

Психологические науки

УДК 159.944:37.011.3-051

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА С ВОЗРАСТОМ, СТАЖЕМ И ПОЛОМ ПЕДАГОГОВ

Василий Георгиевич Белов, доктор медицинских наук, профессор, Юрий Александрович Парфенов, доктор медицинских наук, профессор, Сергей Александрович Парфенов, кандидат медицинских наук, Северо-Западный институт управления Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, Санкт-Петербург; Надежда Леонидовна Бояр, Ольга Андреевна Титова, Санкт-Петербургский университет технологий управления и экономики

Аннотация

Специалисты Всемирной организации здравоохранения доказали, что психосоциальные факторы способствуют ухудшению здоровья специалистов, снижает качество профессиональной деятельности специалиста. По результатам исследования установлено что, мужчины-педагоги возрастом менее 35 лет, а стаж работы по специальности менее 10 лет, более подвержены стрессу, а наименее – женщины педагоги с возрастом более 57 лет и стажем работы по специальности более 30 лет.

Ключевые слова: педагог, профессиональный стресс, возраст, пол, средний и пожилой возраст, профессиональное выгорание, адаптация.

INTERRELATION OF PROFESSIONAL STRESS WITH AGE, EXPERIENCE AND GENDER OF TEACHERS

Vasily Georgiyevich Belov, the doctor of medical sciences, professor, Yury Aleksandrovich Parfenov, the doctor of medical sciences, professor, Sergey Aleksandrovich Parfenov, the candidate of medical sciences, Northwest Institute of Management of Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, St. Petersburg; Nadezhda Leonidovna Boyar, Olga Andreevna Titova, St. Petersburg university of technologies of management and economy

Annotation

Specialists of the World Health Organization have proved that psychosocial factors contribute to the deterioration of health professionals, reducing the quality of the professional activity of the specialist. The results of the study established that male teachers aged less than 35 years with experience in the specialty at least 10 years are exposed to more stress, and the least exposed – women-teachers at the age of more than 57 years and with experience in the specialty for over 30 years.

Keywords: teacher, professional stress, age, gender, middle and old age, professional burnout, adaptation.

В свете инновационных процессов, происходящих в настоящее время в системе образования, диктует необходимость развития нового подхода к изучению проблемы деятельности преподавателей. Большое внимание в психологии и педагогике уделяется личностным качествам педагога, влияющим на педагогическую деятельность (Б.Г. Ананьев, Н.В. Кузьмина, А.К. Маркова, В.А. Якунин и др.). Изучение профессионального стресса занимает лидирующую позицию в прогрессивно развивающейся психолого-педагогической отрасли знаний [1, с. 46, 2, с. 77]. Но, невзирая на многочисленные проведенные исследования в данной сфере, на настоящий момент отсутствуют унифицированные методики и критерии для надежной и точной оценки корреляции профессионального стресса с возрастом, стажем и гендерными особенностями педагогов [7, с.164, 3, с.159]. Представленные на сегодняшний день методы оценки профессионального стресса специалиста-педагога являются или мало результативными, или специфичными к определенному психологическому состоянию испытуемого [9, с.38, 4, с.81, 5, с.452]. Причём данный вопрос

является достаточно «широким», так как касается широкого спектра различных феноменов, подлежащих исследованию, и побуждает творческий и научный поиск специалистов разнообразных областей [6, с.217, 8, с.32]. В изучении данной проблемы заинтересованы, в том числе, специалисты, работающие в сфере педагогической психологии, психологии труда и административной психологии, медицинской психологии (как области психологии для медицинских специалистов), патопсихологии, психиатрии, образования, бизнеса.

Профессия педагога, несомненно, является одной из самых стрессогенных. Изучение профессиональной группы педагогов немаловажно, вследствие понимания отличительных черт организации и содержания работы специалиста педагога, а кроме того, выявление личных профессионально значимых качеств данных работников, способствует результативному решению профессиональных задач и предотвращает отток специалистов из системы образования (на настоящий момент практически 30% молодых педагогов уходят из системы образования). Вследствие этого, представляется, что изучение стресса педагогов способствует выделению причин, препятствующих становлению профессионального выгорания специалистов образовательной сферы. Все вышеизложенное способствовало выбору цели данного научного изыскания.

