

Взаимосвязь свойств темперамента и эмоционального выгорания у студентов социэкономических и технических профессий

А. С. Далакова*

Южноукраинского национального педагогического университета им. К.Д. Ушинского, г. Одесса, Украина

*Corresponding author. E-mail: asfrolova@mail.ru

Paper received 31.08.15; Accepted for publication 14.09.15.

Аннотация. Актуальность данной статьи обусловлена важностью повышения качества профессиональной подготовки специалистов за счет выявления в процессе обучения у студентов синдрома эмоционального выгорания и его причин. Данная статья посвящена изучению взаимосвязи синдрома эмоционального выгорания и его компонентов со свойствами темперамента у студентов социэкономических и технических профессий. Дано определение эмоциональному выгоранию. Обозначена структура эмоционального выгорания и его основные симптомы. Описаны свойства темперамента. Проведён анализ прямопропорциональных и обратнопропорциональных взаимосвязей между компонентами эмоционального выгорания и свойствами темперамента у студентов. А также сравнительный анализ этих взаимосвязей у студентов социэкономических и технических профессий.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, свойства темперамента, студенты

Успешная подготовка будущих специалистов к профессиональной деятельности предъявляет повышенные требования к их психофизиологическим возможностям, личностным качествам. Разработка проблемы личности в системе образования ведется в работах Н.А. Аминова, А.А. Бодалёва, И.В. Дубровиной, Е.Ю. Пряжниковой, В.А. Сластенина и других.

Ряд авторов, таких как И.В. Вачкова, С.Г. Вершловский, Э.Ф. Зеер, В.М. Кузина, А.К. Маркова, Л.В. Малаканова, Л.М. Митина, Н.Б. Москвина, Х. Ремшмидт, Э.Э. Сыманюк, В.Ф. Орлов, О.М. Плющ, О.В. Ширманова, Н.Н. Фалько и другие, исследует наличие и особенности различных профессиональных деструкций в процессе профессионального обучения.

Мы считаем важным исследование такой профессиональной деструкции как эмоциональное выгорание в связи со все большим распространением данного явления в последние годы. Особенно важно исследовать данное явление на ранних этапах её возникновения, в частности в процессе профессионального обучения.

Актуальность нашей статьи обусловлена важностью повышения качества профессиональной подготовки специалистов за счет выявления в процессе обучения у студентов синдрома эмоционального выгорания и его причин.

Под эмоциональным выгоранием мы понимаем длительное, устойчивое, прогрессирующее психическое явление снижения или утраты психической активности в психофизиологической, эмоциональной, когнитивной, мотивационной, поведенческой, и регуляционных сферах психики, которой предшествовал её высокий уровень. При этом мы считаем, что эмоциональное выгорание в той или иной степени затрагивает все компоненты психики и имеет следующую структуру: психофизиологический, эмоциональный, когнитивный, мотивационный, поведенческий и регуляционный компоненты.

Наиболее распространёнными симптомами эмоционального выгорания являются: нарастающее чувство безразличия к работе, коллегам, потеря уверенности в себе, редукция профессиональных достижений, психоэмоциональное истощение [6].

Традиционно считалось, что эмоциональное выгорание появляется у людей уже включенных в профессиональную деятельность. Однако, существует ряд работ, в том числе и наши исследования, доказываю-

щие возникновение данного явления на этапе профессионального обучения.

В основном эти работы исследовали наличие эмоционального выгорания у студентов социэкономических профессий [1, 3, 4, 5]. Однако, наше исследование студентов технических профессий показало наличие у них данного явления [2].

Говоря о причинах возникновения эмоционального выгорания у студентов, исследователи описывают как личностные и психофизиологические особенности самих студентов, так и особенности процесса обучения.

Так, В.В. Кустова отмечает, что эмоциональное выгорание у студентов-социальных педагогов проявляется как стресс-реакция на эмоционально-напряжённую коммуникативную деятельность вследствие недостаточного уровня развития духовно-нравственных качеств личности [4]. Согласно её исследованию эмоционально-нравственная дезориентация является пусковым механизмом в развитии данного явления.

