

---

УДК 159.9:370  
ББК 88.40  
С 90

**Л.В. Сурженко**

*Старший преподаватель кафедры педагогики и психологии Кубанского государственного аграрного университета, Краснодар; E-mail: stet@ukr.net*

## **РЕАЛИЗУЕМОСТЬ ЛИЧНОСТНЫХ ЦЕННОСТЕЙ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ В АСПЕКТЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ**

*(Рецензирована)*

**Аннотация.** В статье представлен анализ реализуемости личностных ценностей преподавателей высшей школы в зависимости от уровня профессионального выгорания. Показано, что профессиональное выгорание преподавателей обусловливается наличием рассогласования в ценностно-мотивационной сфере, в частности, невозможности реализации в профессиональной деятельности жизненных смыслообразующих ценностей. Способом разрешения внутренней конфликтности становится ограничение диапазона и интенсивности включения эмоций в профессиональное общение. Высокая внутренняя напряженность, вызванная фрустрацией значимых ценностей, способствует активизации механизма психологической защиты в форме психического выгорания. Полученные результаты исследования позволяют конкретизировать цель психопрофилактической работы — активизацию ценностно-смысловых ресурсов личности.

**Ключевые слова:** ценности личности, профессиональное выгорание, конфликтность ценностно-смысловой сферы, реализация личностных ценностей.

**L. V. Surzhenko**

*Senior Lecturer of Pedagogy and Psychology Department, Kuban State Agrarian University, Krasnodar; E-mail: stet@ukr.net*

## **FEASIBILITY OF PERSONAL VALUES OF HIGHER SCHOOL TEACHERS IN THE CONTEXT OF PROFESSIONAL BURNOUT**

**Abstract.** The paper presents an analysis of the feasibility of personal values of higher school teachers, depending on the level of professional burnout. The professional burnout of teachers is shown to be due to the presence of the mismatch in the value-motivational sphere, in particular, the inability to implement the life sense-forming values in the professional activity. Way to resolve the internal conflict is limiting the range and intensity of emotion inclusion in professional communication. High internal tension caused by the frustration of significant values, promotes the activation of psychological defense mechanism in the form of mental burnout. The results obtained allow us to specify the purpose of psycho-precautionary work, namely: activation of value and meaning resources of the individual.

**Keywords:** value of the individual, professional burnout, conflict of values and sense sphere, the realization of personal values.

Ценности и смыслы являются важнейшими механизмами регуляции человеческой деятельности в целом. Но особо весомым фактором является

ценностно-смысловая сфера в профессиональной деятельности.

По убеждению О.М. Краснорядцевой, значение ценностных ориентаций

---

состоит в том, что они «детерминируют профессиональное поведение, обеспечивая содержание и направленность деятельности и придавая смысл профессиональным действиям» [1].

Ценностно-смысловая 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 и развитию профессионального выгорания.

Профессиональное выгорание — это синдром, развивающийся на фоне хронического стресса и ведущий к истощению эмоционально-энергических и личностных ресурсов работающего человека. Негативные переживания людей с высокой степенью выгорания связаны с утратой смысла своей профессиональной деятельности, способности к самореализации, личной перспективе.

Актуальность исследования данного психологического феномена обусловлена его ярко выраженными отрицательными последствиями, которые проявляются в постепенном развитии негативных социально-психологических установок в отношении себя, близких людей, коллег, работы.

На сегодняшний день изучены такие аспекты проблемы ценностно-смысловой обусловленности выгорания, как потеря смысла жизни [2], потеря профессиональной мотивации и неудовлетворенность профессиональной деятельностью [3; 4], процессы самоактуализации личности [5].

Однако основной акцент делается на роль содержательных сторон ценностно-смысловых образований в развитии выгорания, задающих общее направление жизни (иерархии ценностей). Мало изучен вопрос взаимосвязи выгорания с динамическими особенностями функционирования личностных ценностей, связанных с их реализацией в жизни.

По мнению Р.Х. Шакурова, для актуализации элементов ценностно-смысловой сферы необходимы барьеры и, как следствие, эмоциональная напряженность, причем ценностные барьеры являются первичными и определяют дальнейшую активность субъекта. «Смыслообразующий потенциал ценностей определяется в первую очередь их дефицитностью, обусловленной барьером, т.е. ситуационным фактором» [6]. Значение барьеров особенно рельефно проявляется в двух биполярных ситуациях, когда преграды в реализации ценностей слишком велики и когда они отсутствуют вообще. Кризисные переживания, приводящие к депрессии и утрате смысла жизни, часто возникают под влиянием необратимого ценностного барьера — лишения человека возможности реализации очень важной ценности. Но аналогичный эффект — тоска, депрессия — наблюдается и при отсутствии барьеров, когда для человека открывается неограниченный доступ к желанным ценностям. Если они достаются легко, почти беспрепятственно, их привлекательность резко падает. Ценность теряет свою дефицитность, а вместе с этим и смыслообразующий потенциал.