Цель исследования – провести оценку корреляции профессионального стресса с возрастом, стажем и гендерными особенностями педагогов.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ

Разрешение поставленных в данном научном изыскании задач реализовывалось путем комплексного изучения, включающего патопсихологическое обследование, интервью, анкетирование 50 педагогов, из них 26 женского пола и 24 мужского в возрасте от 30 до 68 лет. Анализ профессионального стресса проводился согласно шкале профессионального стресса. В рамках настоящего исследования использовали материалы научно-исследовательской деятельности кафедры управления персоналом и психологии Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации Северо-Западный институт управления.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В процессе исследования указанная проблема изучалась на материале одновременной комплексной оценки явления стресса и эмоционального выгорания у специалистов высшего и среднего образования, сочетающегося с рассмотрением условий, вызывающих данные явления. Нами осуществлено анкетирование педагогов по шкале профессионального стресса (ПС). Результат анкетирования по бальной шкале способствовал выделению трех групп специалистов в зависимости от степени выраженности ПС.

Оценивая итоги анкетирования установлено, что наибольшее распространение в исследуемой группе специалистов умеренного уровня стресса (16–30 баллов), средний возраст составил 40 лет у педагогов мужского пола и 48 лет у женщин данной группы. По половому отношению установлено превалирование в данной группе мужчин (13 мужчин и 9 женщин). В группе В с резко выраженным проявлением стресс-синдрома (31–45 баллов) также наибольшее распространение получили педагоги мужчины (n=4) в возрасте 38,3 года, женщины (n=2) составили меньшую часть в данной группе, со средним возрастом 34,7 лет.

В группе А при отсутствии стресса (0–15 баллов) превалировали женщины (15 человек), средний возраст 57,6 лет (мужчин – 7 человек, средний возраст 58,3 года). Следовательно, по результатам анализа в исследуемой выборке превалировал средний уровень стресса, преимущественно у специалистов мужского пола, средний возраст которых 40 лет.

В группе А средний стаж работы по специальности составил 32,1 лет, во второй – 14,3, в третьей – 11,7 лет. Наивысшая степень выраженности стресса отмечена у педагогов группы В. Следовательно, для педагогов со стажем работы по специальности свыше

тридцати лет и средним возрастом более 57 лет стресс не представляется проблемой (45%). Группа педагогов с умеренным уровнем стресса – 42%. Средний возраст в данной группе составил 44,1 лет, а стаж работы по специальности 14,3 года.

Группа педагогов, для которых стресс представляет большую проблему (3-я группа) – 13,0%, средний возраст – 35,3 лет, средний стаж работы – 11,7 лет.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Явно установлено, что профессиональный стресс сопряжен со стажем профессиональной деятельности и возрастом специалиста. Полученные результаты свидетельствуют, что наиболее подвержены стрессу молодые специалисты, возраст которых менее 35 лет, а стаж работы по специальности менее 10 лет. Длительная работа по специальности, а, следовательно, и более старший возраст, стаж которых более 30 лет и возраст не менее 57 лет, практически не подвержены профессиональному стрессу. Таким образом, зависимость уровня профессионального возраста от стажа работы по специальности и возраста, является обратно пропорциональной.

Согласно результатам исследования гендерной особенности проявления профессионального стресса установлено, что представитель мужского пола достоверно ($p \leq 0,01$) чаще подвержены профессиональному стрессу, чем женщины-педагоги. Подводя общий итог исследования формируется вывод о том, что наиболее подверженными профессиональному стрессу мужчины-педагоги, возраст которых менее 35 лет и стаж работы по специальности менее 10 лет, а наименее подвержены женщины педагоги с возрастом более 57 лет и стажем работы по специальности более 30 лет.

ЛИТЕРАТУРА

1. Белов, В.Г. Здоровье как основа социально-психологической адаптации человека / В.Г. Белов // Ученые записки СПбГИПСР. – 2007. – Вып. 1. – Т. 1. – С. 44-48.
2. Белов, В.Г. Психологические особенности слабовидящих детей 6 лет с различной готовностью к школе / В.Г. Белов, Е.Ю. Давтян // Ученые записки СПбГИПСР. – 2013. – Вып. 2. – Т. 20. – С. 74-79.
3. Белов, В.Г. Профессиональное выгорание у медицинских работников / В.Г. Белов, Ю.А. Парфенов // Вестник Российской военно-медицинской академии. – 2008. – № 2 (22). – С. 152-164.
4. Бойко, В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В.В. Бойко. – СПб. : Питер, 1999. – 105 с.
5. Водопьянова, Н.Е. Синдром психического выгорания в коммуникативных профессиях / Н.Е. Водопьянова // Психология здоровья / под ред. Г.С. Никифорова. – СПб. : Издательство СПбГУ, 2010. – С. 443-463.
6. Гринберг, Д. Управление стрессом / Д. Гринберг – СПб. : Питер, 2002. – 496 с.
7. Гордиенко, В.Н. Психология удовлетворенности профессионально-педагогической деятельностью : монография / В.Н. Гордиенко. – Иркутск : [б.и.], 2009. – 382 с.
8. Пряжников, Н.С. Стратегии преодоления синдрома "эмоционального выгорания" в работе педагога / Н.С. Пряжников, Е.Г. Ожогова // Психологическая наука и образование. – 2008. – № 2. – С. 103.
9. Филина, С. О «синдроме профессионального выгорания» и технике безопасности в работе педагогов и других специалистов социальной сферы / С. Филина // Школьный психолог. – 2008. – № 36. – С. 35-41.