О.П. Папанова говорит о противоречии между требованиями, предъявляемыми профессией и объективной невозможностью их выполнить, что оказывает деформирующее влияние на профессиональное самосознание и влечет возникновение эмоционального выгорания у студентов-социальных работников [5].

Согласно исследованию О.С. Глазчева такие индивидуальные характеристики личности как личностная тревожность, личностная депрессия, тип А поведения, личностный гнев, хроническое утомление влияют на возникновение эмоционального выгорания у студентов-медиков. Среди факторов обучения, приводящих к эмоциональному выгоранию, он отмечает высокую интенсивность нагрузок, монотонию, частые стрессогенные ситуации зачетов и экзаменов и др. [1]

В.В. Иващенко и А. В. Иващенко к числу факторов обучения, приводящих к эмоциональному выгоранию студентов-медиков, относят диссонанс между моральными требованиями общества к профессии врача и материальными возможностями, с которым студенты сталкиваются на практике, наблюдение несоблюдения профессиональной этики у преподавателей и старших коллег, неэффективное преподавание и др. [3]

Мы считаем, что данные исследования эмоционального выгорания у студентов носят не полный характер. Не изучены свойства темперамента, и характер их взаимосвязи с эмоциональным выгоранием. Поэтому це-

лью нашего исследования является выявление взаимосвязи свойств темперамента и компонентов эмоционального выгорания у студентов социномических и технических профессий. Практическая значимость данного исследования заключается в возможности учета полученных данных для разработки и дальнейшего проведения эффективной профилактической и психокоррекционной работы.

Нами были исследованы 300 студентов 1-4 курсов Южноукраинского национального педагогического университета им. К.Д. Ушинского и Института холода, криотехнологий и эконенгетики имени В.С. Мартыновского Одесской национальной академии пищевых технологий.

Для определения свойств темперамента нами была использована методика «Опросник структуры темперамента» В.М. Русалова, которая исследует следующие свойства темперамента:

- Предметная эргичность – в общем виде отражает активность человека, выраженность потребности в освоении предметного мира, наличие или отсутствие стремления к деятельности, к напряженному умственному и физическому труду, а так же уровень тонуса и вовлеченности в процесс деятельности.
- Социальная эргичность – связана с потребностью в социальном контакте, с желанием исследовать социальные формы деятельности, со стремлением к лидерству, общению, к приобретению высокого ранга при освоении мира через коммуникацию.
- Пластичность – выражается в скорости переключения с одного вида деятельности на другой, перехода от одних форм мышления к другим в процессе взаимодействия с предметной средой, в стремлении к разнообразию или однообразию форм предметной деятельности.
- Социальная пластичность – степень легкости или трудности переключения в процессе общения от одного человека к другому, склонности к разнообразию коммуникативных программ.
- Темп или Скорость – быстрота моторно-двигательных актов при выполнении предметной деятельности.
- Социальный темп – скоростные характеристики речедвигательных актов в процессе общения.
- Эмоциональность – эмоциональность, чувствительность, чувствительность к неудачам в работе.
- Социальная эмоциональность – эмоциональная чувствительность в коммуникативной сфере.

Для исследования эмоционального выгорания у студентов, была использована авторская методика «Опросник синдрома выгорания у студентов», который включает следующие компоненты выгорания: психофизиологический, эмоциональный, когнитивный, мотивационный, поведенческий и регуляционный, а также общий показатель выгорания.

Взаимосвязь между свойствами темперамента и компонентами эмоционального выгорания была определена через подсчет коэффициента корреляции Пирсона.

Наше исследование показало, что у студентов социномических профессий существует прямопропорциональная взаимосвязь между следующими показателями: общим показателем эмоционального выгорания, психофизиологическим, эмоциональным, мотивационным, регуляционным компонентами выгорания и эмо-

циональностью и социальной эмоциональностью, а так же между когнитивным компонентом выгорания и эмоциональностью. Таким образом, такие свойства темперамента как высокая эмоциональность и социальная эмоциональность являются провоцирующими факторами эмоционального выгорания, особенно психофизиологического, эмоционального, когнитивного, мотивационного и регуляционного компонентов. То есть чем выше у студентов чувствительность к расхождению между задуманным и ожидаемым, ощущение неуверенности, тревоги, неполноценности, беспокойство по поводу учебы, чувствительность к неудачам в коммуникативной сфере, общении тем больше вероятность возникновения эмоционального выгорания.

