

Секция «Психология труда и инженерная психология»

Регуляция состояния выгорания у преподавателей высшей школы

Кузнецова Алеся Анатольевна

Аспирант

Курский государственный медицинский университет, Факультет клинической психологии, Кафедра общей и клинической психологии, Курск, Россия

E-mail: kuznetsova.a80@mail.ru

В принятой правительством Российской Федерации «Национальной доктрине образования Российской Федерации на период до 2025 года» отмечается, что Российская система высшего образования должна стать конкурентоспособной с системами высшего образования передовых стран. Таким образом, значимость субъекта педагогической деятельности, его психические состояния приобретают статус категорий макросоциального уровня. В педагогической деятельности существует большое количество объективных и субъективных факторов, которые оказывают негативное воздействие как на профессиональную деятельность преподавателя (снижая ее эффективность), так и на субъекта деятельности, активируя психическое выгорание, эмоциональное напряжение и стресс.

Предметом исследования явилась рефлексивно-смысловая регуляция состояния выгорания у преподавателей высшей школы.

В пакет психодиагностических методик вошли: методика «Определение психического «выгорания» (А.А. Рукавишников)»; опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой; тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева; методика определения уровня рефлексивности А.В. Карпова. Статистическая обработка осуществлялась с использованием пакета прикладных программ STATISTIKA 6.0. Исследование осуществлялось на базах ВУЗов города Курска. В выборку вошло 99 преподавателей.

Полученные результаты эмпирического исследования выявления структурной организации состояния выгорания в условиях педагогической деятельности указывают на системообразующую роль в нем профессиональной мотивации [2,3,4,5]. Снижение профессиональной мотивации (демотивация) актуализируется на трех уровнях: межличностном (неудовлетворенность профессией, должностными обязанностями, работой в целом и отношениями в коллективе); личностном (заниженная самооценка, неудовлетворенность собой как профессионалом, ощущение низкой профессиональной эффективности); мотивационном (снижение потребности в достижениях, снижение ценности профессии) [6].

С целью выявления механизмов регуляции состояния выгорания был осуществлен кластерный и регрессионный анализы. В результате кластерного анализа структурных компонентов состояния выгорания и параметров регуляционной системы (смысложизненные ориентации, осмысленность жизни, рефлексивность) выявлено три основных кластера. В первый кластер с высокой степенью близости вошли как показатели рефлексивности, осмысленности жизни так и индекс психического выгорания, что может свидетельствовать о том, что указанные параметры системы регуляции могут редуцировать психическое выгорание [1].

Заключительным этапом в подтверждении наличия влияния выделенных параметров системы регуляции на состояние психического выгорания стал регрессионный анализ. На величину индекса психического выгорания оказывает вероятностное влияние общий уровень саморегуляции ($p\text{-value} = 0,04962$, $b = -0,2180$). Развитие и повышение уровня саморегуляции может способствовать снижению психического выгорания. На личностное отдаление оказывает вероятностное влияние, но с обратной направленностью осмысленность жизни ($p\text{-value} = 0,042579$, $b = -0,12516$), т.е. для снижения личностного отдаления необ-

ходимо развивать осмысленность жизни и ее составляющие. На профессиональную мотивацию с одинаковой степенью, но разной направленностью вероятностное влияние оказывают общий уровень саморегуляции и рефлексивность ($p\text{-value} = 0,056190$, $b = -0,32276$; $p\text{-value} = 0,059289$, $b = -0,11450$).

Выявленные закономерности положены в основу программы психологической профилактики возникновения состояния выгорания преподавателей высшей школы.

Источники и литература

- 1) Кузнецова А.А. Факторный анализ рефлексивно-смысловых механизмов регуляции состояния выгорания в условиях педагогической деятельности // Научно-технические ведомости Санкт-Петербургского государственного политехнического университета. Гуманитарные и общественные науки. 2012. Т. 3. № 155. С. 56-61
- 2) Кузнецова А.А. Рефлексивные механизмы регуляции состояния выгорания у преподавателей высшей школы // Известия Юго-Западного государственного университета, 2012. № 4 -3(43) . С.214-218.
- 3) Кузнецова А.А. Структурно-феноменологические проявления состояния выгорания у преподавателей высшей школы // Известия Юго-Западного государственного университета. 2012. № 3 -2. С. 145-152.
- 4) Никишина В.Б., Кузнецова А.А. Концептуальное обоснование метода субъективной оценки редукации достижений в условиях педагогической деятельности (СОРД) // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2014. № 8-1. С. 145-146.
- 5) Никишина В.Б., Кузнецова А.А. Методика исследования редукации достижений в условиях педагогической деятельности (СОРД): методология и технология стандартизации // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Гуманитарные науки. 2014. Т. 24. № 26 (197). С. 154-161.
- 6) Рукавишников, А.А. Личностные детерминанты и организационные факторы генезиса психического выгорания у педагогов: Дисс. ... канд. психол. наук / А.А. Рукавишников. - Ярославль, 2001. - 158 с.

Слова благодарности

Выражаю благодарность научному руководителю д.психол.н, профессору В.Б. Никишиной.