

Отношение к микросоциуму и макросоциуму у педагогов с разным уровнем психического выгорания

Д.Р. Мерзлякова,

кандидат психологических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности Института гражданской защиты Удмуртского государственного университета sagitova_77@mail.ru

Описывается исследование, целью которого было изучение симптомов психического выгорания и отношения к микросоциуму и макросоциуму у педагогов с разным уровнем проявленности данного психологического феномена. Гипотезы исследования состояли в том, что при возрастании уровня психического выгорания под действием стресс-факторов происходит усиление эмоциональных, мотивационных, когнитивных, поведенческих и психосоматических симптомов, а также негативного отношения специалиста к микросоциуму, макросоциуму и к профессии в целом. В исследовании приняли участие 155 педагогов общеобразовательных школ: 112 женщин и 43 мужчины в возрасте от 22 до 70 лет. Использовались следующие психодиагностические методики: наблюдение, беседа, анкета, разработанная автором, для изучения симптомов психического выгорания, опросник МВІ в варианте для педагогов и учителей, разработанный К.Маслак и С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой. Исследование показало, что при возрастании уровня психического выгорания происходит усиление эмоциональных, мотивационных, когнитивных, поведенческих и психосоматических симптомов. У педагогов высокого уровня психического выгорания более выражено негативное отношение к профессии и рабочей обстановке, к микросоциуму (реципиентам и коллегам) и макросоциуму (социальным стратам и общественным институтам).

Ключевые слова: психическое выгорание, эмоциональные, мотивационные, когнитивные, поведенческие, соматические симптомы психического выгорания, микросоциум, макросоциум.

Современная система образования диктует новые и более высокие требования к личности педагога, к успешности его профессиональной деятельности, способствуя тем самым возникновению для педагогов стрессовых ситуаций. Синдром психического выгорания, наряду с другими разновидностями профессионального стресса, вызывает

депрессивные состояния, чувства бессмысленности своей деятельности, беспомощности, что приводит к снижению работоспособности специалиста.

Изучением синдрома психического выгорания занимались отечественные исследователи (В.В. Бойко, Н.Е. Водопьянова, Н.В. Гришина, А.К. Маркова, В.Е. Орел, Т.И. Ронгинская, А.А. Рукавишников, М.М. Скугаревская, Т.В. Форманюк и др.) и зарубежные ученые (М. Буриш, Г. Фреденбергер, Р. Голембивски, М. Лейтер, Т. Марек, К. Маслак, А. Пинес, В. Шауфели и др.).

Первые работы по выгоранию появились в 1970-е гг. в США. Одним из основоположников идеи выгорания является Х. Фреденбергер, американский психиатр, работавший в альтернативной службе медицинской помощи. В 1974 г. он описал феномен, который наблюдал у себя и своих коллег (истощение, потеря мотиваций и ответственности), и назвал его запоминающейся метафорой — выгорание [8].

Другой основоположник идеи выгорания – К. Маслак – определяет синдром выгорания как состояние физического, эмоционального и умственного истощения, отмеченного физическим истощением и хронической усталостью, чувствами беспомощности и безнадежности, развитием отрицательной самооценки и негативного отношения к работе, жизни и другим людям.

Этот синдром проявляется в профессиях социальной сферы и включает в себя три составляющие:

эмоциональное истощение, связанное с чувством эмоционального опустошения и усталости, которое возникает при избыточной рабочей нагрузке, когда эмоциональные ресурсы человека оказываются исчерпанными и он чувствует себя неспособным адекватно эмоционально реагировать;

деперсонализацию (тенденция развивать негативное отношение к человеку) – отрицательное, циничное либо безразличное восприятие человека, защиту от подавляющих эмоциональных состояний путем обращения с учеником как с объектом;

редукцию профессиональных достижений, проявляющуюся в переживании некомпетентности и неуспешности своей деятельности [10].