В тоже время, существует обратнопропорциональная взаимосвязь между следующими показателями: темп и скорость и эмоциональный и мотивационный компонент выгорания, а также пластичность и когнитивный и мотивационный компоненты выгорания. Таким образом, высокие значения таких свойств темперамента, как темп и скорость, пластичность являются стабилизирующими эмоциональное выгорание, в частности его эмоциональный, когнитивный и мотивационные компоненты. То есть, чем больше студенту свойственны легкость переключения с одного вида деятельности на другой, быстрый переход с одних форм мышления на другие в процессе взаимодействия с предметной средой, стремление к разнообразию форм предметной деятельности, высокая скорость выполнения операций при осуществлении предметной деятельности, моторно-двигательная быстрота, высокая психическая скорость при выполнении конкретных заданий, тем меньше вероятность возникновения эмоционального выгорания.

При исследовании студентов технических профессий была выявлена прямопропорциональная взаимосвязь между эмоциональностью и психофизиологическим компонентом эмоционального выгорания. Таким образом, как и в случае со студентами социномических профессий, высокая чувствительность к расхождению между задуманным и ожидаемым, ощущение неуверенности, тревоги, неполноценности, беспокойство по поводу учебы провоцируют возникновение эмоционального выгорания, особенно его психофизиологического компонента.

В тоже время существует, обратнопропорциональная взаимосвязь между следующими показателями: общим показателем эмоционального выгорания, психофизиологическим компонентом выгорания и социальной эргичностью, психофизиологическим компонентом эмоционального выгорания и пластичностью, темпом и социальным темпом, когнитивным компонентом эмоционального выгорания и эргичностью. Таким образом, высокие значения таких свойств темперамента как эргичность, социальная эргичность, пластичность, темп и социальный темп являются стабилизирующими эмоциональное выгорание, особенно его психофизиологического и когнитивного компонентов. То есть, чем выше у студента потребность в освоении предметного мира, наличие стремления к деятельности, к напряженному умственному и физическому труду, уровень тонуса и вовлеченность в процесс деятельности, настойчивость в достижении целей, потребность в социаль-

ных контактах, широкий круг общения, социальная активность, легкость переключения с одного вида деятельности на другой, быстрый переход с одних форм мышления на другие, высокая скорость выполнения операций при осуществлении предметной деятельности, моторно-двигательная и речедвигательная быстрота, тем меньше вероятность возникновения эмоционального выгорания.

При сравнительном анализе взаимосвязей свойств темперамента и компонентов эмоционального выгорания у студентов социономических и технических профессий следует отметить общее. Так, высокие значения такого показателя, как эмоциональность является провоцирующим для студентов обеих групп, а высокая пластичность и темп являются стабилизирующими факторами. Тем не менее, существует и раз различий. Так, такое свойство темперамента, как высокая социальная эмоциональность, имеет большее значение при возникновении эмоционального выгорания у студентов социономических профессий, чем у технических, что может быть обусловлено самим содержанием труда и значимостью данного свойства в профессии. А такие свойства темперамента как высокая эргичность и социальная эргичность, имеют большее значение при стабилизации эмоционального выгорания у студентов технических профессий. Данные особенности следует учитывать при проведении профориентации школьников и построении профилактической работы эмоционального выгорания у студентов различных профессий. Так, для студентов социономических профессий при профилактике эмоционального выгорания следует ра-

ботать над снижением неуверенности, тревоги, чувства неполноценности, беспокойства по поводу учебы, чувствительности по поводу неудач в учебе и общении. В то же время следует обучать различным способам компенсации низкой пластичности и темпа, как свойств темперамента.

