

## ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ НА РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

**З.Я. Сынтимирова, ассистент**

**Л.Ю. Жуковская, старший преподаватель**

**Уфимский государственный авиационный технический университет, филиал в г. Ишимбай**

**(Россия, г. Ишимбай)**

DOI:10.24412/2500-1000-2022-1-3-48-52

***Аннотация.** В статье рассматриваются факторы влияния на развитие эмоционального выгорания педагогов общеобразовательных учреждений. Целью статьи является определить факторы влияния на развитие эмоционального выгорания педагогов общеобразовательных учреждений. Методами исследования являются анализ и обобщение научно-методических источников по проблеме исследования. Актуальность статьи обоснована тем, что в современных условиях на педагога общеобразовательных учреждений воздействуют множество факторов, обусловленных спецификой педагогической деятельности: большим количеством социальных контактов, высокой ответственностью, недостаточность самореализации и обратной связи и другие, которые приводят к возникновению эмоционального выгорания, негативно воздействующего как на содержание деятельности педагога, так и на его личность. Результатом влияния данных факторов может стать эмоциональное выгорание, негативно воздействующее как на содержание деятельности педагога, так и на его личность. Эмоциональное выгорание педагогов рассматривается как необъемлемый процесс их профессиональной деятельности, присущий специалистам профессий «человек-человек». Выявлены характерные причины возникновения эмоционального выгорания у педагогов общеобразовательных учреждений. Определено, что факторы влияния на развитие эмоционального выгорания педагогов общеобразовательных учреждений охватывают внешние и внутренние условия среды. Выявлено, что к основным факторам влияния относятся индивидуально-психологические, социально-психологические, организационно-психологические, личностные.*

***Ключевые слова:** фактор, влияние, эмоциональное выгорание, педагог, личность.*

В современных условиях на педагога общеобразовательных учреждений воздействуют множество факторов, обусловленных спецификой педагогической деятельности: большим количеством социальных контактов, высокой ответственностью, недостаточность самореализации и обратной связи и др. факторы. Результатом влияния данных факторов может стать эмоциональное выгорание, негативно воздействующее как на содержание деятельности педагога, так и на его личность [3].

Большинство исследователей рассматривают эмоциональное выгорание педагогов как необъемлемый процесс их профессиональной деятельности, присущий специалистам профессий «человек-человек».

Целью статьи является определить факторы влияния на развитие эмоционального

выгорания педагогов общеобразовательных учреждений. Методами исследования являются анализ и обобщение научно-методических источников по проблеме исследования.

Согласно определению Н.В. Мальцевой, эмоциональное выгорание представляет собой сложный, динамичный процесс в педагогической деятельности. По мнению В.В. Бойко, данный процесс есть механизм психологической защиты от влияния травмирующих факторов. В свою очередь, в работах Е. Эделвич и А. Бродского выгорание считается разрушительным процессом, негативно влияющим на личность, позитивность восприятия, что влечет за собой потерю мотивации, снижение самооценки, веры в себя [1].

Д. Этзион отмечает несоответствие между ожиданиями индивида и требованиями окружающей среды – такой дисбаланс приводит к постоянному продолжающему стрессу [1].

О.Н. Гнездилова отмечает, что основной задачей выходя из данного состояния будет являться активизация личностных и творческих ресурсов. По мнению В.Е. Орла, эмоциональное выгорание оказывает сильное влияние на личность и на мотивацию человека. Автор отмечает взаимосвязь стажа и возраста с эмоциональным выгоранием [4].

Н.В. Лазарева определила данный процесс как педагогический кризис, обосновав их следующими противоречиями:

- между стремлением к инновациям и применению новых методов и невозможностью их реализовать вследствие разных причин (сроки, непонимание коллег, ожидаемый результат), что вызывает чувство тревоги, одиночества, утраты веры в себя;

- между стремлением изменить ситуацию и незнанием / непониманием способов ее изменения;

- между желанием делать что-то новое и шаблонности приемов, методов, форм работы с детьми [3].

К данному списку целесообразно добавить психологические факторы по Т.Н. Рогинской, к которым относятся:

- неумение общаться, неэмоциональность;

- неспособность к эмпатии, высказать собственные чувства и эмоции;

- наличие внутренней тревожности (боязнь большого количества детей, страх не справиться и т.д.);

- стремление заменить / забыть проблему в деятельности;

- отсутствие желания самореализоваться посредством личностных ресурсов [8].

