

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2019, №5, Том 7 / 2019, No 5, Vol 7 <https://mir-nauki.com/issue-5-2019.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/14PSMN519.pdf>

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Рудакова Е.Н. Эмоциональное выгорание и особенности мотивации педагога как предпосылки деструктивных проявлений в современной школе // Мир науки. Педагогика и психология, 2019 №5, <https://mir-nauki.com/PDF/14PSMN519.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

**For citation:**

Rudakova E.N. (2019). Emotional burnout and features of teacher motivation as a prerequisite for destructive manifestations in a modern school. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 5(7). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/14PSMN519.pdf> (in Russian)

*Грант ФГБОУ ВО "БГУ" имени Д. Банзарова №19-13-0502 "Комплексное исследование системы показателей безопасности личности в образовательном пространстве современной Бурятии"*

УДК 159.9

**Рудакова Елена Николаевна**

ФГБОУ ВО «Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова», Улан-Удэ, Россия

Аспирант

E-mail: [rudakova555@rambler.ru](mailto:rudakova555@rambler.ru)

## **Эмоциональное выгорание и особенности мотивации педагога как предпосылки деструктивных проявлений в современной школе**

**Аннотация.** Предметом исследования является взаимосвязь различных типов мотивации педагогов на процесс и результат деятельности и эмоционального выгорания. Объектом исследования являются ориентации педагогов общеобразовательных школ на процесс и результат деятельности. Автор в рамках диссертационного исследования рассматривает такие аспекты темы как проявление побудительных возможностей процессуальной мотивации в случае установления баланса между требованиями внешней среды и внутренними возможностями личности. Особое внимание уделяется рассмотрению выгорания через призму мотивационных предпочтений и перемещению внимания со способов борьбы с выгоранием на методы профилактической работы. В статье приведены результаты эмпирического исследования, проведенного в 2017–2018 годах среди педагогов младших и старших классов средних общеобразовательных школ Улан-Удэ по следующим методикам: «Диагностика социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере» О.Ф. Потемкиной; методика «Диагностика эмоционального выгорания личности» В.В. Бойко. Индивидуально-психологический подход к развитию синдрома эмоционального выгорания недостаточно изучен именно среди современных педагогов. Исследования влияния процессуальной мотивации на развитие эмоционального выгорания представителей других профессий показывают обратные результаты, что требует прояснения влияния других характеристик, в частности условий осуществления деятельности, внешней среды. Основным выводом проведенного исследования является необходимость комплексного изучения мотивационной сферы личности в контексте ее безопасности и профилактики развития синдрома эмоционального выгорания. Вкладом автора в исследование темы является необходимость решения проблемы по созданию условий, способствующих удовлетворению внутренних мотивов педагогов, что позволит улучшить психологический климат во взаимодействии всех участников образовательного процесса. В рамках исследования феномен эмоционального выгорания рассматривается с позиций экзистенциального подхода.

**Ключевые слова:** мотивация; эмоциональное выгорание; ориентация на результат; ориентация на процесс; педагоги; деятельность; активность мотивации

