

УДК 159:378.17
DOI: 10.26140/anip-2020-0904-0072

К ПРОБЛЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

© 2020
SPIN-код: 1757-5730
ORCID: 0000-0003-3515-589X
AuthorID: 668687

Богдан Надежда Николаевна, кандидат социологических наук,
доцент кафедры управления персоналом

SPIN: 9358-5812
AuthorID: 631870
ORCID: 0000-0003-2009-9645

Самсонова Евгения Андреевна, аспирант

*Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, филиал - Сибирский институт управления
(630102, Россия, Новосибирск, улица. Нижегородская, 6, e-mail: zheka-lyzhi@mail.ru)*

Аннотация. Статья посвящена проблеме выявления основных факторов, вызывающих профессиональное выгорание у профессорско-преподавательского состава высших учебных заведений, и ставит целью поиск способов успешной профилактики возникновения и развития данного состояния. Обоснована актуальность изучения данного феномена у преподавателей высших учебных заведений, так как профессиональное выгорание оказывает отрицательное воздействие не только на личность самого преподавателя, но и имеет негативное влияние на качество обучения студентов, а также взаимоотношения в профессиональной среде в целом. На основе анализа статистических данных о кадровом составе вузов выявлены тенденции, отражающие негативные изменения в значимых характеристиках кадрового потенциала высшей школы и, тем самым, создающие неблагоприятный фон для сохранения профессионального здоровья преподавателей. Показано, что изменения возрастной структуры приводят к увеличению показателя среднего возраста преподавателей кафедр и, как следствие, возникновению рисков качественной реализации образовательного процесса. Рассмотрены дефиниции эмоционального и профессионального выгорания, а также определены основные симптомы и их роль в развитии выгорания. На основе теоретического изучения и отграничения данного явления от сходных состояний определены основные факторы, вызывающие профессиональное выгорание. Проведена дифференциация феномена от эмоционального выгорания, профессиональной деформации и других сходных состояний. Рассмотрены различные точки зрения и подходы и установлено, что между данными феноменами нет принципиальных различий, оба состояния являются негативным проявлением усложняющихся условий и специфики профессиональной деятельности преподавателя. Приведены основные факторы, провоцирующие профессиональное выгорание у преподавателей вузов. В результате исследования авторы предлагают теоретическую модель профессионального выгорания, включающую ряд блоков и отражающую как факторы, вызывающие выгорание, так и направления его предупреждения и преодоления. Модель может служить основой для дальнейших, в том числе, прикладных исследований. Сделан вывод о возможности учета и практической реализации модели в практике управления в вузах с целью обеспечения условий для повышения качества деятельности преподавателей.

Ключевые слова: преподаватель высшей школы, профессиональная деятельность, профессиональное здоровье, профессиональное выгорание, психологическое выгорание, эмоциональное выгорание, профилактика отклонений профессионального здоровья, индикаторы выгорания, симптомы выгорания, модель возникновения выгорания.

TO THE PROBLEM OF PROFESSIONAL BURNING AT TEACHERS OF HIGHER SCHOOL

© 2020

Bogdan Nadezda Nikolaevna, Candidate of Sociological Sciences, Associate Professor
of the Department «Personnel Management»

Samsonova Eugenia Andreevna, postgraduate student

*Russian Academy of National Economy and Public Service under the President of the Russian Federation,
Branch of the Siberian Institute of Management
(630102, Russia, Novosibirsk, Nizhegorodskaya street, 6, e-mail: bogdan-nn@mail.ru)*

