

УДК 159.923

UDC 159.923

**ЦЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ КАК ФАКТОР
ФОРМИРОВАНИЯ СИНДРОМА
ПСИХИЧЕСКОГО ВЫГОРАНИЯ У
ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ**

**VALUES OF THE PERSONALITY AS A FACTOR
OF EMOTIONAL BURNOUT SYNDROME OF
HIGHER SCHOOL TEACHERS**

Сурженко Лариса Викторовна

Surzhenko Larisa Victorovna

Луговский Владимир Алексеевич
д.ист.н., профессор

Lugovsky Vladimir Alekseevich
Dr.Sci.Hist., professor

*Кубанский государственный аграрный
университет, Краснодар, Россия*

Kuban State Agrarian University, Krasnodar, Russia

Статья посвящена изучению проблемы психического выгорания и его взаимосвязи с ценностями личности. Показана роль ценностных особенностей личности в формировании психического выгорания, описаны особенности ценностной сферы преподавателей высшей школы с разным уровнем выгорания

The article deals with the problems of the emotional burnout and its interrelation with the values of the personality. The role of the axiological features of the personality has been shown in shaping of the emotional burnout. Features of the axiological sphere of the higher school teachers with the different levels of the burnout has been described

Ключевые слова: ЦЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ,
СИНДРОМ ПСИХИЧЕСКОГО ВЫГОРАНИЯ,
ЦЕННОСТНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ

Keywords: VALUES OF PERSONALITY,
EMOTIONAL BURNOUT SYNDROME,
AXIOLOGICAL REGULATION

В связи с изменением социально-экономических условий и усложнением информационных процессов в нашей стране все большую актуальность приобретают исследования, связанные с негативными последствиями психического выгорания. Особенно актуальными они являются для преподавателей высшей школы. Умение выработать конструктивное отношение к состояниям эмоционального стресса и сведение к минимуму негативного влияния последствий должно составлять одно из профессионально важных качеств преподавателя.

Проблема психического выгорания стала предметом научного анализа в середине 70-х годов XX века благодаря многочисленным исследованиям зарубежных психологов (М. Burish, Н. Freudenberger, R. Golembiewsky, М. Leiter, Т. Marek, С. Maslach, А. Pines, W. Schaufeli и др.). В отечественной литературе рост внимания к сущности выгорания

отмечается с 90-х годов XX в. (В.Е. Орел, В.В. Бойко, Е.Г. Ожогова, Н.В. Гришина, Н.Е. Водопьянова, Т.В. Большакова, А.А. Рукавишников, Е.С. Старченкова и др.).

Анализ современных исследований психического выгорания в отечественной и зарубежной науке, позволяет сделать вывод относительно природы и функционального значения данного феномена. Выгорание представляет собой целостное, динамическое интегральное психическое образование в единстве и взаимодействии эмоциональных, когнитивных, мотивационных и поведенческих элементов, образующих базовые компоненты выгорания, количественный и качественный состав которых определяется спецификой профессиональной деятельности. Наиболее традиционной является трехкомпонентная структура выгорания, включающая психоэмоциональное истощение, цинизм и редукцию профессиональных достижений. Выгорание представляет собой дезадаптивный феномен, действие которого проявляется на всех уровнях функционирования личности: индивидуально-психологическом, социально-психологическом и организационном. Психическое выгорание оказывает негативное влияние на все аспекты профессиональной сферы, а также имеет отрицательные последствия и в сферах «непрофессиональной» жизни.

Современные экспериментальные исследования синдрома выгорания свидетельствуют о возрастающем интересе к проблеме его ценностной детерминации (И.А. Курапова, М.В. Борисова, Е.Г. Ожогова, А.Н. Густелева, Н.В. Мушастая, Наличаева С.А и др.).

Анализ трудов А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, В.А. Ядова, А.Г. Асмолова, Б.С.Братуся, Л.С. Выготского, Д.А. Леонтьева, В.Э.

