональная ригидность.

А.К. Маркова говорит о том, что для работы учителя характерны информационный стресс, возникающий в ситуациях информационных перегрузок, когда человек не справляется с задачами, не успевает принимать верные решения в требуемом темпе при высокой степени ответственности за их последствия, и эмоциональный стресс, когда под влиянием опасности, обид возникают эмоциональные

сдвиги, изменения в мотивации, характере деятельности, нарушения двигательного и речевого поведения [3]. В.Е. Орел отмечает, что из всех социально-демографических характеристик наиболее тесную связь с выгоранием имеет возраст и стаж [4].

На зависимость эмоционального выгорания от пола указывает Т.В. Форманюк. Она пишет о том, что феминизированность профессии учителя имеет целый ряд отрицательных моментов. Среди них повышенная в сравнении с мужчинами – в три раза заболеваемость психическими болезнями, высокая «стрессуемость», вызываемая бытовыми неурядицами из-за не меньшей загруженности работой по дому, недостаточности внимания, уделяемого домочадцам и т.п. [5].

Многие авторы отмечают, что на формирование синдрома профессионального выгорания большое влияние оказывают личностные особенности. Более всего риску возникновения формирования синдрома профессионального выгорания подвержены лица, предъявляющие непомерно высокие требования к себе. В их представлении настоящий педагог – это образец профессиональной неуязвимости и совершенства. Входящие в эту категорию личности ассоциируют свой труд с предназначением, миссией, поэтому у них стирается грань между работой и частной жизнью [6].

К. Маслач и М. Лейтер также назвали основной причиной развития синдрома профессионального выгорания личностные черты и сформулировали новый подход к данной проблеме, основная идея которого заключается в том, что выгорание – результат несоответствия между личностью и работой. Увеличение этого несоответствия повышает вероятность возникновения выгорания. Авторы выходят за рамки интерперсонального подхода и рассматривают выгорание как проявление эрозии человеческой души в целом, независимо от типа профессиональной деятельности.

Проявление «синдрома эмоционального выгорания» приводит к возникновению дегуманизации, агрессивности, пессимизма, тревожности и иных разрушающих личность состояний и качеств.

Любая профессия инициирует образование профессиональных деформаций личности, но наиболее уязвимыми являются профессии типа «человек-человек», в том числе и профессия преподавателя вуза. Характер, степень выраженности деформаций зависят от характера деятельности, содержания деятельности, престижа профессии, стажа работы, индивидуально-психологических особенностей личности, а также гендера.

Таким образом, можно констатировать, что в условиях демократизации и гуманизации высшего образования возникла необходимость гармонизировать профессиональную деятельность самого преподавателя.

На основании анализа источников мы установили, что существуют различные подходы к определению критериев профессиональной компетентности преподавателя вуза, которые носят интегративный, целостный характер, являются продуктом профессиональной деятельности преподавателя вуза.

Для получения результатов исследования нами проведен эксперимент, в котором принял участие профессорско-преподавательский состав Инновационного Евразийского университета г. Павлодара. Всего 79 человек (56 женщин и 23 мужчин). В Испытуемые были разделены нами на 3 экспериментальные группы: 1 группа – преподаватели вуза в возрасте от 20 до 39 лет (мужчины и женщины); 2 группа – преподаватели вуза возраста 40–59 лет (мужчины и женщины) и 3 группа – преподаватели вуза возраста 60 и более лет (мужчины и женщины). Все полученные нами в ходе исследования показатели профессионального выгорания у преподавателей вуза по опроснику К. Маслач и С. Джексона в модификации Н.Е. Водопьяновой были сведены в таблицу 1.