Abstract. The article is devoted to the problem of identifying the main factors causing professional burnout among faculty of higher educational institutions, and aims to find ways to successfully prevent the emergence and development of this condition. The relevance of studying this phenomenon in teachers of higher educational institutions is justified, as professional burnout has a negative impact not only on the personality of the teacher himself, but also has a negative impact on the quality of education of students, as well as relations in the professional environment as a whole. On the basis of the analysis of statistical data on the staff composition of universities, trends have been identified, reflecting negative changes in the significant characteristics of the staff potential of higher education and thus creating an unfavourable background for the preservation of the professional health of teachers. It has been shown that changes in the age structure lead to an increase in the average age of teachers of departments and, as a result, to risks of qualitative implementation of the educational process. The definitions of emotional and professional burnout are considered, as well as the main symptoms and their role in the development of burnout are determined. On the basis of theoretical study and separation of this phenomenon from similar states, the main factors causing professional burnout are determined. The phenomenon is differentiated from emotional burnout, occupational deformation and other similar states. Different points of view and approaches have been considered and it has been established that there are no fundamental differences between these phenomena, both states are a negative manifestation of the complicating conditions and specifics of the teacher's professional activity. The main factors provoking professional burnout at teachers of universities are presented. As a result of the study, the authors propose a theoretical model of professional burnout, including a number of blocks and reflecting both the factors causing burnout and the directions of its warning and overcoming. The model can serve as a basis for further, including applied research. It was concluded that it is possible to take into account and implement the model in the practice of management in universities in order to ensure conditions for improving the quality of teachers' activities.

Keywords: teacher of higher education, professional activity, professional health, professional burnout, psychological burnout, emotional burnout, prevention of professional health deviations, indicators of burnout, symptoms of burnout, model of burnout occurrence.

ВВЕДЕНИЕ

В последние годы в российской системе высшего образования происходят существенные изменения, затрагивающие не только основополагающие принципы отбора содержания профессиональной подготовки, построения учебного процесса и применения интерактивных методов обучения, но и личность преподавателя как основного и непосредственного участника реализации этих изменений. От преподавателей, помимо обеспечения высокого качества профессиональной деятельности, требуется постоянное совершенствование компетенций, активность во внедрении новшеств, быстрая адаптация к новым профессиональным стандартам и технологиям. Это ведет к резкому возрастанию рабочей нагрузки и отрицательно сказывается на состоянии профессионального здоровья профессорско-преподавательского состава.

Понятие «профессиональное здоровье», в отличие от принятых определений здоровья, подразумевает наличие такого качества, как способность организма восстанавливать нарушенное состояние в соответствии с регламентацией объема и вида профессионального труда [1]. Следовательно, профессиональное здоровье – возможность организма сохранять компенсаторные и защитные механизмы, обеспечивающие работоспособность во всех условиях и на всех этапах профессиональной деятельности. Ухудшение профессионального здоровья и самочувствия преподавателей приводит к невозможности полноценной профессиональной самореализации и качества профессиональной деятельности в целом [2, с. 33-38].

Актуальность проблемы подчеркивается и характеристиками кадрового состава ППС вузов. Анализ статистических данных, опубликованных в сборнике «Образование в цифрах», показывает, что за последние десять лет имеет место отрицательная динамика по всем показателям [3, с. 59-60]. При общем сокращении численности ППС возрастает число преподавателей старшей возрастной группы: доля преподавателей в возрасте 60 лет и старше почти в 3 раза превышает долю молодых преподавателей (рис.1).

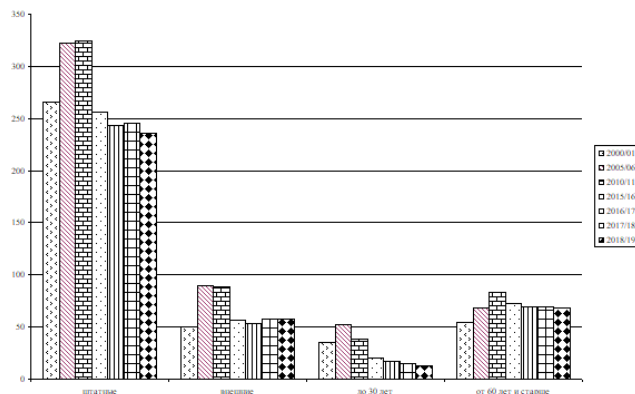


Рисунок 1 – Изменения в структуре профессорско-преподавательского состава образовательных организаций, осуществляющих подготовку по программам высшего образования за период с 2000/2001 по 2018/2019 уч.гг.

