

РОЛЬ ПСИХОСОЦИАЛЬНЫХ И ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ ФАКТОРОВ В РАЗВИТИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВУЗА

Смагулов Н.К., Евневич А.М., Адилбекова А.А., Гитенис Н.В.

НАО «Медицинский университет Караганды»

Караганда, Казахстан

tsmagulov@yandex.ru

Публикация посвящена изучению роли психосоциальных и производственных факторов в развитии симптома профессионального выгорания преподавателей вузов. Авторами показано, что при разработке системы профилактики профессионального выгорания преподавателей необходимо учитывать комплексную оценку условий труда, включая психосоциальные, производственные факторы и состояние здоровья преподавателей.

THE ROLE OF PSYCHOSOCIAL AND OCCUPATIONAL FACTORS IN THE DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL BURNOUT OF UNIVERSITY TEACHERS

Smagulov N.K., Evnevich A.M., Adilbekova A.A., Gitenis N.V.

Medical University of Karaganda

Karaganda, Kazakhstan

The publication is devoted to the study of the role of psychosocial and occupational factors in the development of the symptom of professional burnout of university teachers. The authors show the necessity of comprehensive assessment of working conditions, including psychosocial, occupational factors and the state of health of teachers, when developing a system for the prevention of professional burnout of teachers.

В настоящее время, в производственной сфере возрастает роль психосоциальных производственных факторов, предрасполагающих к развитию психозмоционального перенапряжения, профессионального стресса и выгорания [1]. Профессиональное выгорание (ПВ) преподавателей является следствием современной интенсификации профессиональной деятельности, роста информационных, эмоциональных нагрузок в сочетании со снижением двигательной активности, нарушением коммуникативных отношений и гармоничного образа жизни [2]. Таким образом, выгорание расценивается как самостоятельный феномен, отличающийся от стресса, утомления и депрессии [3].

Цель работы: оценить роль психосоциальных и производственных факторов в развитии профессионального выгорания преподавателей вуза.

Материал и методы исследования. Объектом исследования явились преподаватели-женщины университетов г. Караганды. Все обследуемые преподаватели были разделены на три возрастные группы: 1) до 30 лет (32 человека), 2) 30-49 лет (31 человек) и 3) 50 лет и более (40 человек). Используемые методики: 1) индекс массы тела (ИМТ); 2) оценка реактивной тревожности по Спилбергеру–Ханину, субъективного состояния по тесту САН, характеризующему самочувствие, активность и настроение; 3) диагностика ПВ

по анкетам В.В. Бойко; 4) уровень умственной работоспособности по корректурным таблицам В.Я. Анфимова; 5) состояние сердечно-сосудистой системы по уровню систолического (САД) и диастолического (ДАД) артериального давления, частоте пульса; 6) математический анализ variability сердечного ритма (BCP). Социологический опрос проводился по анкете оценки профилактической, медицинской активности и самооценки собственного здоровья граждан. Статистическая обработка проводилась с помощью программы Statistica.

Результаты и их обсуждение. Работа педагога относится к группе профессий, предметом которых является другой человек, педагог помимо профессиональных знаний управляет процессом интеллектуального и эмоционального развития обучающегося, формируя у него духовный мир. Напряженность трудового процесса преподавателей (интеллектуальные, эмоциональные, сенсорные нагрузки), по данным [4], соответствовала вредным условиям труда. Как показал анкетный опрос, наиболее распространенными негативными психосоциальными производственными факторами на рабочем месте преподавателя являлись: режим работы, организация рабочего процесса, учебная нагрузка, работа с документацией, оплата труда и др.

Нервно-эмоциональная нагрузка у преподавателей сопряжена с риском развития соматических и психических расстройств [5]. Так, у всех обследованных преподавателей преобладали заболевания сердечно-сосудистой системы (52,6÷61,9%), опорно-двигательного аппарата (55,3÷47,6%), пищеварительной системы (36,4÷42,9%). Основными причинами низкого уровня здоровья и высокой заболеваемости преподавателей были: недостаточная двигательная активность, нерациональное питание, недостаточное внимание к собственному здоровью. Наличие эмоциональной нагрузки, напряженности труда способствует истощению адаптационных механизмов и профессиональной дезадаптации преподавателей.