Таблица 1 – Ранжирование показателей «синдрома профессионального выгорания» у преподавателей вуза различных возрастов

Возраст, лет	пол	Синдром профессионального выгорания								
		Эмоциональное истощение			Деперсонализация			Редукция личных достижений		
		н	с	в	н	с	в	н	с	в
20–29	м	66,6	33,4	0,0	0	33,4	66,6	0,0	66,6	33,4
	ж	23,8	61,9	14,3	33,3	28,6	38,1	0,0	28,6	71,4
30–39	м	0,0	66,6	33,4	0,0	66,6	33,4	0,0	33,4	66,6
	ж	54,5	45,5	0,0	63,6	9,0	27,4	0,0	45,5	54,5
Средние показатели 20–39	м	33,3	50,0	16,7	0,0	50,0	50,0	0,0	50,0	50,0
	ж	39,1	53,7	7,2	48,4	18,8	32,8	0,0	37,0	63,0
40–49	м	66,6	33,4	0,0	0,0	66,6	33,4	0,0	66,6	33,4
	ж	36,3	48,8	14,9	45,5	36,4	18,1	9,0	54,5	36,5
50–59	м	33,4	66,6	0,0	0,0	33,4	66,6	33,4	66,6	0,0
	ж	80,0	0,0	20,0	60,0	40,0	0,0	20,0	40,0	40,0
Средние показатели 40–59	м	50,0	50,0	0,0	0,0	50,0	50,0	16,7	66,6	16,7
	ж	58,1	24,4	17,5	52,8	38,2	9,0	14,5	47,3	38,2
0,00,060 и более лет	м	66,6	33,4	0,0	0,0	33,4	66,6	33,4	66,6	0,0
	ж	66,6	33,4	0,0	33,4	66,6	0,0	33,4	66,6	0,0

Примечание: н – низкий, с – средний, в – высокий

Для сравнения каждого из показателей СПВ у мужчин и женщин преподавателей вуза мы выделили их в отдельные таблицы, представленные ниже.

Таблица 2 – Ранжирование показателя «эмоциональное истощение» у преподавателей вуза – мужчин и женщин различных возрастов (%)

Показатель СПВ	Уровень	Возрастные группы					
		20-39		40-59		60 и более	
		муж	жен	муж	жен	муж	жен
Эмоциональное истощение	Низкий	33,3	39,1	51,5	58,1	66,6	66,6
	Средний	50,0	53,7	38,4	24,4	33,4	33,4
	Высокий	16,7	7,2	10,1	17,5	33,4	0,0

Так, результаты анализа распределения показателей «эмоциональное истощение» отраженный в таблице 2, позволяют говорить о том, что в 1-ой группе показатель эмоциональное истощение находится:

- на низком уровне у 33,3 % мужчин и 39,1 % женщин;
- на среднем уровне у 50,0 % мужчин и 53,7 % женщин;
- на высоком уровне у 16,7 % мужчин и 7,2 % женщин. Данная составляющая эмоционального выгорания проявляется в сниженном эмоциональном фоне, равнодушии или эмоциональном перенасыщении.

Во 2-ой группе данный показатель составил следующее соотношение:

- на низком уровне у 51,5 % мужчин и 58,1 % женщин;
- на среднем уровне у 38,4 % мужчин и 24,4 % женщин;
- на высоком уровне у 10,1 % мужчин и 17,5 % женщин. Эмоции недостаточно насыщены, отмечается равнодушие.

В 3-ей группе показатель эмоциональное истощение выявлен следующим образом:

- на низком уровне у 66,6 % мужчин и 66,6 % женщин;
- на среднем уровне у 33,4 % мужчин и 33,4 % женщин;
- на высоком уровне у 33,4 % мужчин.

Высокий уровень «эмоционального истощения» у женщин в данной группе не обнаружен.

Таким образом, самые высокие показатели данного фактора в нашем исследовании выявлены у 16,7 % мужчин в возрастном диапазоне 20–39 лет и у 17,5 % женщин в возрастном диапазоне 40–59 лет из числа обследованных нами преподавателей вуза. Высокие показатели «эмоционального истощения» рассматриваются как основа эмоционального выгорания, что проявляется в сниженном эмоциональном фоне, равнодушии или эмоциональном перенасыщении (рисунок 1).