В отечественной литературе процессуальная концепция выгорания представлена в работе В.В. Бойко, описывающего выгорание с точки зрения основных стадий стресса, согласно концепции Г. Селье [2].

Синдром психического выгорания включает в себя ряд симптомов. По мнению W.Schaufeli & D.Enzmann, они объединяются в пять основных групп:

1) аффективные;

- 2) когнитивные;
- 3) физические;
- 4) поведенческие;
- 5) мотивационные.

Объектом проведенного нами исследования стал синдром психического выгорания педагогов. **Предметом исследования** – специфика симптомов психического выгорания и отношения к микросоциуму и макросоциуму у педагогов с разным уровнем данного феномена.

Негативное отношение к микросоциуму характеризуется отрицательными эмоциями по отношению к реципиентам своего труда и коллегам по работе. В зависимости от сферы деятельности специалиста реципиентами могут быть ученики, пациенты, покупатели и т.д.

Негативное отношение к макросоциуму проявляется в виде отрицательных эмоций по отношению к социальным стратам и общественным институтам. Социальные страты являются элементами социальной структуры. Страта может быть социальным слоем или социальной группой, объединенной неким общим социальным признаком (имущественным, профессиональным или иным). К общественным институтам относят семью, образование, религию.

Гипотезы исследования заключались в следующем:

- 1) при возрастании уровня психического выгорания под действием стресс-факторов происходит усиление эмоциональных, мотивационных, когнитивных, поведенческих и психосоматических симптомов;
- 2) при возрастании уровня психического выгорания усиливается негативное отношение специалиста к микросоциуму (коллегам и реципиентам), макросоциуму (социальным стратам и общественным институтам) и к профессии в целом.

Целью работы было изучение симптомов психического выгорания и отношения к микросоциуму и макросоциуму у педагогов с разным уровнем данного психологического феномена. Ставились следующие **задачи:**

- 1) провести исследование уровня психического выгорания;
- 2) выявить специфику эмоциональных, мотивационных, когнитивных, поведенческих и психосоматических симптомов у испытуемых низкого и высокого уровня психического выгорания;

3) определить особенности отношения специалистов низкого и высокого уровня психического выгорания к микросоциуму (коллегам и реципиентам), макросоциуму (социальным стратам и общественным институтам) и к профессии в целом.

Методологической основой исследования стали современные теоретические подходы и эмпирические исследования психического выгорания (Н.В. Гришина, В.Е. Орел, Т.И. Ронгинская, А.А. Рукавишников, М.М. Скугаревская, Т.В. Форманюк, М. Burish, Н. Fredenbcrger, R. Golecmbiewsky, M. Leiter, T. Marek, C. Maslaeh, A. Pines, W. Schaufeli и др.).

В исследовании использовался психодиагностический комплекс, который состоял из следующих методик:

1) наблюдение;

2) беседа;

3) анкета, разработанная автором, для изучения симптомов психического выгорания. Анкета включала в себя описание симптомов психического выгорания, выделенных В.Е. Орлом [5] (эмоциональные, мотивационные, когнитивные, поведенческие, соматические симптомы), а также вопросы, направленные на выявление негативных проявлений по отношению к микро- и макросоциуму;

4) опросник МВІ в варианте для педагогов и учителей, разработанный К.Маслак и С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой [3].

В исследовании приняли участие педагоги общеобразовательных школ, посещавшие курсы повышения квалификации в Институте повышения квалификации и переподготовки работников образования Удмуртской Республики, в количестве 155 человек (112 женщин и 43 мужчины в возрасте от 22 до 70 лет). Стаж работы испытуемых составлял от 0,5 года до 46 лет. В исследовании принимали участие педагоги-предметники и педагоги дополнительного образования. Среди испытуемых специалистов с высшей категорией было 31 %, с первой категорией – 50 %, со второй категорией – 19 %. Из 43 мужчин двое были не женаты и 41 мужчина имел семью, из 112 женщин 58 женщин были замужем и 54 женщин были не замужем.