Согласно О.В. Кузнецовой, существует зависимость эмоционального выгорания от пола. Женщины чаще подвержены риску возникновения психических заболеваний и стрессу. Ситуация усугубляется рядом причин: загруженность на работе и домашними делами, неудовлетворенность недостаточным вниманием к членам семьи. Кроме того, к педагогу как профессии

оналу и личности предъявляются высокие требования, что также отражается на стирании границ между работой и личной жизнью.

В.Е. Орел и Т.В. Форманюк также указывали на большую подверженность эмоциональному выгоранию женщин [6].

Е.С. Старченкова и Н.Е. Водопьянова проводили исследования зависимости эмоционального выгорания от стажа работы [2]. Авторы пришли к выводу о том, что и начинающие специалисты, и педагоги с большим стажем работы подвержены данному процессу, но по разным причинам:

- начинающие специалисты: адаптация в профессиональной деятельности, коллектив, требования к профессии педагога, условия труда;

- педагоги с большим опытом работы: длительность стрессов, возникающих в процессе работы.

Кроме того, авторы отметили, что семейное положение оказывает положительное влияние на мужчин-педагогов и отрицательное на женщин-педагогов.

По мнению Н.А. Аминова, эмоциональному выгоранию подвержены люди, которые:

- а) сознательно выбрали педагогическую деятельность;

- б) имеют слабую нервную систему;

- в) обладают социальной направленностью интеллекта;

- г) обладают социальной ориентацией на совместную деятельность [7].

В исследованиях В.Е. Орла отмечается, что отдых в работе положительно влияет на эмоциональное состояние педагога, однако полностью возвращается в среднем через три-четыре недели. В данном случае необходима целенаправленная систематическая работа с педагогами: с психологом, консультантом, совместно с коллегами [6, 9].

В работе А.К. Марковой приводятся характерные причины возникновения эмоционального выгорания у педагогов общеобразовательных учреждений:

- информационный стресс вследствие большой ответственности и большого количества задач;

- эмоциональный стресс, возникающий вследствие обид, тревоги и опасений за здоровье детей, в результате которого нарушаются мотивация, двигательное и речевое поведение, возникают эмоциональные изменения [5].

На основе классификации В.Е. Орла сформулируем факторы возникновения эмоционального выгорания у педагогов общеобразовательных учреждений:

- личностные факторы: самооценка, тревожность, локус контроля, выносливость, экстраверсия, выносливость, стиль сопротивления;

- организационные факторы: условия работы, число потребителей образовательных услуг, продолжительность рабочего дня, рабочие перегрузки, содержание труда, острота проблем, обратная связь, дефицит времени;

- социально-демографические факторы: возраст, пол, уровень образования, семейное положение, стаж работы;

- социально-психологические: взаимоотношения в организации, отношение к объекту труда [6].

Как видно, к основным факторам отнесены условия внешней среды, условия работы и содержание работы.

В исследовании Е.Ю. Костина выделены две группы факторов, влияющих на возникновение эмоционального выгорания [10]. К внешним факторам автор относит специфику педагогической деятельности, в частности, высокую степень ответственности, необходимость сопереживания, сочувствия, эмпатии, условия труда, например: низкую оплату труда, неудовлетворенность работой, напряженный характер и график работы, отсутствие позитивной атмосферы в коллективе, неудовлетворенность работой, инклюзивность образования. К внутренним факторам автором отнесены:

- нарушения в коммуникативном взаимодействии: неспособность разрешать

сложные ситуации с родителями, обучающимися, администрацией, решать собственные проблемы;

- нарушения ролевого статуса: материальные и жилищные затруднения;

- проблемы психологического характера: недостаток внимания членам семьи, сложности в отношениях с супругом, неудовлетворенность самореализацией;

- сложности социально-психологического характера: большое количество обучающихся в классе, нарушение контроля, сопротивление родителей, апатия, негативное поведение обучающихся.

Исходя из факторов, выделенных В.Е. Орлом, Е.Ю. Костиным, целесообразно отметить, что работа педагога общеобразовательного учреждения относится к стрессогенным.