Негативные изменения возрастной структуры приводят к увеличению показателя среднего возраста преподавателей кафедр. Общеизвестно, что возраст работника, наряду с другими индивидуальными характеристиками, значительно влияет на его работоспособность, особенно в сложных видах профессиональной деятельности.

Помимо возрастных характеристик важным показателем для высших учебных заведений является качественный состав профессорско-преподавательского состава, «остепененность», наличие ученых званий. С 2016/17 учебного года данные показатели также начали

снижаться (рис.2).

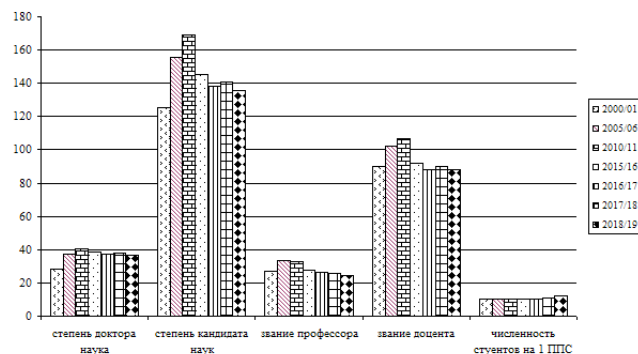


Рисунок 2 – Изменения в качественном составе профессорско-преподавательского состава образовательных организаций, осуществляющих подготовку по программам высшего образования за период с 2000/2001 по 2018/2019 уч.гг.

Таким образом, изменения характеристик кадрового состава ППС вузов приводят к появлению факторов, актуализирующих необходимость исследования проблемы профессионального здоровья преподавателей вузов с тем, чтобы выявить направления, способы предупреждения и преодоления рисков, связанных с обеспечением требуемого качества профессиональной подготовки.

МЕТОДОЛОГИЯ

Формирование целей статьи.

В связи с высокой актуальностью проблемы, с одной стороны, и недостаточной ее разработанностью применительно к категории профессорско-преподавательского состава высшей школы, – с другой, целью данной статьи стало изучение феномена профессионального выгорания, его проявлений и влияния на профессиональную деятельность преподавателей.

Изучение публикаций, посвященных данной проблематике, показывает, что одной из ярко выраженных характеристик нарушений профессионального здоровья является так называемый синдром выгорания. При этом авторы используют целый ряд дефиниций – «психическое (психологическое) выгорание», «эмоциональное выгорание», «профессиональное выгорание» и различные подходы к описанию их проявлений. Нами проведен сравнительный анализ подходов к определению данного и связанного с ним понятий, а также результатов собственных эмпирических наблюдений в ходе профессиональной деятельности.

Активное изучение вопросов выгорания в отношении субъекта труда началось сравнительно недавно – во второй половине XX века, первые упоминания о феномене встречаются в работах Г. Брендли (1969г.), Г. Фреденберга, К. Маслака (1974г.) [4, с.386-387]. В последнее десятилетие изучением эмоционального и профессионального выгорания занимаются ученые различных отраслей научного знания. Исследования осуществляются в философском (Квеско Р.Б., Чаплинская Я.И., Квеско С.Б. [5], Зейналов Г.Г., Стародубцева Л.В., Немкина О.И. [6]), медицинском (Денисов А.А., Терехина Н.В. [7], Агбалова Т.В., Козин В.А.[8]), психологическом (Седова И.В.[9], Барабанщикова В.В.[10], Таранова О. В. [11]), социальном (Дрегалю А.А., Ульяновский В.И. [12], Масимова М.Г. [2]) и других направлениях. Основные изучаемые вопросы связаны с исследованием потери эмоционального единства человека и его профессии (Чаплинская Я.И., Калашникова С.А.), факторов, влияющих на формирование и развитие выгорания (Козин, В.А., Седова И.В., Малышев И.В., Айсина Р.М., Богданова О.А., Таранова О.В., Сюртукова Е.Ю.), дефицитом программ профилактики и коррекции синдрома выгорания (Васильева Н.Г., Крапивина О.В.,

Темиров Т.В., Муштастая Н.В.), проблемами взаимосвязи выгорания и организационной культуры (Буякина М.А., Гнездилова О.Н., Кочегар И.В.), методическим инструментарием (Асеева И.Н., Сологуб А.М., Коновальчук А.Н.), структурой синдрома выгорания (Андреева Н.Ю.) и др.