Хотя, с другой точки зрения (Е.Б. Фанталова), более оптимальным считается состояние близости параметров «доступность» и «значимость», а расхождение между ними рассматривается как фактор фрустрации по типу или внутреннего вакуума (внутренней опустошенности, снижения побуждений) или внутреннего конфликта [7]. В частности, в исследованиях Е.Е. Бочаровой, показано, что согласованность в ценностно-смысловой сфере между «значимостью» и «доступностью» сопровождается благополучием на эмоциональном уровне, а соответственно разрыв между «значимостью» и «доступностью» — неблагополучием [8].

Таким образом, общий уровень согласования или рассогласования между ценностями личности и ее субъективной оценкой того, насколько они реализованы в ее реальной жизни, является основанием для осмысления своей

собственной жизни как гармоничной и непротиворечивой или, напротив, конфликтной и дисгармоничной.

Рассогласование, порождающее внутренний конфликт человека, невозможность конструктивного разрешения ценностных противоречий, создает основу для развития профессиональной деформации, профессионального маргинализма [9].

Таким образом, можно говорить о том, что профессиональное выгорание преподавателей обуславливается наличием рассогласования в ценностно-мотивационной сфере, в частности, невозможностью реализации в профессиональной деятельности жизненных смыслообразующих ценностей.

Цель статьи заключается в анализе реализуемости личностных ценностей преподавателей высшей школы в зависимости от уровня профессионального 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 лет 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 «Уровень соотношения ценности и доступности в основных жизненных сферах» Е.Б. Фанталовой; методы статистического анализа (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 соотношения ценности и доступности

в основных жизненных сферах, характерные для преподавателей с высоким и низким уровнем выгорания.

Сравнительный анализ результатов по индексу расхождения «Ценность» — «Доступность», являющемуся индикатором степени рассогласования в мотивационно-ценностной сфере, показал следующее. У преподавателей с высоким уровнем СЭВ отмечается высокий индекс расхождения Ц-Д ( $R=49,7$ ), что указывает на достаточно высокий уровень дезинтеграции в мотивационно-ценностной сфере. У преподавателей с низким уровнем СЭВ — низкий уровень дезинтеграции ( $R=35$ ). Достоверность (статистическая значимость) различий между группами по критерию t-Стьюдента  $p < 0,0002$ . Эти данные указывают на высокую степень неудовлетворенности текущей жизненной ситуацией, внутреннюю конфликтность, блокаду основных потребностей преподавателей с высоким уровнем выгорания и внутреннюю интегрированность и гармонию у преподавателей с низким уровнем выгорания.

Наличие достоверных различий между группами преподавателей с разной степенью выгорания по наличию состояний ВК выявлены относительно таких жизненных сфер, как «любовь» ( $\phi=4,013$ ,  $p < 0,01$ ), «уверенность в себе» ( $\phi=5,648$ ,  $p < 0,01$ ), «свобода как независимость в поступках и действиях» ( $\phi=3,787$ ,  $p < 0,01$ ), «наличие хороших и верных друзей» ( $\phi=1,923$ ,  $p < 0,05$ ), «счастливая семейная жизнь» ( $\phi=1,996$ ,  $p < 0,05$ ). Это позволяет нам утверждать, что преподаватели с высоким уровнем выгорания в большей степени, чем преподаватели с низким уровнем СЭВ, испытывают состояние внутреннего конфликта, неудовлетворенности из-за отсутствия уверенности в себе, свободы и независимости в поступках и действиях, отсутствия близости с близким человеком. Потребности в счастливой семейной жизни и наличии хороших и верных друзей также оказываются блокированы. Наличие внутреннего конфликта относительно ценностей «уверенность в себе», «свобода как независимость в поступ-

ках и действиях» указывает на невозможность преподавателей реализовать значимые ценности, что приводит к состоянию внутреннего напряжения, а наличие внутреннего конфликта относительно ценностей, связанных с позитивными взаимоотношениями с другими людьми, свидетельствует о недостаточном уровне социальной поддержки.