Для студентов технических профессий при профилактике эмоционального выгорания также следует работать над снижением неуверенности, тревоги, чувства неполноценности, беспокойства по поводу учебы, чувствительности по поводу неудач в учебе. А так же следует обратить внимание на обучение различным способам компенсации низкой пластичности, эргичности и темпа.

Таким образом, по результатам нашего исследования можно сделать следующие выводы:

1. У студентов, как социономических, так и технических профессий существует прямопропорциональная и обратнопропорциональная взаимосвязь между свойствами темперамента и компонентами эмоционального выгорания.

2. У студентов социономических профессий такие свойства темперамента как высокая эмоциональность и социальная эмоциональность являются факторами, провоцирующими эмоциональное выгорание, а высокая пластичность и темп – стабилизирующими.

3. У студентов технических профессий такое свойство темперамента как высокая эмоциональность являются фактором, провоцирующими эмоциональное выгорание, а высокая пластичность, эргичность, социальная эргичность и темп – стабилизирующими.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Глазачев О.С. Синдром эмоционального выгорания у студентов: поиски путей оптимизации педагогического процесса // Вестник международной академии наук (русская секция). – 2011. – специальный выпуск. – С. 26-45.
- [2] Далакова А.С. Выявление синдрома выгорания у студентов технических профессий // Наука і освіта. – 2014. – № 11
- [3] Иващенко В.В. Синдром эмоционального выгорания у студентов медицинского ВУЗа на клинической кафедре (о вероятности возникновения и мерах профилактики) / В.В. Иващенко, А.В. Иващенко // Актуальні проблеми сучасної медицини: Вісник Української медичної стоматологічної академії. – 2013. – т.13. – № 1. – С. 296-299.
- [4] Кустова В.В. Синдром эмоционального выгорания и его профилактика у студентов – социальных педагогов: дис. канд. психол. наук: 19.00.07. – Иркутск., 2007. – 166 с.
- [5] Папанова О.А. Психолого-педагогические условия профилактики синдрома эмоционального выгорания у студентов, будущих социальных работников: дис...канд. психол. наук: 19.00.07. – Курск., 2008. – 174 с.
- [6] Maslach, C, Leiter, M.P. The truth about burnout: How organization cause personal stress and what to do about it. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 1997. 186 p.

REFERENCES

- [1] Glazhev, O.S. Burnout syndrome of students: finding of the ways of optimization of pedagogical process // Bulletin of the International Academy of Sciences (Russian section). – 2011 – Special ISSUE. – P. 26-45.
- [2] Dalakova, A.S. Identification of burnout syndrome in students of technical professions // Science and Education. – 2014. – №11.
- [3] Ivaschenko, V.V. Burnout syndrome in students of medical university of the clinical department (about probability of occurrence and actions on prophylaxis) V.V. Ivaschenko, A.V. Ischenko // Actual problems of modern medicine: Bulletin of the Ukrainian Dental Medical Academy – 2013. – t.13. – №1. – P. 296-299
- [4] Kustova, V.V. Burnout syndrome and its prophylactic in students of social pedagogic: dissertation: 19.00.07. – Irkutsk., 2007. – 166 p.
- [5] Papanova, O.A. Psycho-pedagogical conditions of prophylaxis burnout syndrome among students of future social workers: dissertation: 19.00.07. – Kursk, 2008. – 174 p.

Interconnection of temperament characteristics and burnout syndrome at students of socio-nomyc and technical professions A.S. Dalakova

Abstract. The relevance of this article is due to the importance of improving the quality of professional training of specialists by identifying burnout syndrome and its causes during educational process of students. This article is devoted to studying interconnection of burnout and its components to the characteristics of temperament at students socio-nomyc and technical professions. The definition of burnout syndrome is given. The structure of burnout and its main symptoms is denoted. The characteristics of temperament are described. The analysis of directly-proportional and inversely proportional interconnections between the components of emotional burnout and the characteristics of temperament at students was conducted. A comparative analysis of these interconnections at students of socio-nomyc and technical professions was conducted.

Keywords: emotional burnout, characteristics temperament, students, socio-nomyc and technical professions