Однако на сегодняшний день не существует единого представления о сущности выгорания. Нами обнаружено множество взглядов и точек зрения. Существующие подходы к рассмотрению проблемы выгорания можно группировать по различным основаниям и соответственно обозначить социально-личностный, экзистенциальный, результативный, качественный и количественный, субъективный и объективный подходы и др.

Так, в зарубежной литературе выделяется три основных подхода для объяснения феномена выгорания: организационный, интерперсональный и индивидуальный. Организационный подход основан на том, что наиболее важным фактором для понимания феномена выгорания является организационная среда. В связи с этим выгорание рассматривается как негативное организационное поведение, влияющее и на индивида, и на организацию в целом. Интерперсональный подход основывается на том, что чаще эмоциональные нарушения возникают из повседневного взаимодействия с другими людьми. В качестве причин выгорания рассматриваются напряженные отношения профессионала и реципиента, особенности восприятия профессионалом собственной социальной компетентности и эффективности в межличностных отношениях, механизмы социальной перцепции. Исследования в рамках индивидуального подхода сосредоточены на симптомах, которые испытывают индивиды, подвергнувшиеся выгоранию. В целом выгорание рассматривается как синдром, состоящий из многих взаимосвязанных симптомов, главным из которых является истощение. В качестве основной причины выгорания называется несоответствие между намерениями профессионала и реальностью, что приводит к возникновению стресса, применению неадекватных стратегий преодоления, истощению ресурсов [13].

Анализ публикаций показывает, что до настоящего времени не разрешена проблема определения, разграничения и соотношения феноменов психического (психологического), профессионального и эмоционального выгорания.

Рассмотрим некоторые подходы подробнее. Первоначально под синдромом эмоционального выгорания подразумевалось состояние изнеможения с ощущением собственной бесполезности. Позже симптоматика данного синдрома существенно расширилась за счет психосоматического компонента. Исследователи все больше связывали синдром с психосоматическим самочувствием, относя его к состояниям предболезни [14].

В различных источниках даны разные определения эмоционального выгорания. В рамках модели Маслач и Джексона (Никифорова, 2006) оно рассматривается как ответная реакция на длительные профессиональные стрессы межличностных коммуникаций и включает три компонента: эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию персональных достижений.

Под синдромом профессионального выгорания также понимается неблагоприятная реакция на рабочие стрессы, включающая в себя психологические, психофизиологические и поведенческие компоненты [15-22]. Ранее считалось, что профессиональное выгорание свойственно профессиям с высоким уровнем общения: медицинские работники, педагоги, социальные служащие, юристы и т.д. Но в последнее время доказано, что сфера профессионального выгорания значительно шире, ему подвержены инженерно-технический персонал, пилоты и т.д. Профессиональное выгорание представляет собой защитный механизм, выработанный личностью в ответ на психотравмирующие факторы своей профессиональной деятельности [23]. Данный синдром выражается в

предельном эмоциональном истощении, обезличивании субъектов профессионального общения, потере трудовой мотивации и эмоционально-ценностного отношения к профессии [24].