Достоверные различия по наличию состояния ВВ у преподавателей с разным уровнем выгорания выявлены в жизненных сферах «Творчество» ( $\chi^2=3,438$ ,  $p < 0,01$ ), «Красота природы и искусства» ( $\chi^2=3,139$ ,  $p < 0,01$ ). Это свидетельствует о том, что для преподавателей с высоким уровнем выгорания в большей степени, чем для преподавателей с низким уровнем СЭВ, характерна тенденция к потере интереса и безразличие к творческой деятельности и отсутствие стремления к эстетическим переживаниям. Важным является и то, что такие жизненные сферы, как «Интересная работа» и «Познание», представляют своего рода бесконфликтную зону, где потребности желаемого и возможности его удовлетворения в основном совпадают. Однако у 34% и 40% преподавателей соответственно выявлено наличие «внутреннего вакуума», неудовлетворенности в данных жизненных сферах, проявляющихся в ощущении «внутреннего балласта», «избыточности присутствия», ненужности. Таким образом, можно говорить, что у преподавателей с высоким уровнем выгорания отмечается в целом относительная удовлетворенность потребностей в интересной работе, возможности расширения своего образования, кругозора, общей культуры, а также отмечается тенденция к снижению активности и потери интереса к этим сферам. Интересная работа, возможность интеллектуального развития, творчество теряют функцию смыслообразующих мотивов и сопровождаются ощущением ненужности.

Достоверно значимо преподаватели с высоким и низким уровнем выгорания отличаются по наличию НЗ почти во всех жизненных сферах. Т.е. пре-

подаватели с низким уровнем выгорания в большей степени, чем преподаватели с высоким уровнем выгорания, удовлетворены взаимоотношениями с окружающими, собой, возможностью творческой деятельности.

Таким образом, выявленные различия позволяют говорить, что для преподавателей с высоким уровнем выгорания характерна высокая степень неудовлетворенности текущей жизненной ситуацией, внутренняя конфликтность. Для них свойственно снижение интереса к творческой деятельности и безразличие к красоте природы и искусства, которые выступают внутренним ресурсом, препятствующим развитию выгорания (А.Ю. Василенко, И.А. Курапова и др.). Профессиональная деятельность, самообразование, творчество становятся для преподавателей с высоким уровнем выгорания сферами, которые не могут предоставить им возможность реализации значимых ценностей, эти сферы теряют функцию смыслообразующих мотивов и сопровождаются ощущением ненужности.

Для преподавателей с низким уровнем выгорания характерен низкий уровень дезинтеграции в ценностно-мотивационной сфере, т.е. отсутствие расхождения между «желаемым» и «реальным», между «хочу» и «могу», «хочу» и «имею», а также между тем, что «есть», и тем, что «должно быть». Это говорит в целом об отсутствии расхождений в ценностно-мотивационной сфере личности преподавателей этой группы, об их внутренней интегрированности и гармонии, об удовлетворенности текущей жизненной ситуацией, взаимоотношениями с окружающими, собой.

Внутренняя конфликтность, высокая степень неудовлетворенности текущей жизненной ситуацией в результате фрустрации основных потребностей связаны с формированием выгорания у преподавателей, причем в большей степени таких его компонентов, как «деперсонализация» (дегуманизация отношений с окружающими людьми) и «редукция персональных достижений» (неудовлетворенность своими професси-

ональными результатами). О чем свидетельствует выявленная положительная корреляция между уровнем дезинтеграции в ценностно-мотивационной сфере и «интегральным показателем выгорания» ( $r = 0,431$ , при  $p < 0,01$ ), «деперсонализацией» ( $r = 0,422$ , при  $p < 0,01$ ) и «редукцией персональных достижений» ( $r = 0,293$ , при  $p < 0,01$ ).

Достоверные результаты корреляционного анализа между уровнем дезинтеграции и показателями фазы «напряжение» и ее симптомами позволяют утверждать, что чем больше расхождения «Ценность» — «Доступность», тем сильнее проявления у преподавателей тревожно-депрессивной симптоматики, касающейся профессиональной деятельности, усиливающейся осознанием невозможности конструктивно разрешить ситуацию, тем сильнее нервное напряжение. Способом разрешения внутренней конфликтности становится ограничение диапазона и интенсивности включения эмоций в профессиональное общение, о чем свидетельствует корреляция между уровнем дезинтеграции в мотивационно-ценностной сфере и симптомом «Неадекватное эмоциональное реагирование» (фаза «Резистентность») ( $r = 0,229$ , при  $p < 0,05$ ). Полное исключение эмоций приводит к снижению внутреннего напряжения, вызванного внутренними конфликтами, на что указывает обратная корреляционная связь между симптомом «Эмоциональная отстраненность» (фаза «истощения») и уровнем дезинтеграции в

мотивационно-ценностной сфере ( $r = -0,231$ , при  $p < 0,05$ ).

