Юшкова Ирина Дмитриевна
канд. биол. наук, доцент
Суслова Марина Юрьевна
старший преподаватель

Северо-Западный институт управления
ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства
и государственной службы при Президенте РФ»
г. Санкт-Петербург

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ И ЭМПАТИЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ ЛИЧНОСТИ ПЕДАГОГОВ КАК ФАКТОРЫ ПОВЫШЕНИЯ РИСКА ФОРМИРОВАНИЯ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

Аннотация: *статья посвящена исследованию влияния ценностных ориентаций и эмпатических способностей на формирование синдрома эмоционального выгорания у педагогов школы. Актуальность определяется акцентом на личностных факторах, влияющих на формирование выгорания. Феномен рассматривается в контексте трансформации образовательной среды, смены социокультурных парадигм, роста профессиональной нагрузки и ответственности педагогов. Подчёркивается, что эмоциональная деструкция педагогов снижает качество образовательного процесса, негативно сказывается на психологическом благополучии обучающихся и провоцирует текучесть кадров, что ведёт к дестабилизации образовательной системы. Обосновывается необходимость изучения ценностных ориентаций и эмпатических способностей как ресурсов профилактики выгорания.*

Ключевые слова: *ценностные ориентации, эмпатические способности, эмоциональное выгорание, педагоги, стресс.*

Актуальность исследования обусловлена растущей распространенностью синдрома эмоционального выгорания в педагогической сфере, которая характеризуется высокой эмоциональной насыщенностью, интенсивным

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

межличностным взаимодействием, высокой ответственностью за результаты своего труда. Такое взаимодействие, особенно в условиях высокой эмоциональной вовлеченности и плотного коммуникативного контакта создает значительный риск развития синдрома эмоционального выгорания. Данный синдром сопровождается снижением мотивации, истощением эмоциональных ресурсов, повышением уровня стресса, что ведет к снижению работоспособности и росту профессиональной деформации. Это, в свою очередь, негативно сказывается на психологическом благополучии обучающихся и самих педагогов.

Необходимо отметить, что проблеме, связанной с личностными факторами риска формирования синдрома эмоционального выгорания, в последнее время уделяли внимание многие исследователи.

Кросс-культурное исследование российских и белорусских педагогов, проведенное Е.И. Медведской и Е.В. Шерягиной, показало взаимосвязь между эмоциональным истощением как симптомом выгорания и личностным дистрессом как негативным эмпатическим феноменом, при этом значимых корреляций между выраженностью выгорания и позитивными эмпатическими феноменами обнаружено не было.

Исследование Т.П. Емельяновой и Е.И. Шуралевой показало, что для педагогов с уровнем эмоционального выгорания выше среднего в большей степени значимо материальное благосостояние, и менее важны признание со стороны других людей, а также помощь и милосердие как ценности. Для «выгоревших» педагогов характерны такие терминальные ценности, как сохранение собственной индивидуальности, развитие себя, высокое материальное положение, в то время как для педагогов с низким уровнем выгорания основными являются духовное удовлетворение, творчество, активная социальная жизнь.

В исследовании Н.С. Пряжникова и Е.Г. Ожоговой, в частности, выявлено, что у респондентов с выраженным уровнем эмоционального выгорания статистически чаще наблюдаются рассогласования в системе смысложизненных ориентаций.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Исследование В.В. Рябчикова и Юшковой И.Д. выявило, что ценности и эмпатия, с одной стороны, способствуют эмоциональному выгоранию, а с другой – его ограничивают, в зависимости от профессионального контекста и ресурсов специалиста. Авторы отмечают комплексного подхода к анализу проблемы эмоционального выгорания, учитывающего личностные особенности и стресса в профессиональной деятельности специалистов профессий, связанных с высокими эмоциональными нагрузками.

Таким образом, особенности ценностных ориентаций и эмпатических способностей педагога оказывают влияние на формирование синдрома эмоционального выгорания. Что подчеркивает важность дальнейшего изучения данного феномена в контексте личностных особенностей педагогов.