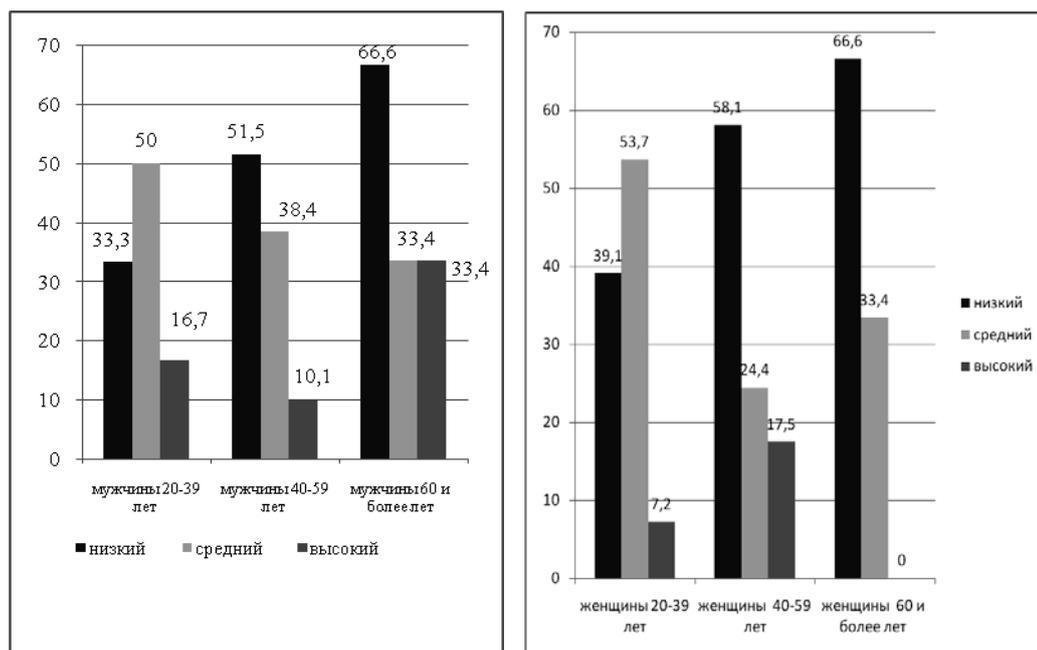


Рисунок 1 – Соотношение показателя «эмоциональное истощение» у мужчин (слева) и у женщин (справа) – преподавателей вуза различных возрастов

Сравнительный анализ показателя «деперсонализация», отраженного в таблице 3, позволяет говорить о том, что в 1-ой группе он распределен следующим образом:

- низкий уровень – у женщин 39,1 %;
- средний уровень – у 50,0 % мужчин и 53,7 % женщин;
- высокий уровень – у 16,7 % мужчин и 7,2 % женщин.

Во 2-ой группе преподавателей вуза выявлены следующие показатели данного фактора:

- низкий уровень – у 51,5 % мужчин и 58,1 % женщин;
- средний уровень – у 38,4 % мужчин и 24,4 % женщин;
- высокий уровень – у 10,1 % мужчин и 17,5 % женщин, для которого характерна деформация отношений с другими людьми.

А в 3-ей группе; преподавателей вуза показатель деперсонализации составил:

- низкий уровень – у 66,6 % мужчин и у женщин данной группы высокий уровень деперсонализации идентичный;
- средний уровень – у 33,4 % мужчин и 33,4 % женщин;
- высокий уровень – у и 33,4 % у мужчин, тогда как у женщин высокий уровень деперсонализации не выявлен.

