

## РАЗДЕЛ III. ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

УДК: 316.6

*Зубкова А.К.*

*Московский психолого-педагогический университет*

### ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ «ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ» ШКОЛЬНИКОВ-ПОДРОСТКОВ

*A. Zubkova*

*Moscow State University of Psychology & Education*

### THE EMPIRICAL STUDY OF SCHOOL TEENAGERS' «PROFESSIONAL BURNOUT»

**Аннотация.** Статья посвящена проблеме «профессионального выгорания» в ученической среде. Впервые проанализированы эмпирические данные, позволяющие развернуто проинтерпретировать особенности проявлений феномена «профессионального выгорания» в ученической среде с учетом ее социально-психологических характеристик и специфики учебной мотивации школьников-подростков. Показано, что синдром «профессионального выгорания» характерен для школьников-подростков, а зафиксированные закономерности и зависимости позволяют утверждать, что степень «профессионального выгорания» в ученической среде взаимосвязана как с социально-психологическими аспектами взаимоотношений в системах «учащийся – учащийся» и «учащийся – педагог», так и с уровнем учебной мотивации школьников-подростков.

**Ключевые слова:** школьники-подростки, ученическая группа, «профессиональное выгорание», интрагрупповое структурирование, учебная мотивация.

**Abstract.** The article explores the problem of «professional burnout» among school-aged children. It analyzes the empirical studies, which provide a detailed interpretation of «professional burnout» features among schoolchildren. While analyzing the author took into account the socio-psychological characteristics of teenagers' educational motivation. The article states that the «professional burnout» syndrome is typical for teenagers. Fixed patterns and correlations allow to assert that the degree of the «professional burnout» among schoolchildren is interconnected with two factors: a) social-psychological aspects of relationships in «student — student» and «student — teacher» systems; b) the level of educational motivation of teenagers.

**Key words:** school teenagers, student's group, the «professional burnout», student's group, group's structuring, educational motivation.

Не вызывает сомнений тот факт, что в современной российской школе к учащимся предъявляются высокие требования. К таким традиционно имеющим значение критериям успешного обучения, как хорошая успеваемость по всем предметам и участие в олимпиадах, добав-

ляется необходимость решения целого ряда задач, с которыми предыдущим поколениям учащихся в такой форме сталкиваться попросту не приходилось. Это и набирающая все большие обороты проектная деятельность, и постоянные мониторинги знаний, и новые формы сдачи экзаменов. При этом не отменяется необходимость активного участия в общественной жизни класса и школы и, по сути дела, безусловного и насыщенного общения с одноклассниками и учителями. Понятно, что все это требует немалых эмоционально-интеллектуальных ресурсных затрат. В этой связи становится понятным, что «профессиональное выгорание», столь присущее практически всем социально ориентированным профессиям, не может не проявляться тогда, когда речь идет и о школьниках (подростках и юношах). Опираясь на анализ психологических и психолого-педагогических источников, мы пришли к выводу о том, что тема «профессионального выгорания» школьников исследователями практически не затрагивалась и требует целенаправленного психологического и в том числе психолого-педагогического изучения. При этом следует отметить, что использование терминологии, связанной с проблематикой «профессионального выгорания», применительно к учащимся-подросткам и старшеклассникам вполне правомерно и целесообразно, уже хотя бы потому, что все чаще (и это более чем оправданно) в специальной литературе встречается словосочетание «профессия – учащийся», «профессия – школьник». Но, конечно, не только этот факт, а, прежде всего, полная жизненная включенность «взрослого» школьника в учебную, но и точнее – в учебно-профессиональную, деятельность позволяет в социальном плане рассматривать его как сложившегося профессионала в рамках институционально заданной ему активности.

При этом и анализ специальной литературы, и результаты целенаправленного наблюдения за жизнедеятельностью реально функционирующих учебных групп позволили сформулировать следующую *основную гипотезу* эмпирического исследования.

«Профессиональное выгорание» связано как с социально-психологическими аспектами взаимоотношений в системах «учащийся – учащийся» и «учащийся – педагог», так и с особенностями учебной мотивации школьников-подростков.