В настоящем исследовании в качестве диагностического инструментария использовались: методика оценки эмоционального выгорания В.В. Бойко [1]; методика Ш. Шварца для изучения ценностей личности, многофакторный опросник эмпатии М. Дэвиса. Для установления взаимосвязей между переменными использовался корреляционный анализ с расчетом коэффициента Спирмена, оптимального для выявления монотонных зависимостей. В исследовании приняли участие 40 педагогов, работающих в государственных бюджетных общеобразовательных учреждениях города Санкт-Петербурга. Распределение по полу в выборке отражало гендерные особенности педагогической профессии, где традиционно преобладают женщины. Доля женщин составила около 92,5% (37 человек), что соответствует общим тенденциям гендерного состава педагогических коллективов общеобразовательных школ; доля мужчин составила 7,5% (3 человека).

Результаты оценки ценностных ориентаций педагога, представлены на рисунке 1. Характеризуя данные необходимо отметить, что наиболее значимыми ценностями для респондентов являются Безопасность (5,30), Самостоятельность (5,12) и Доброта (4,98), что отражает гуманистическую и ответственную направленность личности в профессиональной сфере. Низкая значимость Власти (3,38), Традиций (3,64) и Стимуляции (3,68) указывает на отсутствие авторитарных тенденций и ориентацию на стабильность, а не на изменения.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

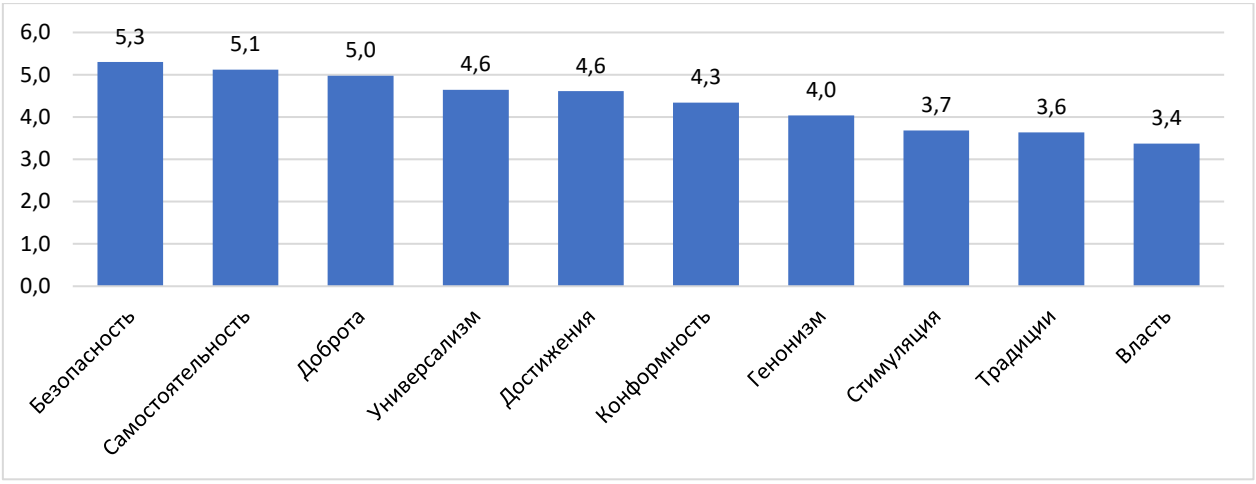


Рис. 1. Средние значения ценностных ориентаций педагогов (средний балл)

Результаты исследования, полученные с использованием многофакторного опросника эмпатии М. Дэвиса представлены на рисунке 2. Эмпатический профиль педагогов характеризуется высокими показателями позитивных аспектов эмпатии (Сопереживание, Децентрация, Эмпатическая забота) и умеренным уровнем Личного дистресса, что в целом является благоприятным для профессиональной деятельности в системе профессий «человек – человек».

