

## Список цитируемых источников

1. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / пер. с англ. М. М. Исениной. М. : Прогресс, 1994. 478 с.
2. Riggeo R. E., Murphy S. E., Pirozzolo F. J. Multiple intelligence and leadership. London, 2002. 264 p.
3. Там же.
4. Джидарьян И. А. Категория активности и её место в системе психологического знания // Категории материалистической диалектики в психологии. М. : Наука, 1988. 420 с.
5. Riggeo R. E., Murphy S. E., Pirozzolo F. J. Multiple intelligence and leadership.
6. Зимняя И. А. Компетенция и компетентность в контексте компетентного подхода в образовании // Учёные записки Нац. о-ва прикладной лингвистики. 2013. № 4. С. 16—31.

Материал поступил в редколлегию 19.05.2016

УДК 159.9

**А. Н. Пилипчук**

*Учреждение образования «Барановичский государственный университет»,  
Барановичи*

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И СКЛОННОСТИ К ВИКТИМНОМУ ПОВЕДЕНИЮ У ПЕДАГОГОВ СЕЛЬСКИХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ**

*В статье обоснована важность исследования подверженности профессиональному выгоранию педагогов, склонных к виктимному поведению. Представлены результаты эмпирического изучения стадий и составляющих профессионального выгорания педагогов сельских школ, склонных к следующим видам виктимного поведения: аутовиктимное, гипервиктимное, агрессивное виктимное, самоповреждающее, зависимое, не критичное.*

*Ключевые слова:* виктимное поведение, педагоги, профессиональное выгорание.

### **Введение**

В последние десятилетия существенно усилилось внимание учёных к проблеме профессионального выгорания личности. Исследования

показывают, что фактором профессионального выгорания выступает возраст человека, а не стаж профессиональной деятельности. В связи с этим можно констатировать, что «выгоранию» личность подвержена, прежде всего, в период взрослости. В периодизации Б. Г. Ананьева взрослость представляет собой период жизни человека от 22 до 55—60 лет. В этом возрасте личность стремится к максимальной профессиональной самореализации, прилагая множество психознергетических и физиологических ресурсов. Как следствие, высокая степень риска возникновения профессионального выгорания в период взрослости детерминирована часто возникающим рассогласованием между прилагаемыми человеком усилиями, высокими ожиданиями, имеющимися у него, с одной стороны, и низкими результатами или обесцениванием, игнорированием его усилий и достижений в профессиональном коллективе — с другой.

Первое место по количеству опубликованных исследований, посвящённых проблеме выгорания, занимают работы, касающиеся труда педагогов. По мнению большинства учёных, педагоги — та категория профессионалов, которая наиболее подвержена выгоранию вследствие специфики своей деятельности. По данным исследований Н. А. Аминова, через 20 лет работы в школе у подавляющего числа педагогов наступает эмоциональное выгорание, а к 40 годам эмоционально сгорают все учителя [1].

Исследования В. В. Бойко, Н. Е. Водопьяновой и Е. С. Старчевой свидетельствуют о том, что группу риска (лица, максимально подверженные профессиональному выгоранию) составляют люди, обладающие такими личностными свойствами, как интровертированность, тревожность, низкая резистентность, депрессивность, эмоциональная неустойчивость [2].

На наш взгляд, категория специалистов, подверженных профессиональному выгоранию, может быть расширена за счёт включения в неё лиц, которым свойственно виктимное поведение или поведение по типу жертвы. Виктимные личности отличаются тревожностью, социальным инфантилизмом, заниженной самооценкой, зависимостью, уязвимостью к деструктивным внешним воздействиям, повышающими вероятность возникновения депрессии, личностной отстранённости, эмоционального истощения.

## Основная часть

Целью исследования было выявление взаимосвязи профессионального выгорания и склонности к виктимному поведению личности, осуществляющей педагогическую деятельность, в период взрослости.

Базой для исследования выступили государственные учреждения образования «Гневчицкая базовая школа-сад», «Крытышинская средняя школа», «Крошинская средняя школа» и «Городищенская средняя школа».