Чудновского и других авторов дает основание говорить о ведущей роли ценностных характеристик в обеспечении устойчивости к воздействию стрессогенных факторов. Ценности выполняют регулирующую и стимулирующую функции в жизнедеятельности личности. Они содержат в себе как ориентиры, от которых отталкивается человек в своем развитии, так и образ желаемого будущего, к которому он стремится в своей жизни. Вместе с этим ценностная сфера личности выступает тем личностным фундаментом, ресурсом, который позволяет человеку преодолевать препятствия на пути к достижению целей в кризисных ситуациях развития. Значимость ценностной составляющей в регуляции профессиональной деятельности отражена в большинстве работ (Н.С.Пряжников, О.М. Краснорядцева, В.Д. Шадриков, В.Э.Чудновский и др.).

Ценностная регуляция профессиональной деятельности является системообразующим фактором и определяет профессиональную успешность или неуспешность, движение субъекта к личностной и профессиональной самореализации либо к неудовлетворенности процессом и результатами труда, к разочарованию в выборе профессии, потере жизненных ориентиров, к моральным и эмоциональным потерям.

Е.А. Климов, подчеркивает, что для каждой определенной профессиональной группы характерен свой смысл деятельности, своя система ценностей [1].

По классификации, предложенной Е. А. Климовым, педагогическая профессия относится к группе профессий, предметом которых является другой человек. Основное содержание педагогической профессии составляют взаимоотношения с людьми и связано с тем, чтобы наилучшим образом понять и удовлетворить запросы человека, понять общественные

цели и направить усилия других людей на их достижение. Кроме этого необходимо быть подготовленным в той или иной области науки.

Профессия педагога относится к числу так называемых «помогающих профессий», в которых деятельность специалиста реализуется через построение особых отношений с другими людьми. «Помогающие» отношения, по утверждению К. Роджерса, это «отношения, в которых, по крайней мере, одна из сторон намеревается способствовать другой стороне в личностном росте, развитии, лучшей жизнедеятельности, формировании зрелости» [3, с.17]. Л.С. Нагавкина и Л.Г. Татарникова специфику педагогической профессии связывают с повышенным долженствованием. Помогающая деятельность требует от профессионала личностной вовлеченности, открытости отношениям, умения сопереживать и сочувствовать, а также способности понимать интересы другого человека [2].

Н.Б. Шмелева под ценностями профессий «человек-человек» понимает ведущую потребность - «служить своей профессией на благо окружающих, которая ориентирует профессионально-личностную активность в достижении этой гуманной цели» [5].

Таким образом, у представителей данной профессиональной группы приоритетными являются общечеловеческие ценности, такие как забота о других людях, стремление к общению и взаимодействию с людьми, стремление к личностному росту.

Как отмечает В.Д. Шадриков, наличие у преподавателя этих профессионально значимых ценностных ориентаций обеспечивает добросовестное отношение к делу, побуждает к поиску, творчеству; «отсутствие же положительной ориентации может стать причиной

профессионального краха, потери уже имеющегося мастерства». Профессионально-ценностные ориентации позволяют преподавателю выстроить модель своей деятельности, которая становится ориентиром в его саморазвитии и самосовершенствованию. Профессионально-ценностные ориентации играют и смыслообразующую роль: осознание значимых моментов педагогической деятельности как ценных для себя обеспечивает моральную устойчивость и готовность преподавателя к самым сложным и трудным моментам предстоящей деятельности, которые нередки в профессии педагога [4].

Таким образом, ценностные особенности личности преподавателя определяют перспективу и стратегию его профессионального пути. Принятие преподавателем содержания профессионально-педагогических ценностей как лично значимых, пересмотр приоритетов в системе ценностных ориентаций выступает условием предотвращения развития выгорания.

Цель статьи заключается в анализе ценностей личности преподавателей высшей школы в зависимости от уровня психического выгорания.

С данной целью было проведено исследование на базе высших учебных заведений г. Ростова-на-Дону, г. Майкопа, г. Краснодара на выборке из 92 преподавателей, в возрасте от 22 – 63 года с педагогическим стажем работы от 1 до 31 года.