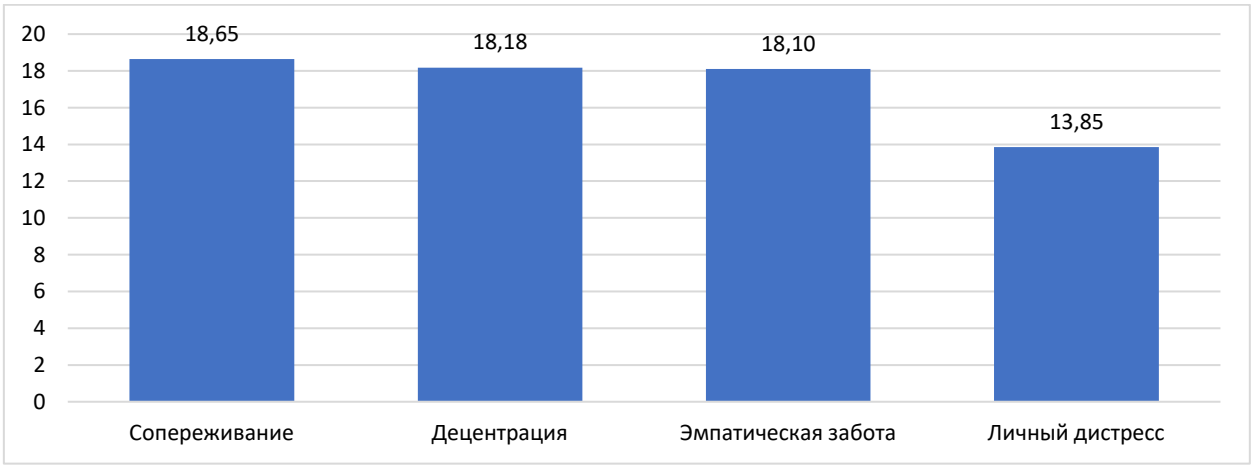


Рис. 2. Показателей эмпатии у педагогов (средние баллы)

Анализ результатов исследования, полученных с помощью методики оценки эмоционального выгорания В. В. Бойко, представлен на рисунке 3. В качестве наиболее выраженной была выявлена фаза Резистенции (41,9 баллов). Наиболее

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

выраженными симптомами являются, расширение сферы экономии эмоций и эмоциональный дефицит, что подчеркивает преобладание защитных механизмов среди респондентов. Высокие показатели оп фазе Резистенция, особенно за счет неадекватного реагирования и редукции профессиональных обязанностей, указывает на активные попытки минимизировать стресс, но эти попытки могут негативно сказываться на профессиональной эффективности и межличностном взаимодействии. Фаза Напряжения (31,9 балла) и фаза Истощения (32,1 балла) находятся на среднем уровне выраженности, причём показатели этих двух фаз почти одинаковы. Такое соотношение свидетельствует о том, что педагоги уже испытывают профессиональный стресс (Напряжение) и частичное эмоциональное истощение, однако полная утрата эмоциональных ресурсов не наступила.