REFERENCES

1. Belov, V.G. (2007), "Health as a basis of social and psychological adaptation of the person" *Uchenye zapiski SPBGIPSR*, Issue 1, Vol. 1, pp. 44-48.
2. Belov, V.G. and Davtyan, E.Yu. (2013), "Psychological features of visually impaired children 6 years with different readiness for school", *Uchenye zapiski SPBGIPSR*, Issue 2, Vol. 20, pp. 74-79.
3. Belov, V.G. and Parfenov, Yu.A. (2008), "Professional burnout in health care workers", *Herald of the Russian military-medical Academy*, No. 2 (22), pp. 152-164.
4. Boyko, V.V. (1999), *Syndrome of "emotional burnout" in professional communication*, Peter, St. Petersburg.

5. Vodopiyanova, N.Ye. (2010), "Syndrome of mental burnout in communicative professions", in book *Psychology of health*, Ed. Nikiforov, G.S., publishing house St. Petersburg State University, St. Petersburg, pp. 443-463.

6. Greenberg, D. (2009), *Stress management*, Peter, St. Petersburg.

7. Gordienko, V.N. (2009), *Psychology of satisfaction with professional and pedagogical activity*, monograph, Irkutsk.

8. Pryazhniko, V.N.S. and Ozhogova, E.G. (2008), "Strategies to overcome the syndrome of "burnout" in the work of the teacher", *Psychological science and education*, No. 2, pp. 103.

9. Filina S. (2008), "About "burnout syndrome" and safety in the work of teachers and other professionals in the social sphere", *School psychologist*, No. 36, pp. 35-41.

Контактная информация: uparfenov@gmail.com

Статья поступила в редакцию 20.03.2018

УДК 159.9

ПРОГНОЗ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ПЕДАГОГОВ

Василий Георгиевич Белов, доктор медицинских наук, профессор, Юрий Александрович Парфенов, доктор медицинских наук, профессор, Сергей Александрович Парфенов, кандидат медицинских наук, Северо-Западный институт управления Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, Санкт-Петербург; Надежда Леонидовна Бояр, Ольга Андреевна Титова, Санкт-Петербургский университет технологий управления и экономики

Аннотация

Преподаватели относятся к группе риска развития эмоционального выгорания из-за высоких моральных и профессиональных требований, предъявляемых к данной профессии. Нами проведено исследование 74 педагогов. Выявлено, что на устойчивость педагога к развитию синдрома эмоционального выгорания положительно влияет высокий эмоциональный интеллект и преобладание среди реакций на фрустрирующую ситуацию фиксации на удовлетворении потребности и отрицательно – высокое значение шкалы пессимистичности профиля личности.

Ключевые слова: эмоциональное выгорания, фрустрация, группа риска, прогноз.

PREDICTION OF DEVELOPMENT OF EMOTIONAL BURNING OUT AMONG TEACHERS

Vasily Georgiyevich Belov, the doctor of medical sciences, professor, Yury Aleksandrovich Parfenov, the doctor of medical sciences, professor, Sergey Aleksandrovich Parfenov, the candidate of medical sciences, Northwest Institute of Management of Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, St. Petersburg; Nadezhda Leonidovna Boyar, Olga Andreevna Titova, St. Petersburg university of technologies of management and economy

Annotation

Teachers are under the risk of developing the emotional burnout due to the high moral and professional requirements for this profession. We conducted a survey of 74 teachers. It has revealed that the resistance of teachers to the development of syndrome of the emotional burnout is connected with a positive effect of high emotional intelligence and prevalence among the reactions to frustration situation of fixation on the satisfaction of needs and negatively - high-scale value of pessimism of the personality profile.

Keywords: emotional burnout, frustration, risk group, forecast.

ВВЕДЕНИЕ

Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) с конца XX века является объектом изучения психологов и психиатров всего мира. Данный термин впервые применён Freudenberg (1974) для описания ухудшения состояния у работников психиатрических