Исследование проводилось в два этапа. На первом этапе (2009–2010 гг.) ставилась задача предварительно проанализировать литературу по теме исследования. Были изучены основные психологические концепции психического выгорания, стрессогенные факторы педагогической деятельности, особенности проявления синдрома психического выгорания, отобраны и созданы методики исследования, на основе которых был составлен психодиагностический комплекс для проведения эмпирического исследования.

На втором этапе (2010–2012 гг.) проводилось комплексное психологическое обследование педагогов. На основании полученных данных были выявлены специфика симптомов психического выгорания в зависимости от стадии данного феномена и особенности отношения педагогов к микросоциуму, макросоциуму и к профессии в целом.

В нашем исследовании испытуемые были разделены на три группы:

группа 1 – низкий уровень психического выгорания испытуемых;

группа 2 – средний уровень психического выгорания испытуемых;

группа 3 – высокий уровень психического выгорания испытуемых.

При разделении респондентов на три выборочных совокупности применялся рекомендованный психологами-исследователями метод выявления различий в уровне исследуемого признака, основанный на использовании значений стандартного отклонения – «сигмы» [6]. Первичные статистики представлены в табл. 1.

Т а б л и ц а 1

Первичные статистики показателя уровня психического выгорания в общей группе педагогов в группах разного уровня психического выгорания

Статистические показатели	Вся группа	Низкий уровень n=30	Средний уровень n=68	Высокий уровень n=57
Среднее	46,31	24	42,11	63,27
Минимум	17	17	26	50
Максимум	77	30	53	77
Дисперсия	269,72	14	66,69	67,49
Стандартное отклонение	46,32	3,74	8,17	8,21

Таким образом, были выделены:

- 1) учителя низкого уровня психического выгорания (30 человек со средним показателем, равным 24 баллам);
- 2) учителя среднего уровня психического выгорания (68 человек со средним показателем, равным 42,11 балла);
- 3) учителя высокого уровня психического выгорания (57 человек со средним показателем, равным 63,27 балла).

Сравнение крайних выборок педагогов с высоким и низким уровнем психического выгорания позволило выявить детерминанты, по которым эти группы различаются. На высоком уровне значимости (непараметрический критерий Манна–Уитни $p \leq 0,05$)

обнаружены значимые различия по эмоциональным, мотивационным, когнитивным, поведенческим и психосоматическим симптомам. Также были выявлены различия в отношении к микросоциуму (клиентам и коллегам по работе) и макросоциуму (социальные страты и общественные институты).

Т а б л и ц а 2

Статистически значимые различия показателей эмоциональных симптомов у испытуемых с низким и высоким уровнем психического выгорания

Показатели		Среднее		U	p≤0,05
		Низкий уровень выгорания	Высокий уровень выгорания		
Негативное отношение к профессии и рабочей обстановке	Идя утром на работу, я чувствую себя свежим и отдохнувшим	0,8	0,21	351,0	0,001
	Моя работа приносит мне удовлетворение	0,77	0,23	394,5	0,001
	Сегодня я доволен своей профессией не меньше, чем в начале карьеры	0,77	0	199,5	0,001
	Я полон оптимизма по отношению к своей работе	0,77	0,18	349,5	0,001
	Я часто с работы приношу домой отрицательные эмоции	0,17	0,37	682,5	0,05
	Меня раздражают организационные недостатки на работе	0,57	0,82	634,5	0,01
	Похоже, я ошибся в выборе профессии	0	0,12	750,0	0,05