Таблица 1 – Индикаторы синдрома выгорания

Синдром	Симптомы
Психологическое выгорание	Симптомы разделяют на <i>физические</i> (например: быстрая утомляемость, бессонница, одышка, повышенное давление, нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы), <i>эмоциональные</i> (например: черствость, агрессивность, тревожность, истерики), <i>поведенческие</i> (к ним можно отнести: потеря аппетита, невозможность сосредоточиться, алкоголизм и табакокурение), <i>социальные</i> (например: отсутствие интереса к жизни, отказ от увлечений, недовольство жизнью) и <i>интеллектуальные</i> (например: потеря желания профессионального роста, формальное выполнение своих профессиональных обязанностей, отсутствие интереса к инновациям в работе) [28].
Профессиональное выгорание	Симптомы группируют на: – <i>психофизические</i> , к которым относятся: симптом хронической усталости, ощущение эмоционального и физического истощения; общая астенизация (слабость, снижение активности и энергии, ухудшение биохимии крови и гормональных показателей); частые беспричинные головные боли; постоянные расстройства желудочно-кишечного тракта; постоянное заторможенное, сонливое состояние; заметное снижение внешней и внутренней сенсорной чувствительности: ухудшение зрения, слуха, обоняния и осязания, потеря внутренних, телесных ощущений; – <i>социально-психологические симптомы</i> , характеризующиеся безразличием, скукой, пассивностью и депрессией; повышенной раздражительностью; частыми нервными срывами; чувством гиперответственности и постоянным чувством страха; – <i>поведенческие симптомы</i> , проявляющиеся ощущениями, что работа становится все тяжелее и тяжелее, а выполнять ее — все труднее и труднее; сменой рабочего режима (увеличивает или сокращает время работы); чувством бесполезности, неверия в улучшения, снижение энтузиазма по отношению к работе, безразличия к результатам; дистанцированность от сотрудников и клиентов, повышение неадекватной критичности [29]
Эмоциональное выгорание	Мотивационное или физическое истощение; нарастающее психическое дистанцирование от профессиональных обязанностей или чувство негативизма или цинизма к профессиональным обязанностям; снижение работоспособности [27]. К эмоциональному выгоранию относят следующие проявления: – <i>психофизические</i> : утомление, психосоматические проявления (колебание артериального давления, головные боли, заболевания пищеварительной и сердечно-сосудистой систем, неврологические расстройства); – <i>поведенческие</i> : отрицательное отношение к профессиональной деятельности; стандартизация общения, принятие готовых форм знания; – <i>социально-психологические</i> : стереотипизация личностных установок; ригидность мыслительных операций; ощущение бессмысленности происходящего; негативное отношение к окружающим; чувством вины [26, с.320-322].

Таким образом, анализ подходов и точек зрения не выявляет принципиальных различий в данных феноменах. Возможно поэтому в 2007 году группой исследователей принято решение использовать единый термин – «синдром выгорания» – без уточняющих прилагательных. При этом авторы наиболее известных монографий по проблемам выгорания В.В. Лукьянов, Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова, В.Е. Орел, Л.Н. Юрьева и др. подчеркивают, что речь идет не о новом определении, а об унифицированном использовании словосочетания, что, по мнению ученых, позволит прекратить поток новых попыток литературного перевода термина англоязычного термина «burnout» [25, с.29].

Рассмотрение характерных симптомов выгорания показывает значительный их перечень. Так, выгорание личности, согласно Н.Е. Водопьяновой, характеризуется

следующими проявлениями: усталостью, утомлением, истощением; психосоматическими проблемами (колебанием артериального давления, головными болями, заболеваниями пищеварительной и сердечно-сосудистой систем, неврологическими расстройствами); бессонницей; негативным отношением к окружающим; отрицательным отношением к профессиональной деятельности; стереотипизацией личностной установки; стандартизацией общения, принятием готовых форм знания; сужением репертуара рабочих действий; ригидностью мыслительных операций; агрессивными тенденциями; негативным отношением к себе; тревожными состояниями; пессимистической настроенностью, депрессиями; ощущением бессмысленности происходящего; чувством вины [26, с.319-321].

Согласно МКБ 11 эмоциональное выгорание характеризуется тремя признаками: ощущение мотивационного или физического истощения; нарастающее психическое дистанцирование от профессиональных обязанностей или чувство негативизма или цинизма к профессиональным обязанностям; и снижение работоспособности [27].

Обобщение рассмотренных нами подходов позволяет создать основу для сравнительного анализа (табл. 1).