Выборку исследования составили 57 педагогов в возрасте от 22 до 56 лет. Из них 12 мужчин и 45 женщин (таблица 1).

Диагностический инструментарий исследования составили методики: «Тип ролевой виктимности» М. А. Одинцовой, «Исследования склонности к виктимному поведению» О. О. Андронниковой, «Определение психического выгорания» А. А. Рукавишников и «Профессиональное выгорание» К. Маслач (адаптирована Н. Водопьяновой, Е. Старченковой).

Установлена значимая прямая взаимосвязь между склонностью педагогов к аутовиктимному поведению, сопряжённому с исполнением игровой роли жертвы в межличностном взаимодействии, и выраженностью симптома профессионального выгорания «психоэмоциональное истощение» ( $r$  равно 0,27;  $p$  — 0,05). Чем выше инфантильность педагогов и боязнь ответственности, эмоциональная интолерантность и тревожность, чем сильнее рентные установки, тем в большей степени педагоги подвержены психоэмоциональному истощению в профессиональной деятельности,

Т а б л и ц а 1 — Социально-психологические характеристики выборки исследования

Характеристики выборки		Количество респондентов, %
Пол	женский	78,9
	мужской	21,1
Семейное положение	не замужем/не женат	38,6
	замужем/женат	61,4
Возраст	до 35 лет	42,2
	после 35 лет	57,8

т. е. постоянная демонстрация педагогами своих несчастий и страданий, а также боязнь ответственности влекут за собой истощение эмоциональных, физических и энергетических ресурсов.

Значимая прямая взаимосвязь была получена между склонностью педагогов к аутовиктимному поведению и выраженностью такого симптома профессионального выгорания, как личностное отдаление ( $r$  равно 0,31;  $p$  — 0,02), а также уровнем психического выгорания в целом ( $r$  составляет 0,32;  $p$  — 0,02), т. е. чем выше склонность педагогов обвинять других людей в своих несчастях, считать, что жизнь к ним несправедлива, привлекать к себе внимание, манипулируя своей беспомощностью, тем быстрее у них формируется и интенсивнее проявляется негативное и циничное отношение к коллегам и обучающимся, раздражительность и непримиримость в ситуациях общения, нежелание контактировать с людьми.

Также следует отметить тенденцию к значимости связи между склонностью педагогов к аутовиктимному поведению и выраженностью деформации мотивационной сферы как симптома профессионального выгорания ( $r$  равно 0,22;  $p$  — 0,09). Значит, чем выше тенденция к проявлению педагогами беспомощности и манипуляции окружающими, тем в большей степени они предрасположены к занижению оценки своей профессиональной компетентности и снижению продуктивности профессиональной деятельности.

Имеет место значимая прямая взаимосвязь между уровнем гипервиктимности педагогов (принятие позиции и статуса жертвы) и выраженностью у них симптома профессионального выгорания «психоэмоциональное истощение» ( $r$  составляет 0,27;  $p$  — 0,04), т. е. чем ниже уровень жизнестойкости, осознанности смыслозначимых ориентаций у педагогов, склонности воспринимать и позиционировать себя как жертву жизненных обстоятельств и межличностных отношений, занимать иждивенческую позицию и жить с установкой «мне все должны», тем в большей степени они подвержены истощению эмоциональных, физических и энергетических ресурсов.

Была получена значимая прямая взаимосвязь между уровнем гипервиктимности педагогов и симптомом профессионального выгорания «личностное отдаление» ( $r$  равно 0,37;  $p$  — 0,00). Значит, чем выше неприятие педагогами себя, зависимость, склонность

уходить от проблем, пессимистично относиться к происходящему, рассматривать себя как беспомощных и заниматься самообвинениями и обвинениями других людей в трудных жизненных ситуациях, склонность агрессивно требовать помощи и снисхождения, тем в большей степени у них проявляется нежелание контактировать с людьми, раздражительность и нетерпимость в ситуациях общения, критичное отношение к окружающим и некритичность в оценке самих себя, безразличие к своей карьере.