	Ситуация на работе, в которой я оказался, кажется безысходной (какой-то тупик)	0	0,18	705,0	0,02
Негативное отношение к клиентам и коллегам по работе (микросоциуму)	Клиенты вызывают у меня раздражение	0	0,12	750,0	0,05
	Мне все труднее устанавливать или поддерживать контакты на работе	0	0,18	705,0	0,02
	Некоторых из своих коллег я бы не хотел видеть и слышать	0,13	0,58	474,0	0,001
	По работе встречаются настолько неприятные люди, что невольно желаешь им чего-нибудь плохого	0	0,14	735,0	0,03
	Работа с людьми все больше раздражает меня	0	0,12	750,0	0,05
	Часто я иду на работу с тяжелым чувством: «как все надоело, никого бы не видеть и не слышать»	0	0,32	585,0	0,001
	Я ощущаю радость, помогая окружающим меня людям	0,6	0,3	597,0	0,01
	Я спокойно воспринимаю обоснованные претензии коллег по работе	0,5	0,18	577,5	0,001
Способность эмоциональной саморегуляции	У меня возникает чувство, что глубоко внутри я эмоционально не защищен	0,07	0,4	567,0	0,001
	Я чувствую себя энергичным и эмоционально воодушевленным	0,7	0,05	301,5	0,001

Результаты, представленные в табл. 2, показывают особенности эмоциональных симптомов у испытуемых низкого и высокого уровня психического выгорания. Результаты нашего исследования подтверждают данные В.Б. Шауфели и Д. Ензмана о том, эмоциональные симптомы выгорания проявляются, прежде всего, в депрессивном, мрачном настроении [12]. Испытуемые высокого уровня психического выгорания характеризуются пессимистическим настроением и упадком духа по сравнению с испытуемыми низкого уровня психического выгорания.

Эмоциональные симптомы, по которым были выявлены значимые различия, мы выделили в три следующие категории.

1. *Негативное отношение к профессии и рабочей обстановке.* В целом по выборке были выявлены различия между испытуемыми низкого уровня психического выгорания и испытуемыми высокого уровня психического выгорания. «Выгоревшие» испытуемые отмечают недовольство выбором профессии, своим профессиональным развитием и условиями рабочей обстановки. Их раздражают условия рабочей обстановки, и они ощущают неудовлетворенность в работе. Эти данные подтверждаются результатами исследования В.Е. Орла, который указывал, что профессионал, характеризующийся наличием выгорания, становится раздражительным, чрезмерно чувствительным к воздействиям рабочей среды [5].

2. *Негативное отношение к клиентам и коллегам по работе (микросоциуму).* Испытуемым высокого уровня психического выгорания свойственно раздражение по отношению к клиентам (ученикам), к коллегам по работе. Они отмечают трудности в установлении контактов с коллегами. Им трудно принять обоснованные претензии коллег по работе. У специалистов низкого уровня психического выгорания данных тенденций не было выявлено. В.Е. Орел отмечал, что в межличностных отношениях эмоциональные симптомы психического выгорания проявляются в эмоциональной черствости к окружающим людям и могут сопровождаться вспышками раздражительности и гнева. Согласно психологическому словарю, эмоциональная черствость – это морально-психологическая черта человека, означающая утрату способности к эмоциональным состояниям, волнению, беспокойству, сопереживанию, сочувствию. Черствые люди мало коммуникабельны, замкнуты, потенциально жестоки [9]. При этом следует отметить, что эмоциональная черствость может быть следствием разочарования в близких людях, неверия в их доброту, психических травм (гибель родителей, необоснованное увольнение с работы и др.). В контексте изучения психического выгорания можно предположить, что эмоциональная черствость может быть вызвана разочарованием от работы или являться следствием психологических травм, возникающих под действием стресс-факторов профессиональной деятельности. Разочарование в профессиональной деятельности может быть связано с несоответствием реальной рабочей обстановки ожиданиям специалиста.

Одним из факторов, способствующих развитию разочарования в профессии, является неравнозначность позиций специалиста социономического типа и его клиента. В профессии сферы «человек–человек» профессионал в большей степени вкладывает себя в рабочие отношения с клиентом, чем получает отдачу. Такое несоответствие может вызвать у

специалиста отрицательные эмоции и разочарование в профессии. Поэтому, по нашему мнению, первичным является формирование отрицательного отношения к профессии и рабочей обстановке и к субъектам профессиональной деятельности, которое сопровождается вспышками раздражительности и гнева. В дальнейшем это может привести к формированию психологических травм и разочарования в профессии и к усилению эмоциональной черствости.