Таким образом, сравнительный анализ индикаторов показал, что во всех видах выгорания симптомы практически идентичны. При этом вне зависимости от синдрома все проявления оказывают влияние на состояние профессионального и общего здоровья, в т.ч. запуская процессы психосоматических заболеваний. Кроме того, можно сделать вывод, что выгорание проявляется в поведении и характере отношений, эмоциональном и физическом состоянии. Именно поэтому в качестве методов, используемых в исследованиях данной проблемы, применяются психологические тесты и опросники, направленные на разные стороны личности. Так, широко известен тест «Синдром эмоционального выгорания» В.В. Бойко, опросник МВІ в адаптации Н.Е. Водопьяновой «Профессиональное выгорание», самоактуализационный тест (САТ) (Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Загика М.В. и Кроз М.В.), «Опросник психического выгорания работников социальных профессий» В.Е. Орла, И.Г. Сенина и Многофакторный личностный опросник «16-PF» (форма С) Р. Кеттелл и др.

Вместе с тем, данные методы позволяют оценить в большей степени поведенческие и психологические аспекты, но при этом не дают возможности оценить, например, показатели физического состояния и фактическую профессиональную работоспособность, что, по нашему мнению, не менее важно для выбора действенных способов предупреждения и преодоления развития выгорания.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Перспективы дальнейших изысканий в данном направлении

Изучение теоретико-методологических подходов к проблеме выгорания и их применение по отношению к такой категории как преподаватели высших учебных заведений позволило создать модель, отражающую факторы, влияющие на возникновение профессионального выгорания, его проявления и возможные направления преодоления (рис. 3). Предлагаемая модель состоит из ряда блоков: *факторного* (включающего факторы, негативно воздействующие на преподавательскую деятельность), *деятельностного* (включающего последствия влияния факторов на профессиональную деятельность), *симптоматического* (проявления симптомов выгорания) и *профилактического* (направления профилактических мероприятий и методов преодоления).

На наш взгляд, практическая реализация модели в части профилактических мероприятий и путей преодоления профессионального выгорания может быть обеспечена организационными условиями в образовательной среде, в том числе при активном участии кафедр физического воспитания и объектов социальной инфра-

структуры вузов.

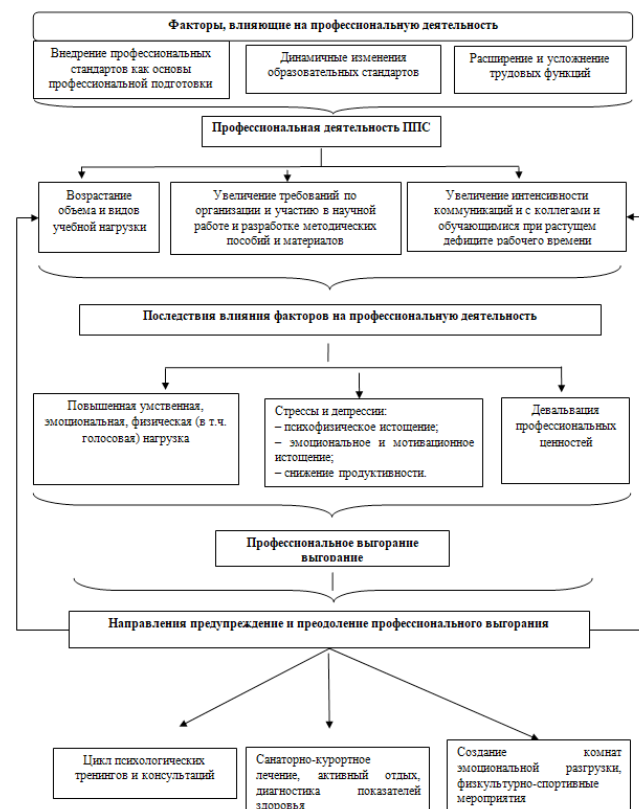


Рисунок 3 – Модель профессионального выгорания

ВЫВОДЫ

Итак, изучение проблемы выгорания преподавателей вузов позволяет установить, что в силу идентичности проявлений невозможно принципиально дифференцировать такие его виды, как эмоциональное, психологическое и профессиональное. В профессиональной деятельности, особенно в системе «человек-человек», тесно взаимосвязаны эмоции, психологические качества, здоровье и профессионализм. Поэтому в большей степени интерес в дальнейших исследованиях представляют такие характеристики профессионального выгорания как его степень, уровень эмоционального истощения, влияние вида и характера деятельности на развитие деперсонализации и снижение профессиональной успешности и др.