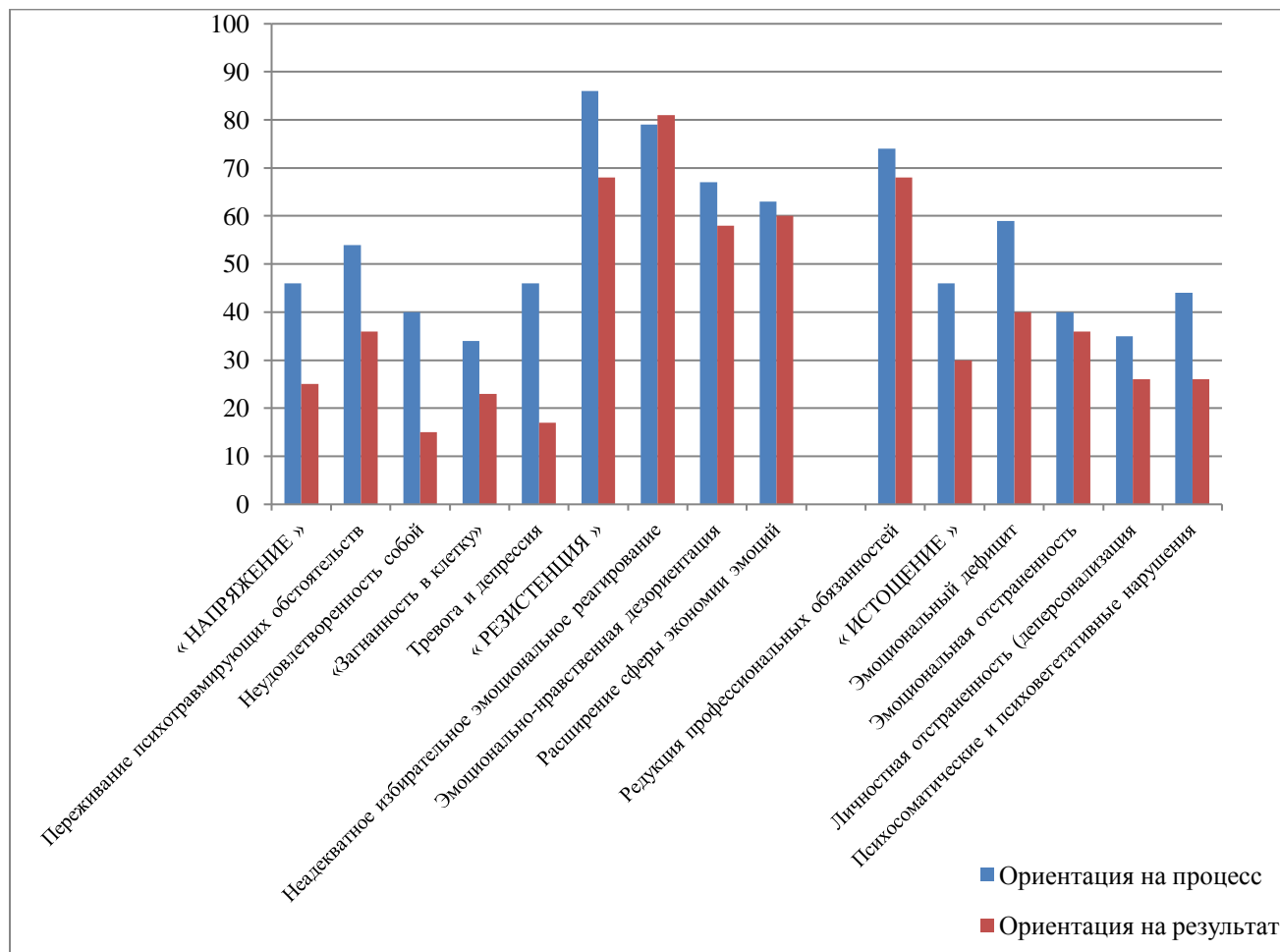
Актуальность поиска причин деструктивных проявлений в современной школе обусловлена трагичной статистикой суицидального поведения несовершеннолетних в России. По данным исследования, проведенного Центром по контролю заболеваний (CDC), каждый двенадцатый подросток в возрасте 13–17 лет пытается совершить попытку самоубийства. По данным уполномоченного по правам ребенка в Бурятии, отмечается рост попыток суицида на 10 % в 1 полугодии 2019 г. по сравнению с аналогичным периодом 2018 года. Так, среди причин суицидальных попыток наряду с психологическими травмами, стрессами, любопытством и с целью привлечения внимания, проблемы в школе в общем итоге составляют 36 случаев из 52. Перечень причин суицидального поведения имеет широкий спектр и связан с изменениями традиционных ориентиров, семейных ценностей, повышенным уровнем тревоги и агрессии, тем не менее важен анализ причин деструктивных проявлений в современной школе. Создание комфортной среды возможно при условии сохранения психологического здоровья всех участников образовательного процесса, в связи с чем изучение эмоционального выгорания педагогов является актуальным.

В широко представленных исследованиях современных авторов синдрома эмоционального выгорания недостаточно изучен вопрос о психологических предпосылках формирования и развития его симптомов, что влияет на разработанность методов превентивного реагирования [1]. Усиленное внимание к проявлениям тревожных, депрессивных состояний и другим симптомам эмоционального выгорания связано в первую очередь с эффективностью педагогической деятельности и психологическим здоровьем участников образовательного процесса в целом. Следует отметить, что по данным мониторинга ОНФ «Школьники: ориентиры и ценности», в 2018 г. за год с 35 до 28 % снизилась доля удовлетворенных учебной школьниками. Поэтому важно установить социально-психологические предпосылки формирования эмоционального выгорания.