3. Способность к эмоциональной саморегуляции. Были выявлены различия испытуемых высокого уровня и низкого уровня психического выгорания. Испытуемые высокого уровня выгорания отмечают свою эмоциональную незащищенность и низкий уровень энергичности и энтузиазма в работе. Заметим, что В.В. Бойко рассматривал выгорание как выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующие воздействия. Выгорание – отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. По нашему мнению, испытуемые высокого уровня психического выгорания не владеют приемами саморегуляции своего эмоционального состояния. Большое количество энергетических ресурсов данных испытуемых направляется на поддержание психологической защиты для полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующие воздействия. Поэтому у них возникает внутренний дискомфорт и ощущение упадка сил.

Т а б л и ц а 3

Статистически значимые различия показателей мотивационных симптомов у испытуемых с низким и высоким уровнем психического выгорания

Показатели	Среднее		U	p≤0,05
	Низкий уровень выгорания	Высокий уровень выгорания		
Клиентам на работе отдаешь внимания и заботы больше, чем получаешь от них признательности	0,15	0,53	519,0	0,001

Сравнение показателей испытуемых высокого и низкого уровня психического выгорания, представленных в табл. 3, указывает на то, что уровень мотивации выше у испытуемых низкого уровня выгорания. При этом в беседе испытуемые указывали, что

снижению мотивации способствует низкое материальное и моральное стимулирование со стороны администрации образовательных учреждений.

Таблица 4

Статистически значимые различия показателей когнитивных симптомов у испытуемых с низким и высоким уровнем психического выгорания

Показатели	Среднее		U	p≤0,05
	Низкий уровень выгорания	Высокий уровень выгорания		
Я думаю, что своим трудом я приношу людям пользу	0,93	0,35	357,0	0,001
Я доволен своим положением на работе и в обществе	0,67	0,11	375,0	0,001
Обстановка на работе мне кажется очень трудной, сложной	0	0,37	540,0	0,001

Представленные в табл. 4 данные позволяют выявить различия между испытуемыми высокого уровня психического выгорания и испытуемыми низкого уровня психического выгорания. Когнитивные симптомы выгорания характеризуются нарушением протекания психических процессов и функций. Нарушаются процессы памяти, мышления и внимания. Интеллектуальным признаком стресса является также нарушение логики мышления, спутанное мышление, трудность принятия решений, частые сбои в вычислениях, снижение творческого потенциала.

Итак, испытуемым свойственна недооценка пользы, которую они приносят людям и обществу. Они недовольны своим положением на работе и в обществе. Таким образом, мы можем говорить о том, что данные когнитивные симптомы у испытуемых высокого уровня психического выгорания являются следствием негативного отношения к микросоциуму (клиентам) и к профессиональной деятельности.

Т а б л и ц а 5

Статистически значимые различия показателей поведенческих симптомов у испытуемых с низким и высоким уровнем психического выгорания

Показатели	Среднее		U	p≤0,05
	Низкий уровень выгорания	Высокий уровень выгорания		
Когда я прихожу с работы домой, то некоторое время (часа 2–3) мне хочется побыть одному, чтобы со мной никто не общался	0,07	0,46	522,0	0,001
У меня не хватает времени на мою семью и личную жизнь	0,07	0,42	552,0	0,001

Данные, представленные в табл. 5, позволяют утверждать, что испытуемые высокого уровня психического выгорания, по сравнению с испытуемыми низкого уровня психического выгорания, отличаются усталостью от людей, нежеланием общаться с домашними и наличием проблем в семейных отношениях.