Таблица 3 – Ранжирование показателя «деперсонализация» у преподавателей вуза – мужчин и женщин различных возрастов (%)

Показатель СПВ	Уровень	Возрастные группы					
		20-39		40-59		60 и более	
		муж	жен	муж	жен	муж	жен
Деперсонализация	Низкий	0,0	48,4	0,0	52,8	0,0	33,4
	Средний	50,0	18,8	50,0	38,2	33,4	66,6
	Высокий	50,0	32,8	50,0	9,0	66,6	0,0

Исходя из вышесказанного можно сделать вывод, что самый высокий уровень показателя «деперсонализации», выражающийся в деформации отношений с другими людьми или же в повышенной зависимости от окружающих, имеется у 50,0 % мужчин в возрастных диапазонах 20–39 лет и 40–59 лет и у 66,6 % мужчин в возрастном диапазоне 60 и более лет, а также у 32,8 % женщин в возрастном диапазоне 20–39 лет из числа испытуемых преподавателей вуза (рисунок 2).

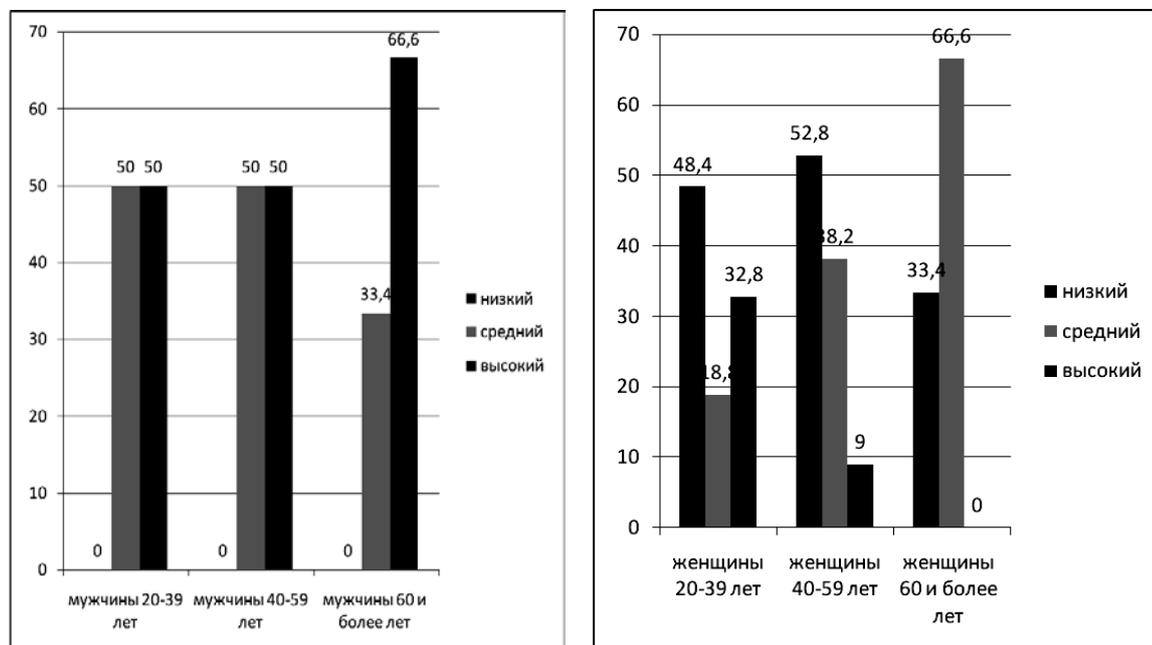


Рисунок 2 – Соотношение показателя «деперсонализация» у преподавателей вуза – мужчин (слева) и женщин (справа) различных возрастов

Данный показатель проявляется в широком диапазоне умонастроений и поступков преподавателя вуза в процессе общения. Прежде всего отмечается полная или частичная утрата интереса к человеку – субъекту профессионального действия. Он воспринимается как неодушевленный предмет, как объект для манипуляций – с ним приходится что-то делать. Объект тяготит своими проблемами, потребностями, неприятно его присутствие, сам факт его существования.

