

УДК 159.944.4:378

О РИСКЕ СНИЖЕНИЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ В УСЛОВИЯХ ИНТЕНСИФИКАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

О. П. Малютина

Воронежский государственный университет

Поступила в редакцию 24 ноября 2014 г.

Аннотация: статья посвящена проблеме снижения работоспособности преподавателя в условиях интенсификации профессиональной деятельности. Анализируется связь уровня «выгорания» с возрастом преподавателя и стажем работы.

Ключевые слова: снижение работоспособности, профессиональное выгорание, преподаватель высшей школы, возраст, стаж работы, корреляция.

Abstract: the article is devoted to the problem of poor performance of the teacher in terms of the intensification of professional activity. Analyzes the relationship of the level of «burnout» with the age of the teacher and work experience.

Key words: reduced efficiency, professional burnout, teacher of high school, age, work experience, correlation.

В 2009 г. в журнале «Вестник Татарского государственного гуманитарно-педагогического университета» была опубликована статья О. П. Гредюшко «Эмоциональное выгорание преподавателей высшей школы» [1]. Данное психологическое явление более 30 лет изучается за рубежом. Однако в нашей стране ученые заинтересовались им сравнительно недавно. Профессиональное выгорание¹ связано с психической усталостью человека, длительное время выполняющего одну и ту же работу, которая приводит к снижению силы мотива и меньшей эмоциональной реакции на различные рабочие ситуации (т.е. к равнодушию). Чаще других этому синдрому подвержены представители профессий социономического типа, чья деятельность существенно связана с межличностным общением (менеджеры, врачи, педагоги и др.) [2; 3]. Преподаватель высшей школы ежедневно имеет многочисленные контакты с разными людьми, причем не всегда эти контакты желательны для него и приятны. О. П. Гредюшко обращает внимание на то, что вузовские педагоги «являются не только носителями предметных знаний, но и формируют условия для раскрытия

потенциальных возможностей каждого студента. Современный педагог должен обладать высокой общей культурой, культурой педагогического общения, широким кругозором, испытывать потребность и готовность к инновационной деятельности. Все это возможно только при наличии у педагога положительного психического состояния, умения приводить свои психические состояния к адекватному для выполняемой работы уровню. Психические состояния преподавателей высшей школы должны стать предметом психологического анализа» [1, с. 96].

Полученные в исследовании О. П. Гредюшко результаты можно выразить следующими положениями.

1. В целом синдром эмоционального выгорания выражен у вузовских преподавателей на среднем уровне. Такие негативные состояния, как фрустрация, склонность к неврозам, находятся у них на низком уровне, а тревожность, агрессивность, ригидность – на среднем.

2. Женщины-педагоги больше осознают психотравмирующие факторы профессиональной деятельности, у них больше, чем у их коллег-мужчин, растут напряжение, раздражение, накапливаются отчаяние и негодование. У женщин чаще проявляется пресыщенность деловыми контактами, поэтому они стремятся экономно расходовать эмоции не только в сфере профессионально педагогической деятельности, но и вне ее. Такие состояния, как тревожность, ригидность и склонность к невро-

¹ Мы оставляем за пределами данной статьи дискуссию о соотношении понятий «эмоциональное выгорание» и «профессиональное выгорание», считая, что этому может быть посвящено отдельное исследование. В нашей работе они используются как синонимичные.

зу, выше в группе испытуемых женщин, однако агрессия выше в группе испытуемых мужчин.

3. Стаж работы не влияет на появление синдрома эмоционального выгорания и другие негативные состояния преподавателя.

Прошло более пяти лет после опубликования данных исследования О. П. Гредюшко. За это время высшая школа практически завершила работу по образовательным стандартам второго поколения и полностью перешла на новые ФГОС третьего поколения, а с сентября 2014 г. параллельно начала перестраивать свою деятельность в соответствии с так называемыми ФГОС 3+ и уже изучает проекты стандартов четвертого поколения. Сегодня работа в вузе, предъявление новых требований к педагогам создают предпосылки для их дополнительных трудозатрат, причем весьма энергоемких, вынуждающих мобилизовывать значительные психологические ресурсы. Проблема профессионального выгорания в связи с этим становится еще более актуальной.

Руководствуясь этим, мы провели репликационное эмпирическое исследование, используя взаимодополняющие диагностические методики:

1) опросник «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В. В. Бойко (в модификации Е. П. Ильина). Ее цель – выявление уровня эмоционального выгорания, выражающегося в определенном эмоциональном отношении к своей профессиональной деятельности. Опросник диагностирует пять симптомов: «неудовлетворенность собой», «загнанность в клетку», «редукция профессиональных обязанностей», «эмоциональная отстраненность», «личностная отстраненность (деперсонализация)»;

2) опросник на «выгорание» американских психологов К. Маслач и С. Джексон (в адаптации Н. Е. Водопьяновой). Цель – определение степени «выгорания» в профессиях типа «человек – человек». Опросник измеряет три признака «выгора-

ния»: «эмоциональное истощение», «деперсонализация», «редукция личных достижений»;

3) опросник поведения и переживания, связанного с работой, немецких психологов У. Шааршмидта и А. Фишера. В нашей стране он используется в адаптации польских психологов Т. Ронгинской и В. Гайды. Цель – диагностика типов поведения людей в ситуации предъявления им профессиональных требований. Опросник содержит 11 шкал, отражающих реакции человека на требования профессиональной среды и способы поведения, формируемые на основе этих реакций. В своей совокупности они описывают три сферы личности: профессиональная деятельность; психическая устойчивость и стратегии преодоления проблемных ситуаций; эмоциональное отношение к работе.