Первостепенное значение для решения поставленных нами задач имеют исследования, непосредственно направленные на изучение взаимосвязи мотивационной сферы личности и поведенческих конструктов. Применяя подход Б.Ф. Ломова [2], построенный на идее системной детерминации психики и поведения, ряд исследователей [3] в качестве основных детерминант выгорания определяют мотивационные ориентации личности. О зависимости эмоционального выгорания от особенностей личности писал Е.П. Ильин [4], особо выделяя способствующие этому эмпатию, увлекаемость, интровертированность. Переживание удовольствия от процесса деятельности – это «возникающий и поддерживаемый у субъекта по ходу выполнения мобилизующего задания интерес к содержанию трудовой деятельности. Необходимым условием возникновения процессуальной мотивации является, как это следует из определения, выбор субъектом мобилизующего трудового задания, то есть задания оптимального уровня сложности, а именно, с одной стороны, ориентирующего субъекта на достижение максимально возможного результата, а с другой – соответствующего его возможностям, умениям и навыкам» [5]. В.Г. Асеев в рамках ресурсного подхода характерной чертой процессуальной мотивации считает высокий интерес к «функциональной развертке трудовой деятельности» [6].

В основу проведенного исследования положена гипотеза о наличии взаимосвязи различных типов мотивации и эмоционального выгорания педагогов. В целях исследования проанализирован выборка респондентов в количестве 192 педагогов общеобразовательных школ г. Улан-Удэ, стаж работы составил от 1 года до 37 лет. Согласно методике «Диагностика эмоционального выгорания личности» (В.В. Бойко) проведена диагностика симптомов

эмоционального выгорания. Ценностные ориентации педагогов были диагностированы с использованием теста О.Ф. Потемкиной «Методика диагностики социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере». Таким образом, выборка была дифференцирована по типам ориентаций на результат (53 человека или 28 %) и процесс деятельности (111 человек или 58 %). Сформированы группы с различной степенью выраженности проявлений профессиональной деструкции у педагогов с мотивацией на результат и процесс деятельности. Исследование проводилось анонимно, опрос был организован минуя административный аппарат управления образовательного учреждения.



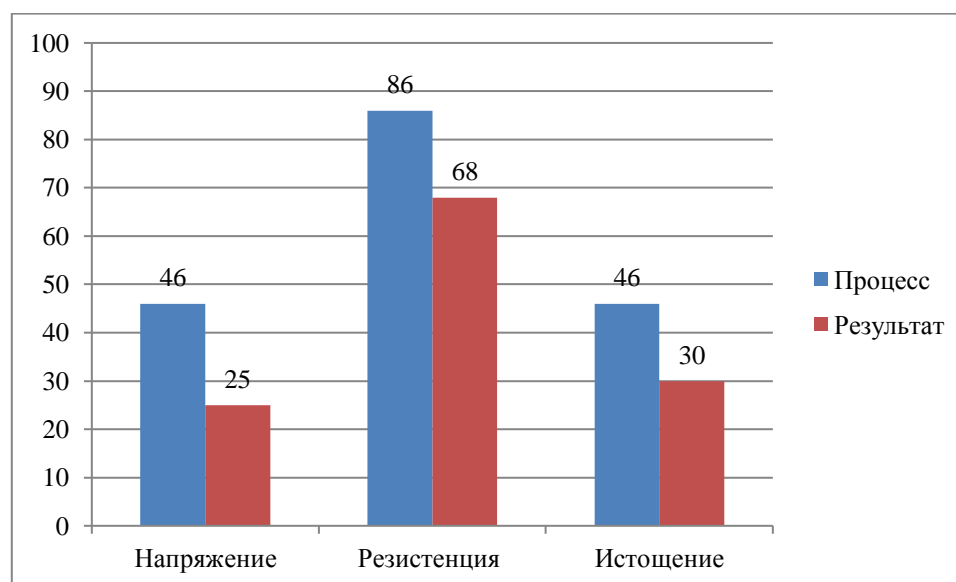
**Рисунок 1.** Фазы (симптомы) эмоционального выгорания, баллы (составлено автором)

Результаты исследования подтверждают тревожную картину о высокой степени выраженности синдрома эмоционального выгорания, практически у половины педагогов эмоциональное выгорание на значительном уровне. На диаграмме наглядно видна закономерность более заметной сформированности эмоционального выгорания у педагогов с мотивацией на процесс деятельности. Исключение составляет симптом «Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование» в фазе «Резистенция», демонстрируется некоторое преобладание показателя у респондентов с мотивацией на результат деятельности.

