

**ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ВЫГОРАНИЯ У ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВУЗОВ**

*Белорусский национальный технический университет,
Частное учреждение образования «БИП-Институт правоведения»,
«ОКБ Академическое»,
г. Минск, Республика Беларусь*

Профессиональная деятельность преподавателей высших учебных заведений отличается особым риском для развития психического выгорания (Н. Б. Буртовая, Т. В. Бутенко, Н. А. Горбач, М. А. Лисняк, Т. Н. Матвеева, И. П. Миронов, О. А. Русских, Т. А. Саблина, Т. В. Тrepашко и др.).

«Выгорание» преподавателей высших учебных заведений в подавляющем числе случаев представляет собой относительно устойчивое состояние, возникающее, например, после многолетней целеустремленной работы, интегрирующей ежедневную педагогическую деятельность с выполнением диссертационного исследования, подготовкой монографии, ответственными выступлениями на конференциях, заботой о семье, а также с такими срочными профессионально значимыми и ответственными делами, от качества выполнения которых зависит престиж коллектива, а понимание всех аспектов их сущности к моменту начала работы у субъектов деятельности отсутствует [5, с. 27].

Последствия «выгорания» могут проявляться как в психосоматических нарушениях, так и в сугубо психологических (когнитивных, эмоциональных, мотивационных) изменениях личности [4, с. 126–127].

Сравнительное изучение синдрома выгорания у профессорско-преподавательского состава вуза и сотрудников, не задействованных в учебном процессе, показало, что сформированный синдром значительно чаще выявлен у преподавателей [3, с. 29–30].

Сравнительный анализ степень выгорания у преподавателей ВУЗа, врачей-хирургов и врачей-преподавателей, показал, что показатели эмоционального истощения и деперсонализации наиболее высоки у группы преподавателей ВУЗа. Это объясняется ежедневной насыщенной коммуникацией преподавателей и крайне низкой положительной эмоциональной отдачей [2, с. 33].

Выгорание может возникать на фоне неудовлетворенности профессиональной деятельностью, при снижении мотивации труда. В исследовании В. Е. Орла выделены особенности проявления психологического выгорания в мотивационной сфере личности. Автор установил воздействие выгорания на все аспекты мотивационной сферы по сравнению с обратным влиянием мотивации на исследуемый феномен [6]. «Изменения в компонентном составе на всех уровнях организации мотивационной сферы личности происходят под влиянием выгорания. Трансформация компонентов мотивационной сферы состоит в смене доминирующей мотивации в процессе профессиональной деятельности, межличностного общения и жизнедеятельности в целом, которая характеризуется преимущественной ориентацией на внешние стимулы» [6, с. 62].

На индивидуально-психологическом уровне изменение состава мотивационной сферы личности выражается в ориентации субъекта на результаты деятельности, в ожидании скорейшего достижения цели, в отсутствии направленности на сам процесс труда и получение удовлетворения от проделанной работы. На социально-психологическом и организационном уровнях смена доминирующей мотивации характеризуется исключением гуманистического компонента из ее содержания. Изменения межличностной мотивации заключаются в преобладающей роли блока «доминантно-формальных» отношений, сущность которого состоит в стремлении профессионалов к руководству другими людьми, контролю их поведения, в отсутствии потребности вступать в эмоционально-близкие отношения.

Специфика влияния выгорания на организационном уровне характеризуется снижением роли ценностей духовных, а также связанных с личностным ростом и творческой активностью; в такой ситуации доминирующими становятся материальные ценности [6].

В исследовании А.О. Беловой и др. отмечается, что для преподавателей вуза «характерна ориентация на мотивацию в виде различных доплат и возможности обучения, снижение интереса к новшествам, нововведениям, что может быть связано с наличием потребности в развитии и самосовершенствовании, и одновременной боязнью несоответствия предъявляемых к преподавателю требований и своих возможностей к их выполнению» [1, с. 69]. Установлено, что более высокий уровень эмоционального выгорания характеризует преподавателей с более выраженной внешней мотивацией.

Выявлена взаимосвязь между высоким уровнем выгорания и неудовлетворенностью такими внешними характеристиками профессии как, режим работы, престиж профессии, условия труда, размер заработной платы. Такие характеристики профессиональной деятельности, как разнообразие работы, самостоятельность в работе, участие в развитии организации, возможность общения в процессе работы соответствуют низкому уровню эмоционального выгорания [1].

Существующие исследования отмечают взаимосвязь синдрома выгорания и мотивации профессиональной деятельности. В содержательном плане трансформация мотивационной сферы личности проявляется в отсутствии направленности на сам процесс труда и получение удовлетворения от проделанной работы. Снижается мотивация творческой деятельности, мотивация достижения, доминируют внешние мотивы профессиональной деятельности.

Нами было также было проведено исследование мотивации профессиональной деятельности как фактора развития психического выгорания у преподавателей высших учебных заведений [7]. В исследовании принимали участие 72 преподавателя гуманитарных дисциплин разных ВУЗов г. Минска. Из них 54 женщины и 18 мужчин, возрастной диапазон от 23 до 75 лет.