При этом данные исследования должны носить практико-ориентированный характер и быть направлены на поиск оптимальных направлений предупреждения и преодоления проявлений выгорания, в том числе с использованием имеющихся в вузах возможностей.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Сокольская М.В., Ткаченко А.В. Здоровье профессионала как социально-экономическая категория // Здоровье и образование в XXI веке. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zdorovie-professionala-kak-sotsialno-ekonomicheskaya-kategoriya/viewer>, вход свободный, дата обращения: 06.02.2020.
2. Масилова М.Г. Мотивация профессиональной деятельности преподавателей вуза в условиях модернизации высшего профессионального образования (по результатам лонгитюдного исследования, проведенного во ВГУЭС) / М.Г. Масилова // Вестник высшей школы. 2015. №11. С. 33–38.
3. Образование в цифрах: 2018 : краткий статистический сборник / Л.М. Гохберг, Г. Г. Ковалева, Н. В. Ковалева и др.; Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики». –М.: НИУ ВШЭ, 2018. 80 с.
4. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / Под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. 512 с.
5. Квеско Р.Б., Чаплинская Я.И., Квеско С.Б. Отчуждение труда и проблема профессионального выгорания // Евразийское Научное Объединение: - Изд-во: Орлов М.Ю. №5 (5). Т.1. С.79-81.
6. Зейналов Г.Г., Стародубцева Л.В., Немцыкина О.И. Понятие «Профессиональное выгорание» в научном измерении // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки: Изд-во: ООО

«Наука и образование». 2018. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-professionalnoe-vygoranie-v-nauchnom-izmerenii>, вход свободный, дата обращения 16.03.2020.

7. Денисов А.А., Терёхина Н.В. Эмоциональное выгорание в профессиональной деятельности (на примере эмпирического исследования эмоционального выгорания у стоматологов) // Развитие личности. Изд-во: Московский педагогический университет. Москва. 2015. №4. С.98-112.

8. Азболова Т.В., Козин В.А. Влияние синдрома «эмоционального выгорания» врачей психиатров-наркологов на качество жизни пациентов с алкогольной зависимостью // Вопросы наркологии: - Изд-во: Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и наркологии имени В.П. Сербского. Москва. 2015. №2. С.26-33.

9. Седова И.В. Исследование эмоционального выгорания у педагогов с разными уровнями ответственности // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2014. №4. С.34-40.

10. Барабаничкова В.В. Профессиональные деформации в спорте высших достижений/ В.В. Барабаничкова, О.А. Климова// Национальный психологический журнал. 2015. №2 (18). С.3-12.

11. Таранова О.В. Исследование взаимосвязи стилей общения с синдромом эмоционального выгорания // Дискуссия. 2012. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-vzaimosvyazi-stiley-obshcheniya-s-sindromom-emotsionalnogo-vygoraniya>, вход свободный, дата обращения 16.03.2020/

12. Дрегалю А.А., Ульяновский В.И. Синдром социального выгорания как феномен техногенной цивилизации. URL: <https://narfu.ru/university/library/books/1195.pdf>, вход свободный, дата обращения: 20.05.2020.

13. Петрова Ю. А. Профессиональное выгорание менеджеров / Ю. А. Петрова. Москва : Интел-Синтез, 2010. 164 с. ISBN 2227-8397. Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. URL: <http://www.iprbookshop.ru/864.html>, дата обращения: 11.02.2020. Режим доступа: для авторизир. Пользователей, С.4-5

14. Ларенцова Л.И. Феномен психологического выгорания специалиста и пути предотвращения появления феномена // Прикладная юридическая психология. №4. 2008. С.53-54 URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fenomen-psihologicheskogo-vygoraniya-spetsialista-i-puti-predotvrascheniya-rouavleniya-fenomena>, вход свободный, дата обращения: 10.05.2020.