Установлено наличие значимой прямой взаимосвязи между уровнем гипервиктимности педагогов и уровнем психического выгорания в целом ( $r$  составляет 0,26;  $p$  — 0,05). Для педагогов с высоким уровнем гипервиктимности свойственна повышенная переменчивость в настроении, выраженность психоземotionalной симптоматики, проявляющейся в нарушении сна, излишнем беспокойстве, рассеянности, неудовлетворённости повседневной деятельностью. Чем выше уровень эмоциональной включённости педагогов в напряжённые, трудные профессиональные ситуации, пессимистичного отношения к происходящему, самообвинения наряду со стремлением снять с себя ответственность за происходящее посредством обвинения коллег и обучающихся, тем в большей степени они подвержены профессиональному выгоранию, сопровождающемуся неудовлетворённостью собой как профессионалом, снижением профессиональной самооценки и профессиональной самоотдачи.

Имеет место значимая прямая взаимосвязь между склонностью педагогов к агрессивному виктимному поведению и симптомом профессионального выгорания «личностное отдаление» ( $r$  равно 0,27;  $p$  — 0,05), т. е. чем выше склонность педагогов становиться жертвой в межличностном взаимодействии из-за проявления агрессии, тем в большей степени у них проявляется нежелание контактировать с обучающимися. Для них характерна повышенная раздражительность и нетерпимость в ситуациях общения, что влечёт за собой трудности во взаимоотношениях.

Нами была выявлена значимая прямая взаимосвязь между склонностью педагогов к агрессивному виктимному поведению и симптомом профессионального выгорания «психоземotionalное истощение» ( $r$  составляет 0,32;  $p$  — 0,02), уровнем психического выгорания в целом ( $r$  равно 0,34;  $p$  — 0,01). Чем выше склонность

педагогов намеренно создавать или провоцировать конфликтные ситуации, проявлять агрессию, тем в большей степени они проявляют индифферентность в отношении коллег и обучающихся. Педагоги, которые склонные к агрессивному виктимному поведению, психоэмоционально истощены, характеризуются доминантностью, нетерпеливостью, вспыльчивостью и холодностью по отношению к другим.

Между склонностью педагогов к самоповреждающему и саморазрушительному поведению и симптомом «личностное отдаление» была отмечена тенденция к взаимосвязи ( $r$  равно 0,21;  $p$  — 0,12). Следовательно, чем выше склонность педагогов к активному поведению, провоцирующему ситуацию виктимизации своей просьбой или обращением, тем чаще они выстраивают деструктивные отношения с коллегами и обучающимися. Педагоги такого типа стремятся оградить себя от неприятностей пассивностью по принципу «лучше ничего не делать, чем ошибиться». Они подвержены страхам, тревожности, мнительности, что является причиной уменьшения количества межличностных контактов.

Мы определили значимую прямую взаимосвязь между склонностью педагогов к зависимому и беспомощному поведению и симптомом профессионального выгорания «личностное отдаление» ( $r$  составляет 0,27;  $p$  — 0,04). Чем выше склонность педагогов оценивать внешние события как от них независимые, отказываться от решения собственных проблем в пользу помощи другим людям, принимать слишком большое количество обязательств, ощущать затравленность и давление, тем быстрее у них возникает желание увеличивать психологическую дистанцию во взаимодействии. Они характеризуются робостью, скромностью, склонностью всех прощать, оправдывать чужую агрессию. Перечисленные качества деструктивно сказываются на взаимоотношениях педагогов с обучающимися. Последние не воспринимают их как профессионалов, относятся к ним с неуважением.