В результате изучения был получен материал, анализ которого позволил заключить, что статистически значимые различия между педагогами с мотивацией на процесс и результат (применены Т-критерий Стьюдента, Н-критерий Краскела-Уоллиса) при оценке сформированности синдрома эмоционального выгорания отмечаются по всем фазам (при  $p \leq 0,01$ ), включая симптомы:

- Переживание психотравмирующих обстоятельств (при  $p \leq 0,01$ ).

- Неудовлетворенность собой (при  $p \leq 0,01$ ).
- Тревога и депрессия (при  $p \leq 0,01$ ).
- Расширение сферы экономии эмоций (при  $p \leq 0,05$ ).
- Редукция профессиональных обязанностей (при  $p \leq 0,05$ ).
- Эмоциональный дефицит (при  $p \leq 0,01$ ).
- Психосоматические и психовегетативные нарушения (при  $p \leq 0,01$ ).



**Рисунок 2.** Удельный вес педагогов с формирующимися или сформировавшимися симптомами эмоционального выгорания, % (составлено автором)

Как видно на диаграмме, по всем фазам эмоционального выгорания наибольший удельный вес (от 46 % по фазам «напряжение» и «истощение» до 86 % по фазе «резистенция») занимают показатели педагогов с процессуальной мотивацией деятельности и превышение от таких показателей по педагогам с мотивацией на результат составляет от 16 до 21 процента. Для уточнения гипотезы нами проведен анализ с использованием метода непараметрической статистики и рассчитан t-критерий Стьюдента. Полученные эмпирические значения позволили установить статистическую значимость различий в симптомах эмоционального выгорания по независимым выборкам по педагогам с мотивацией на процесс и результат.

Корреляционный анализ Пирсона позволил выделить синдром эмоционального выгорания педагога в качестве взаимосвязанной переменной с показателями мотивации профессиональной деятельности. В частности, установлена прямая корреляционная связь между мотивацией на процесс и сформированностью фаз «резистенция» ( $k = 0,174$  при  $p \leq 0,10$ ) и «истощение» ( $k = 0,176$  при  $p \leq 0,10$ ). Наибольшую обеспокоенность вызывает выраженность психосоматических и психовегетативных нарушений у педагогов с процессуальной мотивацией. Чем выше мотивация на процесс, тем больше баллов по этому показателю ( $k = 0,278$  при  $p \leq 0,01$ ).

Исследование подтвердило гипотезу о связи эмоционального выгорания и мотивации профессиональной деятельности педагогов. Подобные выводы можно встретить в трудах А. Цуцуми и Н. Каваками [7], которые считают энтузиазм предиктором психологического истощения. Ронгинская Т.И. считает, что выраженная увлеченность и зависимость от работы становятся причиной эмоционального выгорания [8]. Вместе с тем, некоторые авторы представляют противоположные результаты исследований особенностей проявления синдрома

профессионального выгорания и уровня сформированности процессуальной мотивации. Например, высокий уровень выгорания является следствием низких показателей внутренней мотивации старшего и среднего медицинского персонала [3]. Ведущую роль в процессе возникновения эмоционального выгорания В.Е. Орел [9] отводит организационным факторам: социально-психологическая среда, содержательный аспект деятельности, а главное – условия работы.

Исследования в этом плане показали, что внутренняя, интринсивная и процессуальная типы мотивации рассматриваются как подобные основы поведения, связанные с содержанием деятельности. Выявившиеся закономерности расположенности педагогов с мотивацией на процесс к эмоциональному выгоранию являются адаптивной реакцией на ограничения объективного и субъективного характера в профессиональной деятельности педагогов, невозможностью проявить свободу в выборе цели, почувствовать самодостаточность внутри себя и высокую интенсивность. Характеристикой процессуальной мотивации может выступать увлеченность работой, проявленная в энергичности, включенности в процесс [12]. О.В. Полунина [11] считает возможными различные сочетания уровней выраженности увлеченности работой и профессионального выгорания. При этом отмечает непродолжительность сочетания высоких уровней данных феноменов ввиду «чрезмерных энергетических затрат».