В работе использовались методы анализа теоретических и эмпирических данных; психодиагностические тесты: опросник МВІ К. Маслач в русскоязычной адаптации Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой; методика Шварца для изучения ценностей личности;

методы статистического анализа (ранговая корреляция Спирмена, корреляционный метод Пирсона, сравнительный анализ двух переменных Т-критерий Стьюдента).

На основе результатов, полученных с помощью опросника МВІ К. Маслач, все преподаватели были разделены на группы с различным уровнем выгорания. Критерием для выделения групп стал интегральный показатель выгорания. Для дальнейшего анализа был применен метод сравнительного эмпирического исследования «крайних» групп по изучаемому признаку, который позволил выделить особенности ценностной сферы, характерные для преподавателей с высоким и низким уровнем выгорания.

Анализ структуры ценностно-мотивационных предпочтений, изучался с помощью методики Шварца. Исследование ценностей личности производилось на двух уровнях: на уровне нормативных идеалов и на уровне поведенческих приоритетов.

Первый уровень более стабилен и отражает представления человека о том, как нужно поступать, определяя тем самым его жизненные принципы поведения. Второй уровень более зависим от внешней среды и соотносится с конкретными поступками человека. Таким образом, с одной стороны нормативные идеалы более отрефлексированы и осознаны, с другой, ценностное поведение (уровень поведенческих приоритетов), фиксируемое методикой Шварца, возможно, более точно прогнозирует поведение личности в реальных ситуациях.

Так как важной составляющей профессиональной деятельности преподавателя являются ценности гуманистической направленности, т.е. ценности, отражающие интересы другого человека, то отдельному анализу

подверглось какие ценности (индивидуальной направленности или групповой) преобладают в ценностной модели.

Проанализировав результаты, полученные с помощью методики Шварца, мы получили ранговые оценки по ценностям на уровне нормативных идеалов и поведенческих приоритетов в двух группах испытуемых.

Таблица 1 - Ценности на уровне нормативных идеалов и поведенческих приоритетов (ранги) у преподавателей с низким и высоким уровнем СЭВ

Ценностная ось	Ценностный тип	Высокий уровень СЭВ		Низкий уровень СЭВ	
		идеалы	поведение	идеалы	поведение
Ценности, выражающие интересы группы	Конформность	5	5	5	4
	Традиции	7	9	8	8
Ценности, выражающие как индивидуальные, так и групповые интересы	Безопасность	3	3	3	3
	Универсализм	6	6	6	1
Ценности, выражающие интересы группы	Доброта	4	4	2	5
Ценности, выражающие интересы индивида	Стимуляция	10	8	9	9
	Самостоятельность	1	1	4	2
	Гедонизм	9	7	10	7
	Достижения	2	2	1	6
	Власть	8	10	7	10

Как видно из данных таблицы 1, в блок наиболее значимых ценностей на уровне нормативных идеалов у преподавателей с высоким уровнем выгорания вошли: «самостоятельность» (мотивационная цель – свобода мысли и действия, обусловленные потребностью быть автономным и независимым), «достижения» (мотивационная цель – достижение личного успеха и получение социального одобрения), «безопасность» (мотивационная цель - стабильность, безопасность,

потребность в адаптированности и предсказуемости мира, снижении неопределенности). Следует отметить, что ценностные типы «самостоятельность» и «достижения» относятся к ценностям, которые выражают интересы личности, а ценностный тип «безопасность» имеет двойственный характер, выражая одновременно интересы индивида и группы. Таким образом, в блоке значимых ценностей преобладают ценности, выражающие личностные интересы преподавателей, т.е. имеют индивидуальную направленность.