Т а б л и ц а 6

Статистически значимые различия показателей психосоматических симптомов у испытуемых с низким и высоким уровнем психического выгорания

Показатели	Среднее		U	p≤0,05
	Низкий уровень выгорания	Высокий уровень выгорания		
После общения с неприятными клиентами у меня бывает ухудшение физического или психического самочувствия	0,3	0,54	646,5	0,03

Сравнение показателей испытуемых высокого уровня психического выгорания и испытуемых низкого уровня психического выгорания, представленных в табл. 4, указывает на наличие психосоматических симптомов у «выгоревших» педагогов.

Т а б л и ц а 7

Статистически значимые различия показателей отношения к макросоциуму у испытуемых с низким уровнем психического выгорания и высоким уровнем психического выгорания

Показатели	Среднее		U	p≤0,05
	Низкий уровень выгорания	Высокий уровень выгорания		
Во главе государства находятся высококомпетентные люди	0,77	0,18	349,5	0,001
Мне кажется, что все мужчины – непорядочные люди	0	0,37	540,0	0,001
Наше общество является высокоморальным и нравственным	0,18	0	705,0	0,02
Школьники деградируют с каждым годом	0	0,18	705,0	0,02

Представленные в табл. 7 данные позволяют выделить различия у испытуемых высокого и низкого уровня психического выгорания. У испытуемых высокого уровня выгорания более выражено негативное отношение к микросоциуму по сравнению с испытуемыми низкого уровня психического выгорания. Нами было выявлено, что испытуемые высокого уровня в большей степени проявляют негативное отношение к отдельным социальным группам и к обществу в целом. «Выгоревшие» педагоги считают, что школьники деградируют с каждым годом и негативно относятся к мужчинам. Негативное отношение к мужчинам, выявленное при анкетировании, содержалось в ответах испытуемых-женщин. Выборка нашего исследования была представлена в основном женщинами (112 женщин и 43 мужчин), что отражает современную ситуацию в системе образования. Возможно, требуется дополнительное исследование в выборке, где в равной степени будут представлены испытуемые мужчины и женщины.

Проведенное эмпирическое исследование симптомов психического выгорания педагогов в зависимости от стадии данного психологического феномена позволяет сделать следующие **выводы**.

1. Исследование подтвердило все выдвинутые гипотезы. При возрастании уровня психического выгорания происходит усиление эмоциональных, мотивационных, когнитивных, поведенческих и психосоматических симптомов.
2. Полученные в исследовании результаты позволяют утверждать: у педагогов высокого уровня психического выгорания более выражено негативное отношение к профессии и рабочей обстановке, к микросоциуму (реципиентам и коллегам) и макросоциуму (социальным стратам и общественным институтам). Для педагогов высокого уровня психического выгорания характерна недооценка пользы, которую они приносят людям и обществу. Они недовольны своим положением на работе и в обществе.
3. Испытуемые высокого уровня психического выгорания характеризуются более низкой способностью к эмоциональной саморегуляции по сравнению с педагогами низкого уровня психического выгорания.

В целом, проведенное исследование позволяет говорить о необходимости разработки научных основ психологического сопровождения педагогов для профилактики и коррекции психического выгорания. Данные результаты могут быть использованы как для диагностики психического выгорания, так и для коррекции данного явления. По нашему мнению, одним из направлений психологической коррекции психического выгорания должна стать работа с негативным отношением к профессии и рабочей обстановке, к микросоциуму (реципиентам и коллегам) и макросоциуму (социальным стратам и общественным институтам).

Литература

1. *Абрамова Г.С., Юдчиц Ю.А.* Психология в медицине. М., 1998.
2. *Бойко В.В.* Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М., 1996.
3. *Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С.* Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб., 2005.
4. *Демьянчук Р.В.* Эмоциональное выгорание учителя. М., 2006.
5. *Орел В.Е.* Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования // Психологический журнал. 2001. Т.22. № 1.
6. *Сидоренко Е.В.* Методы математической обработки в психологии. СПб., 2002.
7. *Corey G.* Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy: 3-d ed. Monterey, Calif., 1986.