Полученные в результате исследования высокие показатели «деперсонализации» у преподавателей от 60 лет и более лет могут быть следствием внедрения компьютерных технологий, «бумажной» работы и бюрократизма, присущего в настоящее время системе образования, страх увольнения, т.е. в данном случае преобладают социальные причины наблюдаемого явления. Для мужчин всех возрастов обозначенные социальные причины играют более существенную роль.

Таблица 4 – Ранжирование показателя «редукция личных достижений» у преподавателей вуза – мужчин и женщин различных возрастов

Показатель СПВ	Уровень	Возрастные группы					
		20–39		40–59		60–39	
		муж	жен	муж	жен	муж	жен
Редукция личных достижений	Низкий	0,0	0,0	16,7	14,5	33,4	33,4
	Средний	50,0	37,0	66,6	47,3	66,6	66,6
	Высокий	50,0	63,0	16,7	38,2	0,0	0,0

Из таблицы 4 видно, что показатель «редукция личных достижений» в 1-ой группе составил:

- низкий уровень – у мужчин и женщин не обнаружен;
- средний уровень – у 50,0 % мужчин и у 37,0 % женщин;
- высокий уровень – у 50,0 % мужчин и у 63,0 % женщин.

Во 2-ой группе показатель редукция личных достижений находится на разном уровне:

- на низком уровне – у 16,7 % мужчин и у 14,5 % женщин;
- на среднем уровне – у 66,6 % мужчин и у 47,3 % женщин;
- на высоком уровне – у 16,7 % мужчин и у 38,2 % женщин, который проявляется в тенденции

к негативному оцениванию себя, своих профессиональных достижений и успехов, негативизме относительно служебных достоинств и возможностей, а также в редуцировании своих возможностей, обязанностей по отношению к другим.

В 3-ей группе редукция личных достижений выглядит следующим образом:

- низкий уровень у 33,4 % мужчин и 33,4 % женщин;
- на среднем уровне у 66,6 % мужчин и 66,6 % женщин.

Высокий уровень редукции личных достижений в данной группе у мужчин и женщин не обнаружен.

Таким образом, высокий уровень третьей составляющей эмоционального выгорания «редукции личностных достижений», которая может проявляться либо в тенденции негативно оценивать себя, занижать свои профессиональные достижения и успехи, негативизме по отношению к служебным достоинствам и возможностям либо в преуменьшении собственного достоинства, ограничении своих возможностей, обязанностей по отношению к другим, выявлен у 50 % мужчин и у 63 % женщин в возрастном диапазоне 20–39 лет, а также у 16,7 % мужчин и 38,2 % женщин в возрастном диапазоне 40–59 лет из числа обследованных преподавателей вуза (рисунок 3).