Наше исследование было проведено на базе семи ведущих вузов г. Воронежа: государственного университета, государственного педагогического университета, государственного университета инженерных технологий, Института МВД РФ, государственного технического университета, государственной медицинской академии им. Н. Н. Бурденко, государственного аграрного университета. В опросе участвовали 217 педагогов, среди которых мужчин оказалось 37,0 %, что достоверно отражает представленность фактора пола в преподавательском корпусе вузов. Возраст респондентов – от 24 до 68 лет, стаж работы – от 2 до 44 лет. Среди них 11,5 % ассистентов, 61,5 % преподавателей, 23,1 % доцентов, 4,5 % профессоров.

Результаты диагностики эмоционального выгорания по методике В. В. Бойко представлены на рисунке.

Заметим, что почти у половины опрошенных преподавателей (44,8 %), а это самая большая группа, наблюдается отсутствие синдрома выгорания. Казалось бы, мы получили вполне благо-

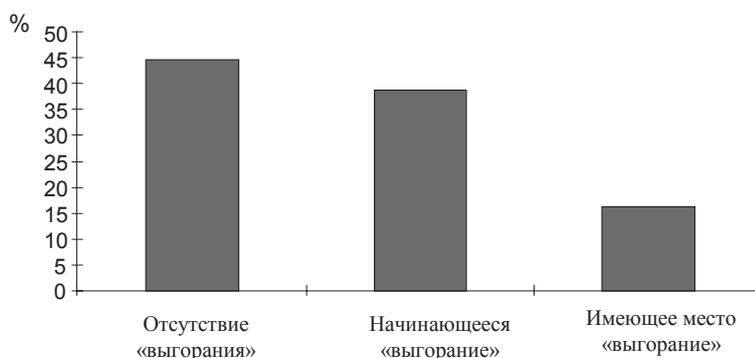


Рисунок. Представленность синдрома «эмоционального выгорания» в выборке испытуемых

приятные результаты. Вместе с тем настораживает тот факт, что у 16,3 %, т.е. у каждого шестого респондента, имеет место «выгорание», а начинающееся «выгорание» фиксируется у 38,8 %. Суммарно две эти группы преподавателей дают 55,1 %, что больше половины опрошенных. Таким образом, почти у каждого второго педагога «выгорание» либо начинается, либо уже имеет место.

Данные исследования О. П. Гредюшко были значительно оптимистичнее, когда она пять лет назад констатировала, что синдром эмоционального выгорания находится у педагогов на среднем уровне.

Интересно распределяются результаты между мужчинами-преподавателями и женщинами-преподавателями. Среди имеющих «выгорание» лишь 30,0 % мужчин. Начинающееся «выгорание» наблюдается у 47,0 % мужчин, а отсутствие «выгорания» отмечается ровно у половины мужчин. То есть мужская часть преподавательского корпуса воронежских вузов значительно более устойчива в психологическом плане к нагрузкам в педагогической работе. Наши результаты довольно близки к тем, что ранее были получены О. П. Гредюшко.

Далее с использованием данных второй и третьей из перечисленных выше методик мы провели корреляционный анализ. Связь между полом и уровнем выгорания (с помощью коэффициента бисериальной корреляции), между занимаемой должностью и уровнем выгорания (посредством ранговой корреляции, при этом должности ассистент было присвоено числовое значение 1, должности преподавателя – 2, доцента – 3, профессора – 4) нам выявить не удалось. Вместе с тем установлена обратно-пропорциональная корреляция (на уровне значимости $\alpha = 0,05$) между возрастом преподавателя и уровнем выгорания, стажем преподавательской работы и уровнем выгорания. Иными словами, с увеличением возраста педагога следует ожидать снижение уровня профессионального выгорания. И чем больше его стаж, тем опять-таки уровень выгорания будет ниже. Мы обратили внимание, что последний результат не согласуется с выводом О. П. Гредюшко о том, что стаж работы не влияет на появление синдрома эмоционального выгорания. Полагаем, это обусловлено тем, что за последние пять лет в системе высшего образования, да и во всем обществе, произошли столь значительные изменения, что они не могут не затрагивать психологические состояния преподавателей. И в этой ситуации большую резистентность к трудностям, все время повышающимся требованиям, росту объема профессиональных нагрузок и – соответственно – более оптимальный психологический настрой и отношение к своей деятельности

демонстрируют те преподаватели, стаж работы которых в вузе больше.