8. *Freudenberger H.J. Staff burn-out // Journal of Social Issues. 1974. Vol. 30.*
<http://psihotesti.ru/gloss/tag/cherstvost/>
9. *Maslach C, Leiter M.P. The Truth about Burnout: How Organization Cause Personal Stress and What to Do about It. San Francisco, CA., 1997.*
10. *Naisberg-Fennig S, Fennig S, Keinan G, Elizur A. Personality characteristics and proneness to burnout: a study among psychiatrists // Stress Medicine. 1991. Vol. 7.*
11. *Schaufeli W.B., Enzmann D. The Burnout Companion to Study and Practice: A Critical Analysis. Washington DC, 1998.*
12. *World Health Organization. The ICD-10 Classification of Mental and Behavioral Disorders: Clinical Descriptions and Diagnostic Guidelines. Geneva, 1992.*

Attitudes towards micro- and macrosocium in educators with different gravity of psychological burnout

D.R. Merzlyakova,

Ph.D in Psychology, assistant professor at the Life safety chair of the Civil defense institute of the Udmurtiya State University sagitova_77@mail.ru

The article describes the research aimed at investigation of psychological burnout symptoms and attitudes towards micro and macrosocium in educators in different severity of the burnout. The research hypothesis was that with the increase in psychological burnout level the impact of stress factors aggravates emotional, motivational, cognitive, behavioral and psychosomatic symptoms as well as a professional's negative attitude towards micro and macrosocium and his/her profession in general. The sample included 155 educators from secondary schools: 112 women and 43 men aged from 22 to 70 years old. The methods included observation, interview, author's questionnaire of psychological burnout symptoms, MBI questionnaire by K. Maslach and S. Jackson modified for educators and teachers by N.E. Vodopyanova. The research revealed that the increase in psychological burnout level the impact of stress factors aggravates emotional, motivational, cognitive, behavioral and psychosomatic symptoms. The educators with higher levels of psychological burnout demonstrate more negative attitude towards the profession and work environment, microsocium (students and colleagues) and macrosocium (social strata and public institutes).

Keywords: psychological burnout, emotional, motivational, cognitive, behavioral and psychosomatic symptoms of burnout, microsocium, macrosocium.

References

1. Abramova G.S., Yudchic Yu.A. Psihologiya v medicine. M., 1998.
2. Boiko V.V. Energiya emocii v obshenii: vzglyad na sebya i na drugih. M., 1996.
3. Vodop'yanova N.E. Starchenkova E.S. Sindrom vygoraniya: diagnostika i profilaktika. SPb., 2005.
4. Dem'yanchuk R.V. Emocional'noe vygoranie uchitelya. M., 2006.
5. Orel V.E. Fenomen «vygoraniya» v zarubezhnoi psihologii: empiricheskie issledovaniya // Psihologicheskii zhurnal. 2001. T.22. ? 1.

6. *Sidorenko E.V.* Metody matematicheskoi obrabotki v psihologii. SPb., 2002.
7. *Corey G.* Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy: 3-d ed. Monterey, Calif., 1986.
8. *Freudenberger H.J.* Staffburn-out // Journal of Social Issues. 1974. Vol. 30.
<http://psihotesti.ru/gloss/tag/cherstvost/>
9. *Maslach C, Leiter M.P.* The Truth about Burnout: How Organization Cause Personal Stress and What to Do about It. San Francisco, CA., 1997.
10. *Naisberg-Fennig S., Fennig S., Keinan G, Elizur A.* Personality characteristics and proneness to burnout: a study among psychiatrists // Stress Medicine. 1991. Vol. 7.
11. *Schaufeli W.B., Enzmann D.* The Burnout Companion to Study and Practice: A Critical Analysis. Washington DC, 1998.
12. *World Health Organization.* The ICD-10 Classification of Mental and Behavioral Disorders: Clinical Descriptions and Diagnostic Guidelines. Geneva, 1992.