Таким образом, чем выше у преподавателей внутренняя конфликтность, неудовлетворенность ситуацией, психическая напряженность, характеризующие в целом внутренний дискомфорт, тем сильнее проявления цинизма, бессердечности в отношениях с другими людьми, тем чаще переживание опустошенности и бессилия, потери смысла и желания вкладывать личные усилия на рабочем месте. Профессиональная деятельность, самообразование, творчество становятся для преподавателей с высоким уровнем выгорания сферами, которые не могут предоставить им возможность реализации значимых ценностей, эти сферы теряют функцию смыслообразующих мотивов и сопровождаются ощущением ненужности. Способом разрешения внутренней конфликтности становится ограничение диапазона и интенсивности включения эмоций в профессиональное общение. Высокая внутренняя напряженность, вызванная фрустрацией значимых ценностей, способствует активизации механизма психологической защиты в форме психического выгорания.

И, наоборот, бесконфликтное, спокойное состояние, где «желаемое» и «реальное» полностью или частично совпадают, гармонически уравновешены во внутреннем мире личности преподавателя, когда значимые потребности в основном удовлетворены, а ценности реализованы, препятствует формированию выгорания.

#### Примечания:

1. Красноярцева О.М. Ценностная детерминация профессионального поведения педагогов // Сибирский психологический журнал. Томск, 1998. №7. С. 25-29.
2. Водопьянова Н., Старченкова Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб.: Питер, 2009.
3. Maslach C., Schaufeli W.B., Leiter M. P. Job Burnout // Annual Review of Psychology. 2001. Vol. 52. P. 397-422.
4. Орел В.Е. Синдром психического выгорания личности. М.: Ин-т психол. РАН, 2005. С. 12-77, 118-164.
5. Наличаева С.А. Связь самоактуализации и профессионального выгорания у педагогов // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. Педагогика и психология. Майкоп: Майкоп, 2011. Вып. 1. С. 132-137.
6. Шакуров Р.Х. Психология смыслов: теория преодоления // Вопросы психологии. 2003. №5. С. 18-33.
7. Фанталова Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта. Самара: Бахрах. М., 2001. 128 с.
8. Бочарова Е.Е. Стратегии поведения и субъективное благополучие личности // Вопросы общей и социальной психологии. Саратов, 2005. С. 67-75.

---

9. Фоменко Г.Ю., Куашева Е.Р. Кризисные явления профессионализации сотрудников полиции: субъектно-бытийная интерпретация // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. Педагогика и психология. Майкоп, 2012. Вып. 4.

**References:**

1. Krasnoryadtseva O.M. The value determination of the teachers' professional behaviour // Siberian psychological journal. Tomsk, 1998. No. 7. P. 25-29.
2. Vodopyanova N., Starchenkova E. A burning-out syndrome: diagnostics and prevention. SPb.: Piter, 2009.
3. Maslach C. Schaufeli W.B. Leiter M. P. Job Burnout // Annual Review of Psychology. 2001. Vol. 52 . P. 397-422.
4. Oryol V.E. A syndrom of personality's mental burning-out. M.: The RAS Psychology Institute, 2005. P. 12-77, 118-164.
5. Nalichayeva S.A. Connection of self-actualization and professional burning-out of teachers // The Bulletin of the Adyghe State University. Series «Pedagogy and Psychology». Maikop, 2011. Issue 1. P. 132-137.
6. Shakurov R.Kh. Psychology of meanings: an overcoming theory // Psychology Questions. 2003. No. 5. P. 18-33.
7. Fantalova E.B. Diagnostics and psychotherapy of the internal conflict. Samara: Bakhrakh. M., 2001. 128 pp.
8. Bocharova E.E. Strategy of behaviour and subjective wellbeing of a personality // Problems of the general and social psychology. Saratov, 2005. P. 67-75.
9. Fomenko G.Yu., Kuasheva E.R. Crisis phenomena of police officers' professionalization: subject-existential interpretation // The Bulletin of the Adyghe State University. Series «Pedagogy and Psychology». Maikop, 2012. Issue 4.