Среди наименее значимых ценностей выступают: «стимуляция» (мотивационная цель – активность, состязательность, стремление к новизне и глубоким переживаниям), «гедонизм» (мотивационная цель – удовольствия, наслаждение жизнью) и «власть» (мотивационная цель – достижение социального статуса или престижа, контроля или доминирования над людьми и средствами), «традиции» (мотивационная цель – уважение и ответственность за культурные и религиозные обычаи и идеи). Анализ ценностей, занимающих самые низкие ранговые позиции, свидетельствует о безразличном отношении преподавателей к таким ценностно-мотивационным моделям, в которых отмечается проявление высокой активности, сочетаемое со стремлением к власти и состязательности, отказ от следования традициям.

Таким образом, на уровне нормативных идеалов эталонной ценностно-мотивационной моделью поведения у преподавателей с высоким уровнем выгорания является достижение личного успеха, проявление самостоятельности мышления и действий в творчестве и исследовательской активности, получение вследствие этого социального одобрения, стремление к безопасности, стабильности.

В блок ценностей на уровне поведенческих приоритетов вошли те же ценности, что и на нормативном уровне. Т.е. преподаватели с высоким уровнем выгорания имеют жесткую структуру ценностей, отражающую

интересы личности, которая мало подвержена влиянию внешней среды. Эту особенность подтверждает и коэффициент корреляции Спирмена ($r_s = 0,903$, при $p < 0,01$), который указывает на тесную связь иерархической структуры ценностей на уровне нормативных идеалов и уровне поведенческих приоритетов. Этот факт может быть подтверждением того, что профессионалы, строго следующие своим убеждениям, которые не в достаточной степени соответствуют реалиям профессии (профессия преподавателя подразумевает преобладание ценностей, выражающих интересы коллектива, группы, т.е. других), подвержены выгоранию.

Изучение ценностной сферы преподавателей с низким уровнем выгорания показало, что для них характерно проявление ценностей, которые выражают не только интересы индивида, но и интересы группы, о чем свидетельствуют высокие баллы по таким ценностям как «достижение» (мотивационная цель – достижение личного успеха и получение социального одобрения), «доброта» (мотивационная цель – сохранение благополучия людей, с которыми индивид находится в личных контактах), «безопасность» (мотивационная цель – стабильность, безопасность, потребность в адаптированности и предсказуемости мира, снижении неопределенности). Т.е. эталонная ценностно-мотивационная модель на уровне нормативных идеалов выглядит следующим образом: достижение личного успеха, путем сохранения и повышения благополучия людей, с которыми человек часто общается, получение в результате этого социального одобрения, стремление к безопасности, стабильности. В зону отвержения попали ценности «гедонизм» (мотивационная цель – удовольствия, наслаждение жизнью), «стимуляция» (мотивационная цель – активность, состязательность, стремление к новизне и глубоким переживаниям), «традиции» (мотивационная цель – уважение и ответственность за культурные и религиозные обычаи и идеи), «власть»

(мотивационная цель – достижение социального статуса или престижа, контроля или доминирования над людьми и средствами).

Ценностная структура преподавателей данной группы на уровне поведенческих приоритетов характеризуется доминированием ценностей «универсализм» (мотивационная цель – понимание, терпимость и защита благополучия всех людей и природы), «самостоятельность» (мотивационная цель – свобода мысли и действия, обусловленные потребностью быть автономным и независимым) и «безопасность» (мотивационная цель – стабильность, безопасность, потребность в адаптированности и предсказуемости мира, снижении неопределенности).

Т.е. преподаватели с низким уровнем выгорания на уровне поведения стремятся к благополучию окружающих людей, общества и природы в целом, высоко ценят возможность проявить свою самостоятельность в разных сферах жизнедеятельности, стремятся к безопасности, стабильности. Эта ценностно-мотивационная модель наиболее близка к профессионально-ценностной среде преподавателей.

Отсутствие значимой связи между ценностными иерархиями на уровне нормативных идеалов и уровне поведенческих приоритетов (применен метод ранговой корреляции Спирмена) может указывать на гибкость и адаптивность ценностной структуры преподавателей с низким уровнем выгорания.