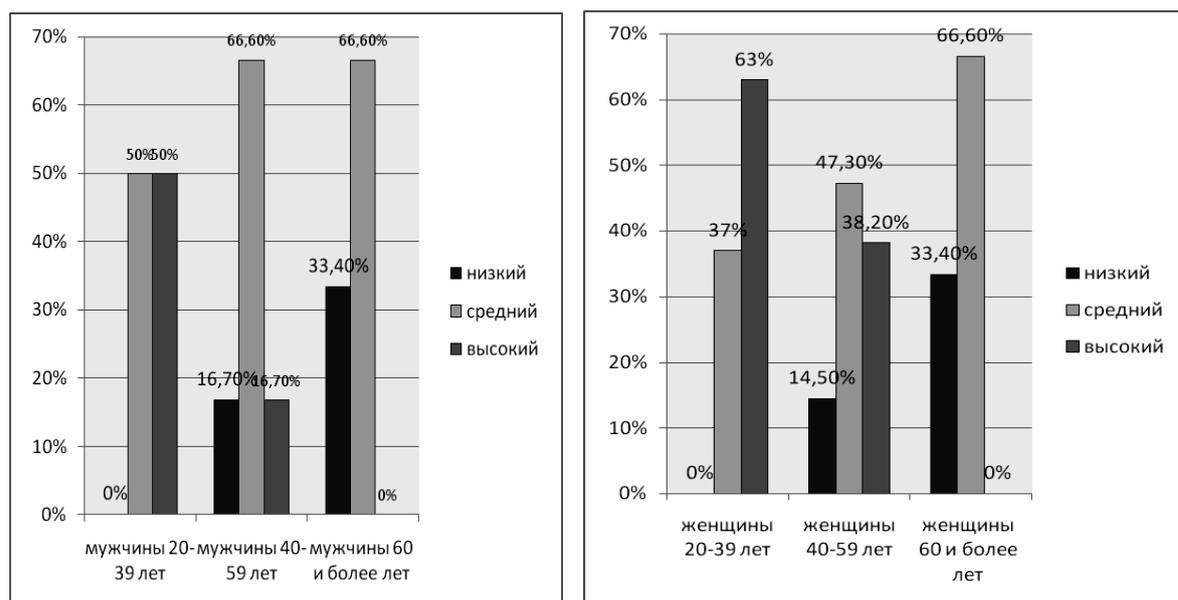


Рисунок 3 – Соотношение показателя «редукция личных достижений» у преподавателей вуза – мужчин (слева) и у женщин (справа) различных возрастов

С нашей точки зрения, наличие полученного результата исследования можно объяснить тем, что женщины чаще переживают внутренне противоречие между работой и семьей, т.е. испытывает постоянный внутриличностный конфликт, в связи с профессиональной работой.

Результаты нашего исследования говорят о том, что СПВ больше подвержены преподаватели вуза в возрастном диапазоне 20–39 лет, где у 63,0 % женщин и у 50,0 % мужчин выявлен высокий показатель «редукции личных достижений», а также показатель «деперсонализации» – 50 %, что обуславливает напряженность (психологический стресс) в отношении собственных успехов или достижений.

Высокий показатель «деперсонализации» выявлен у мужчин – преподавателей вуза во 2-ой группе (40–59 лет) – 48,3 % и у мужчин в возрастной группе 60 и более лет – 66,6 % от числа обследованных. В некоторых исследованиях подтверждается чувствительность старшего возраста к данному синдрому.

Наше же исследование показало, что наиболее чувствительными к выгоранию являются не только преподаватели вуза старшего возраста (60 и более лет), но и преподаватели вуза в возрастном диапазоне 20–39 лет.

Исследуя данную проблему, мы обнаружили, что наличие СПВ приводит к негативным изменениям в состоянии личности профессионала и наносит вред человеку и его работе. Однако, Д.Г. Трунов [7] в своей статье отмечает, что нельзя однобоко подходить к данному явлению. Он представляет симптомы «выгорания» как внешние проявления некоторых естественных процессов, происходящих в работнике во время выполнения им должностных обязанностей. Автор позитивно относится к симптомам «выгорания», как к сигналам, идущим из «внутренней сферы» в «сферу сознания», как способу коммуникации между «скрытым» и «понятым», неосознанным и осознанным.

Однако, несмотря на мнение отдельных ученых [8] о некоем положительном влиянии СПВ, следует отметить, что оно опасно своими последствиями. С нашей точки зрения, если не обращать внимания на появившиеся признаки выгорания, то дальше могут последовать такие проявления, как депрессии, нервные срывы, психосоматические расстройства, которые оказывают негативное влияние на эффективность деятельности преподавателя вуза.