Таким образом, на основе проведенного исследования целесообразно сделать следующие выводы:

1. Факторы влияния на развитие эмоционального выгорания педагогов общеобразовательных учреждений охватывает внешние и внутренние условия среды.

2. К основным факторам влияния следует отнести:

- индивидуально-психологические, отражающие несоответствие ожиданий педагога реальным условиям работы;

- социально-психологические, включающие коммуникативную нагрузку, необходимость социальной направленности деятельности;

- организационно-психологические, отражающие недостаток обратной связи, поддержки, условиях работы и развития, рост числа родителей с высоким уровнем тревожности и конфликтности;

- личностные, среди которых можно выделить эмоциональное состояние, стремления, низкую мотивацию.

**Библиографический список**

1. Бойко В.В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении. – СПб.: Питер, 2016. – 220 с.
2. Водопьянова Н.Е. Синдром «психического выгорания» в коммуникативных профессиях. – СПб.: Питер, 2017. – 198 с.
3. Киселева Т.Г. Профилактика эмоционального выгорания педагогов // Проблемы современной науки и образования. – 2015. – №9 (39). – С. 25-28.
4. Ляшенко В.Г. Концептуальные модели и факторы профессионального выгорания педагогов в учреждении высшего образования / В.Г. Ляшенко, Т.В. Целютина // StudNet. – 2020. – №8. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/kontseptualnye-modeli-i-factory-professionalnogo-vygoraniya-pedagogov-v-uchrezhdenii-vysshego-obrazovaniya> (дата обращения: 17.12.2021).
5. Магомедова Л.В. Синдром эмоционального выгорания педагога, влияющий на продуктивную деятельность в коллективе // Вестник науки и образования. – 2019. – №17 (71).
6. Орел В.Е. Исследование феномена психического выгорания в отечественной и зарубежной психологии // Проблемы общей и организационной психологии. – Ярославль: Изд-во ЯГУ, 2011. – С. 76-97.
7. Пак С.Н. Основные аспекты синдрома профессионального выгорания педагогов // Современные проблемы науки и образования. – 2016. – № 6. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=25469> (дата обращения: 16.09.2020).
8. Писаревская М.А. Эмоциональное выгорание педагога и его психологическое благополучие // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019. – №4. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://mir-nauki.com/PDF/35PDMN419.pdf> (дата обращения: 16.12.2021).
9. Скворцов Н.А. Проявления эмоционального выгорания педагогов // Материалы XII Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум». – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://scienceforum.ru/2020/article/2018019919> (дата обращения: 15.09.2020).
10. Третьякова В.С. Исследование синдрома эмоционального выгорания в педагогической среде // Профессиональное образование и рынок труда. – 2019. – №2.

**FACTORS OF INFLUENCE ON THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL BURNOUT OF TEACHERS OF EDUCATIONAL INSTITUTIONS**

**Z.Ya. Syntimirova**, *Assistant*

**L.Yu. Zhukovskaya**, *Senior Lecturer*

**of the Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "**

**Ufa State Aviation Technical University, Branch in Ishimbai**

**(Russia, Ishimbai)**

***Abstract.** The article considers the factors of influence on the development of teachers' emotional burnout who work in educational institutions. The purpose of the article is to determine the factors influencing the development of emotional burnout among teachers of educational institutions. The research methods are the analysis and generalization of scientific and methodological sources on the research problem. The relevance of the article is justified by the fact that in modern conditions a teacher of educational institutions is influenced by many factors due to the specifics of pedagogical activity: a large number of social contacts, high responsibility, lack of self-realization and feedback, and others, which lead to the occurrence of emotional burnout, which negatively affects both the content activities of the teacher, and on his personality. The result of the influence of these factors can be emotional burnout, which negatively affects both the content of the teacher's activity and his personality. Emotional burnout of teachers is considered as an integral process of their professional activity, inherent in specialists in the professions «person-to-person». The characteristic reasons for the occurrence of emotional burnout among teachers of educational institutions have been revealed. It is determined that the factors influencing the development of emotional burnout of teachers of educational institutions cover the external and internal conditions of the environment. It was revealed that the main factors of influence are individual psychological, social psychological, organizational psychological, personal.*

***Keywords:** factor, influence, emotional burnout, teacher, personality.*