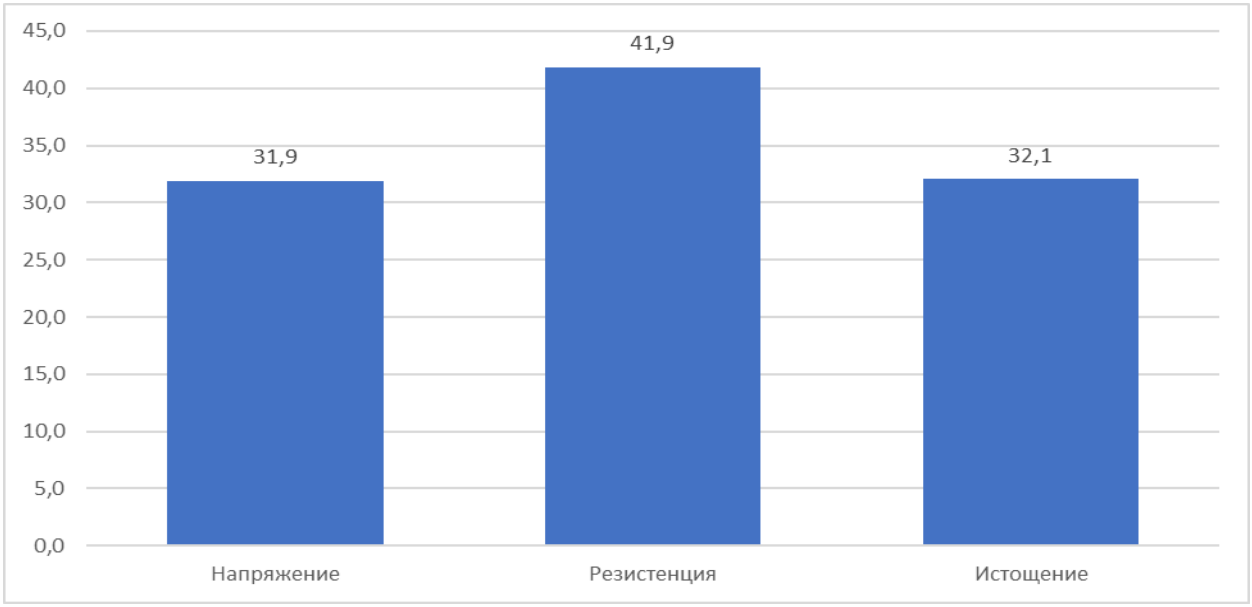


Рис. 3. Выраженность фаз эмоционального выгорания (средние баллы).

Результаты корреляционного анализа представлены на рисунке 4, где отражены связи между показателями и акцентировано внимание на статистически значимых и наиболее выраженных переменных. Корреляционный анализ выявил десять значимых связей, раскрывающих неоднозначный характер влияния ценностей и эмпатии на формирование синдрома эмоционального выгорания.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

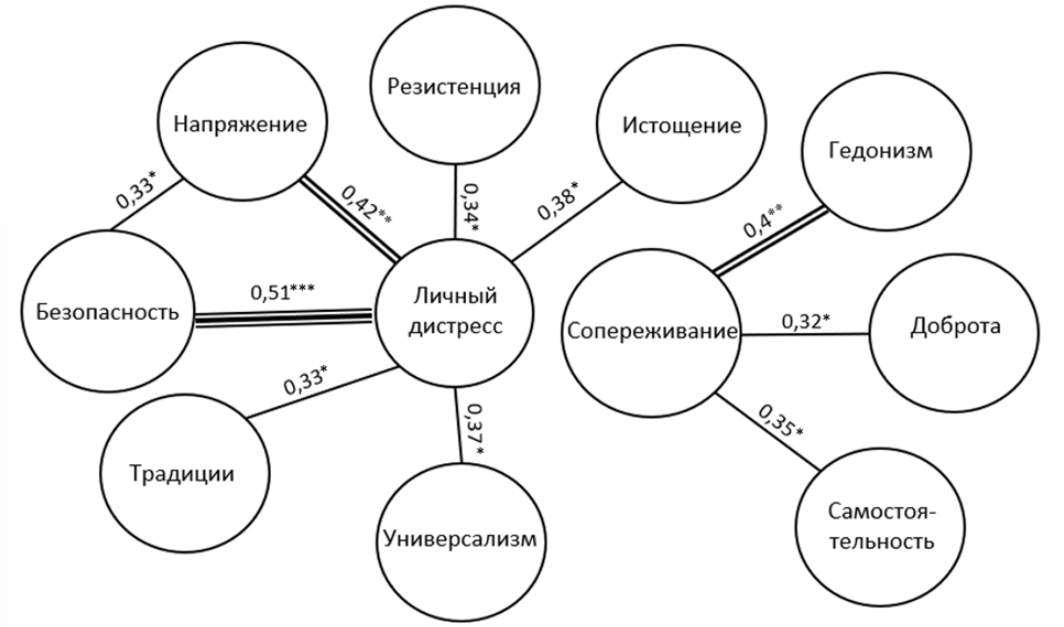


Рис. 4. Корреляционная плеяда взаимосвязей
между ценностными ориентациями, эмпатическими способностями
и эмоциональным выгоранием педагогов

*Примечание: одной линией (-) обозначены корреляции, значимые на уровне $p \leq 0,05$ ($\rho \geq 0,31$); двумя линиями (=) – корреляции, значимые на уровне $p \leq 0,01$ ($\rho \geq 0,40$); тремя линиями (≡) – корреляции, значимые на уровне $p \leq 0,001$ ($\rho \geq 0,51$). Значения коэффициентов корреляции ρ указаны рядом с линиями.