15. Леонова А.С. Эмоциональное выгорание педагогов средней и высшей школы: сравнительный анализ // Развитие общественных наук российскими студентами. 2017. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-vygoranie-pedagogov-sredney-i-vysshey-shkoly-sravnitelnyy-analiz>, вход свободный, дата обращения: 10.02.2020.

16. Петрук Г.В. Методические аспекты оценки качества профессорско-преподавательского состава университета // Азимут научных исследований: экономика и управление. 2019. Т. 8. № 2 (27). С. 289-291.

17. Михальчи Е.В. Применение транзактного анализа для профилактики и диагностики профессиональных стрессов у персонала организаций // Балканское научное обозрение. 2019. Т. 3. № 3 (5). С. 50-53.

18. Ксенофонтова Х.З. Ценностные установки управленческого персонала - основа формирования его компетенций // XXI век: итоги прошлого и проблемы настоящего плюс. 2015. Т. 3. № 6 (28). С. 350-355.

19. Кузмбаева А.М. Профессиональная идентичность преподавателя вуза: анализ отечественных и зарубежных концепций // Балтийский гуманитарный журнал. 2018. Т. 7. № 3 (24). С. 245-248.

20. Иванова Т.Н., Зорина К.Х. Изменения в практике управления персоналом современных организаций // Карельский научный журнал. 2016. Т. 5. № 3 (16). С. 125-128.

21. Pavliuk T.H. Methodological recommendations for the formation of professional readiness of future officers-borders to work with personnel // Scientific Vector of the Balkans. 2019. Т. 3. № 2 (4). С. 59-61.

22. Oros I.I. Professional training system for pedagogical staff for teaching adults // Humanitarian Balkan Research. 2019. Т. 3. № 1 (3). С. 26-28.

23. Самохвал В.Г. Проблемы возникновения профессиональной деформации и профессионального выгорания // Территория науки. 2016. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problemy-vozniknoveniya-professionalnoy-destruktsii-i-professionalnogo-vygoraniya/viewer>, вход свободный, дата обращения: 10.02.2020.

24. Марийчук Е.О. Вопросы профилактики профессионального выгорания молодых педагогических работников // Международный научно-исследовательский журнал. 2016. URL: <https://research-journal.org/psychology/voprosy-profilaktiki-professionalnogo-vygoraniya-molodyx-pedagogicheskix-rabotnikov/>, вход свободный, дата обращения: 10.02.2020.

25. Солодкова, Т. И. Эмоциональный интеллект как личностный ресурс. Роль эмоционального интеллекта в преодолении синдрома выгорания у педагогов : монография / Т. И. Солодкова. — Германия : LAP LAMBERT Academic Publishing, 2012. 140 с. Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. URL: <http://www.iprbookshop.ru/11456.html>, дата обращения: 11.02.2020. Режим доступа: для авторизир. Пользователей

26. Андреева Е.А. Особенности проявления эмоционального выгорания у преподавателей высшей школы // Modern Science. Изд-во: Научно-информационный издательский центр «Институт стратегических исследований». Москва. 2019. №12-2. С.319-322.

27. Международная классификация болезней: «профессиональный синдром» эмоционального выгорания // Всемирная организация здра-

воохранения. URL: https://www.who.int/mental_health/evidence/burn-out/ru/, вход свободный, дата обращения 11.02.2020.

28. Синдром психологического выгорания [Электронный ресурс] // PSYPORTAL.NET психиатрический портал. URL: <https://www.psyportal.net/19340/sindrom-psihologicheskogo-vygoraniya/>, вход свободный, дата обращения 06.03.2020.

29. Кожевникова В., Осухова Н. Профилактика профессионального выгорания [Электронный ресурс] // Журнал «Школьный психолог». №16. 2006. URL: <https://psy.1sept.ru/article.php?id=200601609>, вход свободный, дата обращения 06.03.2020.

Статья поступила в редакцию 24.05.2020

Статья принята к публикации 27.11.2020