Данная гипотеза требует очевидной конкретизации и выдвижения в связи с этим частных гипотез-следствий, которые позволили бы подтвердить основное предположение через конкретно-эмпирические референты изучаемого предметного «поля».

Так, согласно первой частной гипотезе, мы предположили, что степень «профессионального выгорания» школьников-подростков не меняет своего значения, идет ли речь о «выгорании» вследствие взаимодействия с педагогами или взаимодействия с учащимися.

Вторая частная гипотеза состоит в предположении о факте более высокого уровня «профессионального выгорания» у учащихся с преобладающей внешней учебной мотивацией по сравнению с учащимися, обладающими преимущественно внутренней мотивацией к обучению.

Согласно третьей частной гипотезе, степень «профессионального выгорания» у среднестатусных подростков ниже, чем у их низко- или высокостатусных одноклассников.

Для проверки справедливости выдвинутых гипотез был подобран методический инструментарий, необходимый для решения собственно эмпирических задач. В исследовании были использованы следующие методики и методические процедуры: адаптированная для школьников «Методика диагностики уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко, адаптированный для школьников «Опросник на “выгорание”» М.В. К. Маслач и С. Джексон, «Методика диагностики направленности учебной мотивации» (Т.Д. Дубовицкой), методика «Направленность на отметку», методика «Направленность на приобретение знаний» (Е.П. Ильина и Н.А. Курдюковой), социометрическая и референтометрическая процедуры, а также методический прием опре-

деления неформальной интрагрупповой структуры власти в контактном сообществе (М.Ю. Кондратьев).

В результате проведенного исследования были получены материалы, позволяющие утверждать, что синдром «профессионального выгорания» характерен для школьников-подростков. Понятно, что при этом были впервые проанализированы эмпирические данные, позволяющие развернуто проинтерпретировать специфику проявлений феномена «профессионального выгорания» в ученической среде с учетом социально-психологических характеристик и специфики учебной мотивации школьников-подростков.

Исследование было осуществлено на базе ГОУ Гимназии № 1551 на параллели восьмых классов в 2010 г. В исследовании принимали участие 53 человека; 18 мальчиков и 35 девочек. Средний возраст испытуемых – 13–14 лет.

В результате были выявлены следующие закономерности.

1. По итогам проведения различных вариантов адаптации «Методики диагностики уровня эмоционального выгорания» (в одном из них в качестве партнеров учащихся рассматривались одноклассники, в другом – учителя) не обнаружено различий в степени «профессионального выгорания» у учащихся, идет ли речь о взаимоотношениях школьников-подростков с одноклассниками или с педагогами (соответствующие показатели 165 и 168 баллов).

Отсутствие этих различий во многом объясняется самой природой «школьного стресса», в качестве основных факторов которого традиционно выделяют постоянный рост потока информации, трудности в отношениях с одноклассниками и учителями и избыточную укомплектованность классов, ведущую к эмоциональной перегрузке [4]. И хотя ценность отношений со взрослыми в целом заметно снижается на фоне активизирующегося межличностного общения в системе «подросток – значимый ровесник» (именно эта система отношений является определяющей для подростков), в школьных условиях педагог продолжает быть референтным ли-

цом для школьников-подростков. Таким образом, вклады в «профессиональное выгорание» со стороны одноклассников и педагогов вполне сопоставимы.

2. При анализе уровня «профессионального выгорания» у внешнемотивированных учащихся и учащихся с внутренней мотивацией статистически значимых различий обнаружено не было. Однако подобные различия были обнаружены при рассмотрении различных фаз стресса.

Средний уровень «профессионального выгорания» по шкале «Редукция личных достижений» «Опросника на “выгорание”» МВИ у учащихся с преимущественно внутренней мотивацией на обучение равен 22 баллам, а у учащихся с внешней учебной мотивацией достигает 26 (различия статистически значимы;  $p < 0,01$ ).