Следует отметить, что ценности Доброта ($\rho = 0,32$), Самостоятельность ($\rho = 0,35$) и Гедонизм ($\rho = 0,40$) положительно связаны со шкалой Сопереживания, которая не обнаружила значимых корреляций ни с одной из фаз выгорания: эти ценности поддерживают позитивные аспекты эмпатии, не повышая риска синдрома эмоционального выгорания. Ценности Традиции ($\rho = 0,33$), Универсализм ($\rho = 0,37$) и особенно Безопасность ($\rho = 0,51$) положительно коррелируют с Личным дистрессом, который, в свою очередь, связан со всеми тремя фазами выгорания – Напряжением ($\rho = 0,42$), Резистенцией ($\rho = 0,34$) и Истощением ($\rho = 0,38$). Ценность Безопасность также имеет прямую связь с фазой Напряжения ($\rho = 0,33$), выступая не как защитный фактор, а как дополнительный источник профессионального стресса в условиях неопределённости педагогической

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

деятельности. Ключевым механизмом, связывающим ценностную сферу и эмоциональное выгорание, выступает Личный дистресс. Педагоги с высоким приоритетом Безопасности, Традиций и Универсализма находятся в группе повышенного риска, тогда как Доброта и Самостоятельность поддерживают профессиональный ресурс, не приводя к формированию синдрома эмоционального выгорания. Практически значимый вывод исследования состоит в том, что профилактика эмоционального выгорания должна быть направлена не на снижение эмпатии, а на обучение педагогов управлению личным дистрессом и сохранению эмоциональной устойчивости при взаимодействии с участниками педагогического процесса.

Результаты, полученные в ходе исследования, позволяют сделать вывод что ценностные ориентации и эмпатические способности, с одной стороны, способствуют формированию синдрома эмоционального выгорания, а с другой – его ограничивают, в зависимости от профессионального контекста и личностных ресурсов специалиста. Полученные данные свидетельствуют о необходимости комплексного подхода к анализу проблемы формирования синдрома эмоционального выгорания, учитывающего взаимосвязи ценностных ориентаций личности педагога, его эмпатических способностей и профессионального стресса.

Список литературы

1. Бойко, В. В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В. В. Бойко. – Санкт-Петербург : Сударыня, 1999. – 28 с.

2. Карягина, Т. Д. Тест эмпатии М. Дэвиса: содержательная валидность и адаптация в межкультурном контексте / Т. Д. Карягина, Н. В. Кухтова // Консультативная психология и психотерапия. – 2016. – Т. 24, № 4 (93). – С. 33–61.

3. Медведская, Е. И. Особенности эмпатии и профессионального выгорания белорусских и российских педагогов / Е. И. Медведская, Е. В. Шерягина // Консультативная психология и психотерапия. – 2017. – Т. 25, № 2. – С. 59–74.

4. Уточнённая теория базовых индивидуальных ценностей: применение в России / Ш. Шварц, Т. П. Бутенко, Д. С. Седова, А. С. Липатова // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2012. – Т. 9, № 2. – С. 43–70.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

5. Юшкова, И. Д. Исследование взаимосвязи ценностных ориентаций, эмпатических способностей и эмоционального выгорания специалистов помогающих профессий / И. Д. Юшкова, В. В. Рябчиков // Современные вопросы педагогики и психологии: теоретико-методологические подходы и практические результаты исследований. – Чебоксары : Среда, 2026. – С. 93–105.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)