Согласно полученным данным, между склонностью педагогов к зависимому и беспомощному поведению и симптомом «психоэмоциональное истощение» ( $r$  равно 0,43;  $p$  — 0,001) и психическим выгоранием в целом ( $r$  составляет 0,34;  $p$  — 0,01) существует значимая прямая взаимосвязь, т. е. чем выше вовлеченность педагогов в кризисные ситуации в целях получения сочувствия и под-

держки от коллег и обучающихся и чаще попадание в неприятные ситуации, тем в большей степени проявляется снижение способности концентрироваться на определённом занятии, неуверенность в себе, трудность в общении с коллегами и обучающимися, напряжение. Сами они не могут справиться с личностными и профессиональными проблемами, подчиняются мнению других людей. Им трудно установить контакт с обучающимися, завоевать их авторитет. Это влечёт за собой развитие психосоматических заболеваний.

Между склонностью педагогов к некритичному поведению и симптомом профессионального выгорания «психоэмоциональное истощение» установлена значимая прямая взаимосвязь ( $r$  равно 0,26;  $p$  — 0,05). Чем выше склонность педагогов демонстрировать неосмотрительность, неумение правильно оценивать жизненные ситуации, доверчивость и легкомысленность, склонность к идеализации обучающихся, оправданию их негативного поведения, тем быстрее у них возникает истощение эмоциональных и физических ресурсов.

Виктимное поведение приводит к возникновению у педагогов психоэмоционального истощения ( $r$  составляет 0,32;  $p$  — 0,02). Виктимные педагоги стремятся к тому, чтобы достичь успехов в любом виде деятельности, при этом затрачивая слишком большое количество физических, эмоциональных и энергетических ресурсов.

Тенденция к значимой взаимосвязи была установлена между склонностью педагогов к зависимому и беспомощному поведению и стадией профессионального выгорания «деперсонализация» ( $r$  равно 0,21;  $p$  — 0,12). Чем выше конформность, уступчивость, внутренняя ранимость педагогов, тем в большей степени они подвержены появлению раздражительности и нетерпимости в общении и снижению контактов, возникновению негативизма, скепсиса, циничности в профессиональном взаимодействии.

Тенденция к обратной взаимосвязи наблюдается между склонностью педагогов к зависимому, беспомощному поведению и стадией профессионального выгорания «редукция личных достижений» ( $r$  составляет  $-0,27$ ;  $p$  — 0,05), т. е. чем выше тревожность, неприспособленность к окружающей среде, лживость педагогов, тем в меньшей степени они подвержены проявлению негативного отношения к работе, снижению творческой активности и продуктивности в профессиональной деятельности.

Имеет место тенденция к обратной взаимосвязи между склонностью педагогов к некритичному поведению и стадией профессионального выгорания «редукция личных достижений» ( $r$  равно  $-0,24$ ;  $p$  —  $0,07$ ). Значит, чем выше у педагогов склонность к социальной пассивности, приводящей к неудовлетворённости своими достижениями, к чувству досады и зависти, тем менее интенсивно у них снижается заинтересованность в результатах своего труда, оценка себя как профессионала.

### **Заключение**

Педагоги, склонные к аутовиктимному поведению, предрасположены к возникновению таких составляющих профессионального выгорания, как психоэмоциональное истощение, личностное отдаление, деформация профессиональной мотивации. Педагоги с гипервиктимным, а также зависимым и беспомощным поведением предрасположены к возникновению таких составляющих профессионального выгорания, как психоэмоциональное истощение и личностное отдаление. При этом у педагогов с зависимым поведением быстрее формируются такие стадии профессионального выгорания: деперсонализация и редукция личных достижений. У педагогов, склонных к самоповреждающему и саморазрушительному поведению, наблюдается тенденция к возникновению личностного отдаления.

У педагогов, склонных к некритичному поведению, отмечается высокая вероятность возникновения психоэмоционального истощения. У них быстрее формируется такая стадия профессионального выгорания, как редукция личных достижений.

Педагоги с высокой реализованной виктимностью предрасположены к истощению психоэмоциональных ресурсов.

### **Список цитируемых источников**

1. Аминов Н. А. Учительская усталость // Первое сентября. 1999. № 26. С. 5.
2. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М. : Филин, 1996. 472 с. ; Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб. : Питер, 2005. 336 с.

Материал поступил в редколлегию 27.07.2016