Анализ полученных данных позволил заключить, что между изучаемыми переменными – психическое истощение, личностное отдаление, индекс психического выгорания и мотивационным фактором «потребность в совершенствовании, росте и развитии как личности» – существует значимая зависимость. Низкие значения рассматриваемого мотивационного фактора способствуют росту показателей выгорания.

Чем выше у преподавателей показатели потребности в совершенствовании, росте и развитии как личности, тем выше неудовлетворённость работой. На мотивационном уровне происходит снижение потребности в профессиональных достижениях.

Таким образом, негативные последствия психического выгорания у преподавателей проявляются в изменении мотивационной сферы. Можно судить о нарушении интегрированности структуры профессиональной мотивации, снижении роли внутриличностных ценностей, связанных с саморазвитием и активностью личности. У преподавателей проявляется ориентация на внешние результаты деятельности в ущерб поглощенности содержанием труда и полу-

чением удовлетворения от работы, а также своеобразная стагнация личностного роста.

С синдромом эмоционального выгорания сталкиваются рано или поздно практически все. В зоне риска руководители, менеджеры, люди работающие в образовании и социальной сфере. К выгоранию приводит то, что мы слишком долго, без чувства внутреннего согласия и ощущения ценности для себя делаем что-то. Это бывает также тогда, когда мы делаем слишком много всего, и просто ради того, чтобы сделать. Предотвратить синдром выгорания можно, задав себе несколько простых вопросов: Для чего я это делаю? Какой в этом смысл? Является ли это для меня ценностью? Нравится ли мне делать то, что я делаю? Мы защищены от выгорания тогда, когда чувствуем внутреннее согласие в отношении того, что мы делаем.

ЛИТЕРАТУРА

1. Белова, А. О. Профессиональная мотивация и уровень эмоционального выгорания у преподавателей вуза (на примере преподавателей медицинского вуза) / А. О. Белова, Р. В. Кадыров, Д. С. Корнилова, Т. В. Скоробач // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2014. – № 12. – С. 66–71.

2. Воробьева, Е. Е. Исследование факторов синдрома эмоционального выгорания и способы его коррекции (на примере преподавателей медицинского института) / Е. Е. Воробьева, О. А. Родионова // Бюллетень медицинских интернет-конференций. – 2015. – № 8. – Т. 5. – С. 1082–1084.

3. Горбач, Н. А. Синдром «эмоционального выгорания» у преподавателей вузов / Н. А. Горбач, М. А. Лисняк, Т. В. Трепашко // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2010. – № 2 (41). – С. 28–30.

4. Матвеева, Т. Н. Проблема профессионального выгорания преподавателей высших учебных заведений / Т.Н. Матвеева // Перспективы науки и образования. – 2013. – № 6. – С. 124–127.

5. Миронов, И. П. Эмоциональное выгорание преподавателей высших учебных заведений / И. П. Миронов, О. А. Русских // Вестник АНО ВПО «ПРИКАМСКИЙ СОЦИАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ» – 2015. – № 71. – С.3–10.

6. Орел, Е. В. Особенности проявления психологического выгорания в мотивационной сфере личности / В. Е. Орёл // Вестник ТГПУ. – 2005. – № 1. – С. 55–62.

7. Семёнова, Е. М. Мотивация профессиональной деятельности как фактор психического выгорания у преподавателей ВУЗов / Е. М. Семёнова, В. В. Салин // Актуальные проблемы психологии развития личности: сб. науч. ст.; науч. ред.: А. В. Ракицкая, О. Г. Митрофанова. – Гродно: ГрГУ им. Я. Купалы, 2017. – С. 296–302.

УДК: 72.012.72

Островский С. Н., Мартыненко С.

ИЗУЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПРИЯТИЯ АРХИТЕКТУРНОЙ СРЕДЫ ГОРОДСКИМИ ЖИТЕЛЯМИ

*Белорусский национальный технический университет,
г. Минск, Республика Беларусь*

На поведение человека и его состояние влияет много факторов: цвет, форма, стилистика города, количество зеленых зон и парков. Больших городах с высотными зданиями, человек, ощущая всю монументальность среды, в которой он находится, ощущает себя меньше. Но это не означает, что человека это будет угнетать. Скорее наоборот, он будет ощущать всю важность своей работы и будет набирать темп для того, чтобы успеть сделать в своей жизни как можно больше. В городах поменьше, с более медленным ритмом жизни, человек ощущает всю значимость своей жизни и осознает свою ценность.

Для того, чтобы выяснить каким образом оптимизировать проектирование архитектурных объектов для улучшения психологического состояния каждого городского жителя, было организовано настоящее исследование. В ходе исследования была составлена анкета, с помощью которой было опрошено 14 человек в возрасте от 18 до 24 лет. В опросе приняли участие 6 (43 %) юношей и 8 (57 %) девушек, проживающих в городе Минске.

Анкета включала в себя несколько вопросов, которые помогали определить отношение жителей города Минска к его архитектуре.

Так, на вопрос о том, какое здание Минска можно выделить как символ города мнения респондентов разделились между Национальной библиотекой и железнодорожным вокзалом. Но что явля-