### Выводы

1. В качестве переменной, характеризующей взаимозависимость процессуального интереса к работе и выгорания, являются особенности деятельности педагога в современной школе. Не ставя задачу рассмотреть детерминанты выгорания педагога, можно сделать вывод, что высокие показатели эмоционального выгорания характеризуют педагогическую среду как деструктивную, что неизменно влечет снижение показателей деятельности.
2. У современных педагогов не соблюдается устойчивое равновесие между нагрузками и поведенческими подходами к совладанию с ними. Можно говорить о необходимости принятия модели психологического сопровождения педагогов, в основу которой должны быть положены принципы эффективного обучения аутокомпетентности, психотехникам самовоздействия и влияния на других участников образовательного процесса.
3. Если объективные параметры педагогической деятельности не восполняют внутренние ресурсы современного педагога, то процессуальная мотивация приводит к формированию синдрома эмоционального выгорания. Ориентации учителей на процесс и результат деятельности, активность мотивации должны быть приняты во внимание при изучении явления выгорания, учитывая роль профессии.
4. Высокая увлеченность деятельностью приводит к затратам внутренней энергии (ресурсный подход). Данный подход не должен остаться незамеченным при разработке и внедрении мероприятий превентивного характера по снижению выгорания.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Князев В.Н., Ремизова К.А. Современное состояние проблемы эмоционального выгорания в психологической науке / В.Н. Князев // Вестник Государственного университета управления. – 2017. №5. – С. 181–189.
2. Ломов Б.Ф. Системность в психологии / Б.Ф. Ломов. – Москва: Институт практической психологии, МОДЭК, 1996. – 384 с.
3. Березовская Р.А., Кишка Т.Н. Роль процессуальной мотивации в развитии синдрома выгорания / Р.А. Березовская // Выгорание и профессионализация: сб. науч. тр. / под ред. В.В. Лукьянова, А.Б. Леоновой, А.А. Обознова, А.С. Чернышева, Н.Е. Водопьяновой; Курск. гос. ун-т. – Курск, 2013. – 440 с.
4. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2002. – 512 с.
5. Бондаренко П.Н. Личностные детерминанты процессуальной мотивации трудовой деятельности: диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук. М., 2010. 188 с.
6. Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирование личности / В.Г. Асеев. – Москва: Мысль, 1976. – 158 с.
7. Tsutsumi A., Kawakami N. A review of empirical studies on the model of effort-reward imbalance at work: reducing occupational stress by implementing a new theory // Social Science and Medicine. 2004 V. 59 P. 2325–2359.
8. Ронгинская Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях / Т.И. Ронгинская // Психол. журн. – 2002. Т. 23 N 3 С. 85–95.
9. Орел В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования и перспективы / В.Е. Орел // Психологический журнал. – 2001. № 1. С. 89–100.
10. Maslach C., Leiter M.P. The truth about burnout: How organization cause personal stress and what to do about in. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 1997.
11. Полунина О.В. Увлеченность работой и профессиональное выгорание: особенности взаимосвязей / О.В. Полунина // Психологический журнал. – 2009. – Т. 30, № 1. – С. 73–85.



**Rudakova Elena Nikolaevna**

Buryat state university named after D. Banzarov, Ulan-Ude, Russia

E-mail: rudakova555@rambler.ru

## **Emotional burnout and features of teacher motivation as a prerequisite for destructive manifestations in a modern school**

**Abstract.** The subject of the study is the relationship of various types of motivation of teachers on the process and result of activity and emotional burnout. The object of the study is the orientation of teachers of secondary schools on the process and result of activities. The author examines in detail such aspects of the topic as the manifestation of the incentive possibilities of procedural motivation in the case of establishing a balance between the requirements of the external environment and the internal capabilities of the individual. Particular attention is paid to considering burnout through the prism of motivational preferences and shifting attention from ways to combat burnout to preventative work methods. The article presents the results of an empirical study conducted in 2017–2018 among teachers of junior and senior classes of secondary schools of the Republic of Buryatia according to the following methods: "Diagnosis of social and psychological attitudes of the personality in the motivational-need sphere" O. Potemkina; methodology "Diagnosis of emotional burnout" V.V. Smartly. The individual psychological approach to the development of burnout syndrome is not sufficiently studied among modern educators. Studies of the influence of procedural motivation on the development of emotional burnout of representatives of other professions show opposite results, which requires clarification of the influence of other characteristics, in particular the conditions for the implementation of activities, the external environment. The main conclusion of the study is the need for a comprehensive study of the motivational sphere of the personality in the context of its safety and prevention of the development of the syndrome of emotional burnout. The contribution of the author to the study of the topic is the need to solve the problem of creating conditions conducive to satisfying the internal motives of teachers, which will improve the psychological climate in the interaction of all participants in the educational process. In the framework of the study, the phenomenon of emotional burnout is considered from the perspective of an existential approach.

**Keywords:** motivation; burnout; result orientation; process orientation; educators; activity; motivation activity