Таким образом, на основании полученных данных можно сделать заключение о том, что СПВ в той или иной мере подвержены преподаватели всех возрастов. Рассматривая специфику влияния пола на компоненты выгорания, мы можем отметить, что у мужчин более высокие баллы по деперсонализации, а женщины в большей степени подвержены редукции личных достижений, что подтверждает нашу частную гипотезу о том, что синдром профессионального выгорания как социальный компонент интегрального здоровья преподавателя вуза проявляется в зависимости от гендерной направленности его личности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1 Филипов А.В. Работа с кадрами. Психологический аспект. – М., 1990. – 168 с.
- 2 Орел В.Е. Синдром психического выгорания личности: Монография. – Ярославль: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. – 330 с.
- 3 Малкина-Пых И.Г. Гендерная терапия. – М.: Эксмо, 2008. – 928 с.
- 4 Орел В.Е. Феномен выгорания в зарубежной психологии // Психологический журнал. – 2001. – № 1. – С. 16–21.
- 5 Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» учителя. – М.: Просвещение, 2004 – 356 с.
- 6 М. И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович. Психологические предпосылки повышения эффективности деятельности преподавателя вуза. – Минск: Изд-во, 1978. – 398 с.
- 7 Трунов Д.Г. «Синдром сгорания»: позитивный подход к проблеме // Журнал практического психолога. – 1998. – № 8. – С. 84–89.
- 8 Бендас Т.В. Гендерная психология. – СПб.: Питер, 2006. – 431 с.

REFERENCES

- 1 Filipov A.V. Rabota s kadrami. Psychologicheskij aspekt. – M., 1990. – 168 s.
- 2 Orel V.E. Sindrom psihicheskogo vigo-raniya lichnosti: monografiya. – Yaroslavl: Izd-vo «Institut psihologii RAN», 2005. – 330 s.
- 3 Malkin-Pykh I.G. Gendernaya terapiya. – Moskva: Eksmo, 2008. – 928 s.
- 4 Orel V.E. Fenomen vigo-raniya v zarubeznoy psihologii// Psychologicheskij zurnal. – 2001. – No. 1. – S. 16– 21.
- 5 Formanyuk T.V. Sindrom «emocionalnogo sgoraniya» uchitelya – M.: Prosvetshenie, 2004. – 356 s.
- 6 Dyachenko M.I., L.A. Kandybovich. Psychologicheskie predposilki povischeniya effektivnosti deyatelnosti prepodavatelyavuza. – Minsk: Izd-vo, 1978. – 398 s.
- 7 Trunov D.G. «Sindrom sgoraniya»: positivniy podhod k probleme // Zurnal practicheskogo psychologa. – 1998. – No. 8. – S. 84– 89.
- 8 Bendas T.V. Gendernaya psychologiya. – SPb.: Piter, 2006. – 431 s.

ТҮЙІН

Д.Т. Бегалинова

Инновациялық Еуразия университеті (Павлодар қ.)

Е.М. Раклова, *психология ғылымдарының кандидаты*

Инновациялық Еуразия университеті (Павлодар қ.)

ЖОО оқытушыларының кәсіби күйі синдромына гендерлік аспектілерінің әсері

Жұмыста кәсіби жанып кетудің критерийлерін анықтау үшін әр түрлі әдістері және осы процеске жыныс әсерінің ерекшелігі қарастырылады. Осы мақалада кәсіби жанып кетуі синдромының ұшығуы гендерлік тәсілігінің және жасына тәуелді болатын гипотезасы дәлелденген және нәтижелер көрсетілген.

Түйін сөздер: *кәсіби жанып кетуінің синдромы, сезімдік таусылу, кәсіби әрекет, педагогикалық өмір сүру ұзақтығы.*

RESUME

D.T. Begalinova

Innovative University of Eurasia (Pavlodar)

E.M. Raklova, *candidate of psychological sciences, acting associate professor*

Innovative University of Eurasia (Pavlodar)

Influence of the gender aspect on the professional burnout syndrome of university teachers

The paper considers various approaches to determining the criteria for professional burnout, as well as the specificity of the effect of sex on this process. The article presents the results and confirms the hypothesis that the burnout syndrome manifests itself depending on gender and age.

Keywords: *professional burnout syndrome, emotional exhaustion, professional activity, pedagogical longevity.*