Анализируя подробнее первый значимый показатель коэффициента корреляции, мы приходим к следующему выводу: чем старше преподаватель, тем менее он подвержен профессиональному выгоранию. Особенно, по нашим данным, этот процесс замедляется у преподавателей старше 53 лет. Вероятно, начиная с этого возрастного периода, они уже, во-первых, не столь обременены семейными проблемами, связанными с несовершеннолетними детьми, и, во-вторых, обрели значительную уверенность в своем профессиональном потенциале. Все это дает им возможность в большей степени сосредоточиться на работе и получать удовольствие от педагогической деятельности. Надеемся, что наши данные привлекут и внимание работодателей. Общеизвестно, что сегодня при приеме на работу они отдают предпочтение более молодым работникам, отказываясь при этом от энергичных, опытных лиц предпенсионного и пенсионного возраста, не учитывая как раз большую психологическую устойчивость к профессиональным нагрузкам последних. Аналогичные заключения можно сделать и относительно стажа работы (в данном случае модуль коэффициента корреляции оказался даже выше). «Выгоранию» в большей степени подвержены, по нашим данным, вузовские преподаватели со стажем работы от 10 до 20 лет, а после 20 лет педагогической деятельности «выгорание» практически отсутствует. Мы склонны объяснять это указанными выше причинами и упрочением в ходе длительной трудовой деятельности навыков преподавательской работы, доведенных до автоматизма, когда работник в своей профессиональной самореализации уже достиг стадий мастера, авторитета, а возможно, и наставника [3].

В рамках одной статьи, к сожалению, нет возможности привести более полный анализ результатов по всем шкалам использованных нами опросников. Поэтому, обобщая, констатируем: за последние пять лет в высшей школе произошли изменения, провоцирующие рост уровня профессионального выгорания ее работников. Мы связываем это с двумя основными причинами:

- 1) возрастающая с каждым годом учебная нагрузка (в ряде вузов она составляет уже 900 часов) и невысокая при этом оплата труда преподавателей вынуждает их «тащить» на себе не одну ставку, т.е. они и сами – ради обеспечения достойных условий жизни – еще больше увеличивают объем своей педагогической деятельности, что не может не сказаться отрицательно на их психологических состояниях;

2) преобразования в учебном процессе вуза, связанные с введением новых поколений ФГОС, ложатся на плечи преподавателей непомерными трудо- и энергозатратами, когда они – чаще всего в авральном режиме – вынуждены создавать новые и корректировать уже имеющиеся образовательные программы [4]. Осознание того, что многие виды методической работы при этом просто дублируются, вызывает у преподавательского корпуса лишь негативные эмоциональные отклики, а это – благоприятная почва для развития синдрома профессионального выгорания.

Конечно, часть проблем, возникающих в связи с риском профессионального выгорания, способны помочь решить квалифицированные психологи, если к ним за помощью будут обращаться преподаватели вузов. Однако, и это хочется подчеркнуть особо, без принятия соответствующих программ Министерством образования и науки, а возможно, и Правительством РФ, которые бы предусматривали стабильный рост оплаты труда, снижение учебной нагрузки, организацию условий для здорового образа жизни и полноценного отдыха преподавателей, осуществление обязательных

реабилитационных мероприятий, уровень профессионального выгорания снизить не удастся, а это способно вызвать снижение работоспособности. Ответ на вопрос «нужен ли современному студенту «выгоревший» преподаватель» представляется очевидным.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гредюшко О. П. Эмоциональное выгорание преподавателей высшей школы / О. П. Гредюшко // Вестник Татар. гос. гуманит.-пед. ун-та. – 2009. – № 2/3 (17/18). – С. 94–99.
2. Малютина О. П. Динамика работоспособности. Синдром профессионального выгорания : учеб.-метод. пособие / О. П. Малютина. – Воронеж : Издат.-полиграф. центр ВГУ, 2013. – 50 с.
3. Климов Е. А. Введение в психологию труда : учеб. для студ. вузов / Е. А. Климов. – М. : Академия, 2004. – 334 с.
4. Ендовицкий Д. А. Увеличение объема документооборота как фактор снижения экономической эффективности вуза / Д. А. Ендовицкий, Ю. А. Бубнов, К. М. Гайдар // Высшее образование в России. – 2014. – № 11. – С. 17–24.

Воронежский государственный университет

Малютина О. П., доцент кафедры общей и социальной психологии, кандидат физико-математических наук

E-mail: maloxdub@land.ru

Тел.: 255-70-28, 8-903-852-93-98

Voronezh State University

Malutina O. P., Candidate of Physico-Mathematical Sciences, Associate Professor of General and Social Psychology Department

E-mail: maloxdub@land.ru

Tel.: 255-70-28, 8-903-852-93-98