Обращает на себя внимание, что ценностный тип «безопасность» входит в блок значимых ценностей в обеих группах (на уровне нормативных идеалов и уровне поведенческих приоритетов) и имеет 3-й ранг. При анализе инструментальных ценностей, характеризующих этот ценностный тип, выявлены существенные различия. Так если для «выгорающих» преподавателей на уровне нормативных идеалов важной является ценность «уважение мнения других людей (учет интересов др. людей, избегание конфронтации)», то для преподавателей с низким

уровнем СЭВ – «защищенность своей нации от врагов». Отличия выявлены и в поведенческих приоритетах: преподаватели с высоким уровнем выгорания предпочитают избегать всего, что угрожает их безопасности, в то время как преподаватели с низким уровнем выгорания нацелены на сохранение своего здоровья.

Для определения значимости групповых различий (между преподавателями с высоким и низким уровнем выгорания) в предпочтении указанных типов ценностей применялся параметрический критерий сравнения двух независимых выборок - критерий *t*-Стьюдента. Анализ полученных результатов позволяет прийти к выводу о том, что у преподавателей с высоким и низким уровнем выгорания имеются значимые различия по ценностям «Традиции» ($p = 0,0001$), «Самостоятельность» ($p = 0,055$) на уровне нормативных идеалов и «Конформность» ($p = 0,05$), «Традиции» ($p = 0,04$), «Доброта» ($p = 0,05$), «Универсализм» ($p = 0,0000$) и «Безопасность» ($p = 0,001$) на уровне поведенческих приоритетов. В группе преподавателей с высоким уровнем выгорания показатели значимости ценностного типа «Традиции» как нормативного идеала выше, чем в группе преподавателей с низким уровнем выгорания. В то время как на уровне поведенческих приоритетов показатели значимости этого ценностного типа выше у преподавателей с низким уровнем выгорания. По мнению Шварца, любые социальные группы вырабатывают свои символы и ритуалы, которые закрепляются в традициях и обычаях. Традиционный способ поведения становится символом групповой солидарности, выражением единых ценностей и гарантией выживания. Не смотря на то, что данный тип ценностей относится к блоку «отвергаемых ценностей» в обеих группах, можно сказать, что преподаватели с низким уровнем выгорания всё же больше склонны следовать традициям своей профессиональной группы и определенным нормам поведения в реальных условиях (если этого

потребуется определенная ситуация), в то время как у преподавателей с высоким уровнем выгорания стремление следовать традициям сильнее на уровне убеждений, а в поведении проявляется слабее. Значимые различия по ценностному типу «Самостоятельность» говорят о том, что потребность в автономии и независимости у преподавателей с высоким уровнем выгорания выше, чем у преподавателей с низким уровнем выгорания.

Наиболее сильно ценностные системы преподавателей с высоким и низким уровнем выгорания различаются на уровне поведенческих приоритетов. Средние значения ценностей «Конформность», «Традиции», «Доброта», «Универсализм» и «Безопасность» выше у преподавателей с низким уровнем выгорания. Это говорит о том, что преподавателей этой группы отличает понимание, терпимость, потребность в позитивном взаимодействии с окружающими, сдерживание и предотвращение склонностей и побуждений к действиям, которые могут причинить вред другим или не соответствуют социальным ожиданиям.

Таким образом, в ценностной иерархии преподавателей с низким уровнем выгорания преобладают ценности, направленные на позитивное взаимодействие с другими людьми, в то время как у преподавателей с высоким уровнем СЭВ преобладают ценности, направленные на личный успех, независимость и автономность.

Выявление взаимосвязей синдрома психического выгорания с ценностями осуществлялось с помощью корреляционного анализа.