Симптомы профессионального выгорания (ПВ) были выявлены у 36,4% преподавателей, характеризовались сформированностью фаз «Напряжения» (10,1%), «Резистенции» (37,6%) и «Истощения» (15,9%), высокими уровнями симптомов «Неадекватное эмоциональное реагирование», «Редукция профессиональных обязанностей», «Переживание психотравмирующих обстоятельств», «Эмоциональный дефицит», «Эмоциональная отстраненность» и «Личностная отстраненность (деперсонализация)». Посимптомный анализ сформировавшейся фазы ПВ показал, что преобладают симптомы, негативно отражающиеся на профессиональных качествах преподавателей. У преподавателей симптомы ПВ также наблюдались не только у стажированных, но и у молодых преподавателей. Так, в возрастной группе до 30 лет преобладали: «Напряжение» - $21,7 \pm 0,08\%$, «Резистенция» - $34,7 \pm 0,09\%$ и «Истощение» - $30,4 \pm 0,09\%$.

Корреляционный анализ показал существенные различия в развитии ПВ и динамике психофизиологических показателей преподавателей вуза. Наибольшая дисперсия, т.е. сумма квадратов коэффициентов корреляций между симптомами ПВ и психофизиологическими показателями отмечалась в

фазе «Резистенция» - 2,22 (64,8%). У фаз «Истощение» - 0,61 (17,9%) и «Напряжение» - 0,59 (17,3%).

Анализ абсолютного вклада каждого симптома ПВ в общую дисперсию (его весомость) выявил следующие ведущие симптомы: «Редукция профессиональных обязанностей» (43,8%), «Расширение сферы экономии эмоций» (26,4%), «Неадекватное эмоциональное реагирование» (23,6%), ««Загнанность в клетку»» (19,4%) и «Психосоматические и психовегетативные нарушения» (16,7%).

Оценка знаковых значений коэффициентов корреляции показала наличие определенных зависимостей. Так, например, с увеличением возраста-стажевых показателей, ИМТ, показателя «Личностная тревожность», и снижением психоэмоциональных показателей («Самочувствие» и «Настроение») прогнозировалось увеличение выраженности симптома «Редукция профессиональных обязанностей». «Устойчивость» коррелировала с симптомами «Неадекватное эмоциональное реагирование» и «Эмоциональный дефицит». ИМТ, индекс напряжения и вариационный размах с симптомом «Расширение сферы экономии эмоций».

Можно предположить, что у преподавателей в процессе трудовой деятельности усиливалось признание психотравмирующих факторов профессиональной деятельности, в результате чего, преподаватели переставали ощущать различие между экономным проявлением своих эмоций и несоответствующим эмоциональным реагированием, и, в связи с чем, пытались максимально снизить эмоциональные затраты при выполнении профессиональных обязанностей.

Таким образом, при разработке системы профилактики профессионального выгорания преподавателей необходимо учитывать комплексную оценку условий труда, включая психосоциальные производственные факторы и состояние здоровья преподавателей. Для предупреждения нарушений здоровья преподавателей важное значение приобретают обеспечение их здоровьесберегающей деятельности, укрепление психологического здоровья на рабочем месте, внедрение моделей прогнозирования, повышающих эффективность профилактических мероприятий.

Список литературы

1. Бухтияров И.В., Матюхин В.В., Рубцов М.Ю. Профессиональный стресс в свете реализации глобального плана действий по здоровью, работающих. Международный научно-исследовательский журнал. 2016; 3: 53-55.
2. Maslach, C. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry / C. Maslach, M.P. Leiter // World Psychiatry. – 2016. – Vol. 15. – P. 103-111.
3. Бухтияров И.В., Рубцов М.Ю. Профессиональное выгорание, его проявления и критерии оценки. Аналитический обзор. Вестник Национального медико-хирургического Центра им. Н.И. Пирогова. 2014; 9 (2): 106-111.

4. Рыжов А.Я., Комин С.В., Копкарова О.О. Физиолого-гигиеническая характеристика труда преподавателей вуза. Медицина труда и промышленная экология. 2005; 10: 36-40
5. Ravalier, J.M. Working conditions and stress in the English education system / J.M. Ravalier, J. Walsh // Occupational Medicine. – 2018. – Vol. 68 (2). – P. 129-134.