Эти результаты можно объяснить тем, что при внешней мотивации знание не выступает решающей целью учения, и учебная деятельность становится в этом случае средством достижения других целей (получение хорошей оценки (аттестата), похвалы учителя или родителей, признания товарищей и др.), а редукция личностных достижений, в свою очередь, может проявляться в тенденции негативно оценивать себя, занижать свои профессиональные (в данном случае и учебно-профессиональные) достижения и успехи, в ограничении своих возможностей и обязанностей по отношению к другим.

Таким образом, можно говорить о том, что ориентация на внешние атрибуты в учебной и учебно-профессиональной деятельности провоцирует повышение неуверенности в качестве своих учебных успехов. Это можно объяснить и тем, что, приобретая высокую оценку или похвалу (когда они являются самоцелью), школьники, повышающие свой статус подобным образом, в реальности имеют недостаточно качественные знания.

3. При анализе уровня «профессионального выгорания» значимых различий между учащимися с высоким и низким статусом ни по одной из методик обнаружено не было. Если же говорить о сравнении степени

«профессионального выгорания» учащихся со средним статусом и низкостатусных или высокостатусных подростков, то гипотеза о том, что уровень «профессионального выгорания» у среднестатусных подростков ниже, чем у низко- или высокостатусных, получает определенное подтверждение (различия статистически значимы; соответственно  $p < 0,1$  и  $p < 0,05$ ).

При этом эмпирически многократно доказано наличие, по сути дела, прямой зависимости между ценностным вкладом в групповую жизнедеятельность и статусной позицией учащихся подростков [2]. Таким образом, можно говорить о том, что поддержание высокого статуса в группе требует постоянных личностных вложений со стороны его носителя. Принадлежность к низкостатусному слою побуждает к стремлению сохранить позитивную идентичность и занять более благоприятное положение в группе. При этом, согласно недавним исследованиям [1], вне зависимости от типа учебного заведения и этапа, на котором находится сообщество в рамках этого заведения, в учебных группах оценки личностных характеристик низкостатусных учащихся одноклассниками носят, как правило, преимущественно эмоционально-негативный характер, что неизбежно заставляет аутсайдеров достаточно активно вкладываться в групповую жизнедеятельность с тем, чтобы хоть как-то оптимизировать свою позицию в сообществе.

Что же касается среднестатусной категории учащихся, то она, как правило, наиболее многочисленна и выступает своеобразным связующим звеном между лидерами и аутсайдерами. При этом они адекватно представляют себе структуру группы и являются наиболее предсказуемыми ее членами [3].

Полученные данные вполне согласуются с выводами о том, что среднестатусная пози-

ция является наименее «энергетически» затратной по сравнению с высоко- и низкостатусными позициями. Высокий статус в группе предполагает необходимость дополнительного эмоционально-интеллектуального вклада, направленного на сохранение своей позиции, а низкостатусные подростки, в свою очередь будучи эмоционально неудовлетворены своим статусом в сообществе, вынуждены приложить определенные усилия для его изменения. Средний статус в этом плане наиболее стабилен, а следовательно, его носители менее подвержены «профессиональному выгоранию».

Таким образом, зафиксированные закономерности и зависимости позволяют однозначно утверждать, что в целом основная гипотеза нашего исследования получила свое подтверждение, а значит, степень «профессионального выгорания» в ученической среде действительно взаимосвязана как с социально-психологическими аспектами взаимоотношений в системах «учащийся – учащийся» и «учащийся – педагог», так и с уровнем учебной мотивации школьников-подростков.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Киселев А.В. Сравнительное исследование особенностей интрагруппового структурирования учебных групп разного типа и уровня развития (на примере общеобразовательной школы, колледжа и ВУЗа): автореф. дисс. ...канд. психол. наук. – М., 2010. – 182 с.
2. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М. Социальная психология малой группы. – М., 2001. – 318 с.
3. Никулин С.А., Сачкова М.Е. Особенности позиции среднестатусного подростка в системе отношений школьного класса // Психологическая наука и образование, 2010. – № 5. – С. 60-67.
4. Фельдштейн Д.И. Психологические особенности развития личности в подростковом возрасте // Вопросы психологии, 1988. – № 6. – С. 31-41.