На уровне нормативных идеалов выявлены положительная корреляция ценностного типа «традиции» ($r = 0,281$ при $p < 0,01$) и отрицательная корреляция ценностного типа «конформность» ($r = -0,199$ при $p < 0,1$) с общим показателем выгорания. Т.е. чем выше уровень выгорания, тем сильнее проявляется ценностный конфликт в сознании преподавателей: необходимость быть сдержанным, скромным, подчиняющимся жизненным обстоятельствам, уважать традиции

(ценностный тип «традиции») и отрицание таких качеств как вежливость, самоограничение, сдержанность, проявление уважения к другим людям, подчинение правилам (ценностный тип «конформность»). Низкая значимость ценностного типа «конформность» связана также с развитием дегуманизации отношений с коллегами и студентами, на что указывают выявленные корреляции данного ценностного типа с компонентом «деперсонализация» ($r = -0,203$ при $p < 0,1$). Поскольку основой профессиональной деятельности преподавателя является преподавательская работа, предполагающая общение с большим количеством студентов, то высокая ориентация на традиционные формы поведения, принятые в профессиональной среде, при низкой значимости ценностей, направленных на позитивное взаимодействие с другими людьми будет приводить к внешнему формальному исполнению своих профессиональных обязанностей и развитию синдрома психического выгорания.

На уровне поведенческих приоритетов отмечено наличие обратной корреляционной связи выгорания с ценностными типами «безопасность» ($r = -0,411$ при $p < 0,01$), «универсализм» ($r = -0,343$ при $p < 0,01$), «доброта» ($r = -0,347$ при $p < 0,01$), и «традиции» ($r = -0,259$ при $p < 0,05$). Эти данные показывают, что, чем больше удовлетворены потребности в адаптированности и предсказуемости мира, потребностей в красоте, гармонии и справедливости, в позитивном взаимодействии и принятии идей, которые существуют в данной профессиональной и культурной среде, тем в меньшей мере выражено психическое выгорание, и наоборот.

Обращает на себя внимание качество связи ценностного типа «традиции» с проявлением выгорания у преподавателей. Если на уровне убеждений выявлена прямая корреляционная связь, то на уровне поведенческих приоритетов эта связь обратная. Т.е. при нарастании симптомов выгорания наблюдается рассогласование в ценностной сфере

между убеждением следовать традиционным способам поведения и неприятием этих принципов в поведении, что подтверждает ранее полученные данные.

Выводы:

1. В ценностной иерархии преподавателей с высоким уровнем выгорания в большей степени преобладают ценности, направленные на личный успех, независимость и автономность, в то время как у преподавателей с низким уровнем выгорания преобладают ценности, направленные на позитивное взаимодействие с другими людьми.
2. Высокая значимость ценностей, содержание которых направлено на установление и поддержание группового единства и групповой гармонии, понимание, терпимость и защиту благополучия людей, что наиболее близко к профессиональным ценностям педагогической деятельности, выступает условием устойчивости к развитию выгорания.

Литература

1. Климов Е.А. Человек как субъект труда и проблемы психологии // Вопросы психологии. - 1984. - № 4. - С. 5-14.
2. Нагавкина Л.С., Татарникова Л.Г. Валеологические основы педагогической деятельности: Учебно-методическое пособие. – СПб.: КАРО, 2005. – 272 с.
3. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М.: Прогресс, 2004. – 217 с.
4. Шадриков В.Д. Психология деятельности и способности человека: Учебное пособие, 2-е изд., перераб. и доп. М.; Издательская корпорация "Логос", 1996. - 320 с.
5. Шмелева Н.Б. Ценностные ориентации, мотивации и психологические установки в профессиональной подготовке социального работника // Российский журнал социальной работы. 1997. №1. - С. 115-124.

literature

1. Klimov E.A. Man as the subject of labor and problems psychology // Questions of psychology. - 1984. - № 4. - S. 5-14.
2. Nagavkina L.S., Tatarnikova L.G. Valeological basics of teaching activities: Training Manual. - St.: CARO, 2005. - 272.
3. Rogers K. A look at psychotherapy. The development of man. - Moscow: Progress Publishers, 2004. - 217 p.
4. Shadrikov V.D. Psychology and able man: Study Guide, 2nd ed., rev. and add. M.; Publishing Corporation "Logos", 1996. - 320.
5. Shmelev N.B. Value orientation, motivation and mental attitude in training social worker // Russian Journal of Social Work. 1997. Number 1. - S. 115-124.