

ПСИХОСОЦИАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ РОССИЙСКИХ УЧИТЕЛЕЙ

А.А. Осмук, М.В. Сафронова, Ю.С. Захир
Новосибирский государственный
технический университет

E-mail: osmuk@mail.ru, safronova-rita@mail.ru

Статья посвящена проблеме психосоциального благополучия учителей, которое непосредственно связано с профессиональной деятельностью и качеством образовательных услуг. Выводы делаются на основании результатов социологического исследования, проведенного в Новосибирской области.

Ключевые слова: психосоциальное благополучие, профессиональная деятельность учителей, профессиональное выгорание учителей, социальный статус учителя.

Известно, что ошибки профессиональной деятельности учителей, будучи незамеченными со стороны, дорого обходятся обществу и негативно отражаются на развитии личности ребенка. «Кто воспитывает наших детей?» – вопрос, волнующий и родителей, и общество, часто задается с заведомо известным ответом, основанным на субъективном опыте и стереотипах. Между тем этот вопрос слишком серьезен, чтобы относиться к нему поверхностно. Нетрудно предположить, что между психическим здоровьем, а также психосоциальным благополучием учителей и их профессиональной деятельностью существует связь. Если психическое здоровье – состояние психики, имеющее соматические последствия и проявляющееся через психические откло-

нения (нарушение внимания, специфические и социальные фобии, депрессивное расстройство и расстройства привязанности и др.), то благополучие здесь – критерий состояния личности, характеризующийся набором психологических и социальных показателей, непосредственно отражающихся на социальном поведении. В понимании психосоциального благополучия изначально заложена идея онтологической дуальности человека, данный критерий отражает удовлетворенность социальным контекстом, в котором происходит развитие личности. Благополучие имеет внешний аспект и внешние проявления и внутренний (латентный) аспект и внутренние (латентные) проявления, т. е. оно всегда ощущается человеком как некое внутреннее состояние и одновремен-

Благополучие: психологический аспект	
Внешние проявления	Внутренние проявления
Настроение	Внутренний гомеостазис
Отсутствие агрессии (агрессивного поведения)	Отсутствие чувства фрустрации
Готовность решать проблемы, активность	Нормальная самооценка, внутренний локус-контроль
Открытость к общению, реализация коммуникативных навыков	Отсутствие коммуникативной депривации, адаптированность к среде
Адекватное и уверенное поведение, способность самостоятельно решать трудные жизненные ситуации	Пониженная тревожность, сформированность адекватных социальных стереотипов поведения и когнитивных схем
Благополучие: социальный аспект	
Внешние проявления	Внутренние проявления
Принятие норм поведения в коллективе и обществе	Соотнесенность личностной системы ценностей с общественной (интериоризация)
Ощущение поддержки семьи и наличие референтной группы	Сформированная социальная и профессиональная идентичность
Адекватный набор социальных ролей и соответствие ролевым ожиданиям	Сформированная личностная идентичность и принятие всех социальных ролей
Высокий статус в социальной группе	Удовлетворенность статусом

но проявляется внешне через поведение, в том числе, через профессиональную деятельность (в данном случае отношение к детям). Во всяком случае, наблюдая за человеком, мы всегда даем оценку, благополучен ли он. Можно предположить, что каждому внешнему проявлению всегда соответствует внутреннее.

Чтобы обнаружить содержание связи между успешной профессиональной деятельностью и психосоциальным благополучием учителей и понять существующие тенденции, необходимо было исследовать ситуацию, обратившись, прежде всего, к мнению самих учителей и к тому, как они видят и оценивают проблему. Именно в этих целях в Новосибирске и Новосибирской области в декабре 2006 года было проведено исследование психосоциального благополучия учителей. В исследовании приняли участие 1168 учителей Новосибирска и Новосибирской области. Из них

367 (31,2 %) человек проживает в Новосибирске, а 810 (68,8 %) в городах, поселках и селах Новосибирской области. Большинство респондентов – это женщины (1083 – 92,7 %). Мужчин, принявших участие в исследовании, оказалось только 85 человек (7,3 %), что соответствует гендерной структуре профессиональной группы. Средний возраст респондентов 43–48 лет. Минимальный возраст учителя – 19 лет, самый пожилой учитель имеет возраст 74 года.

Известно, что профессиональное и личностное естественным образом переплетается в структуре идентичности и в социальном поведении человека. Особенно это относится к учителям, поскольку они имеют самое прямое отношение к транслированию нормативной системы общества. «Постоянное исполнение своей профессиональной роли накладывает на личность учителя соответствующий отпечаток, проявляющийся как специфическая профес-

Таблица 1

Распределение ответов на вопрос «Насколько профессия учителя уважаема в российском обществе?»

Ответы	Число	Процент
1. Очень уважаема, к учителям всегда относились с уважением	35	3,0
2. Когда-то была уважаема, но сейчас авторитет учителя заметно упал	874	74,4
3. Общество пренебрежительно относится к учителям	242	20,6
4. Другое	7	0,6
5. Затрудняюсь ответить	16	1,4
Всего	1174	100,0

сиональная черта характера»¹. Отталкиваясь от этого тезиса, мы предположили, что внешние, социальные, факторы должны болезненно влиять на психосоциальное благополучие учителя. В трансформирующейся системе общества он первый попадает «под удар». Результаты исследования действительно показали: большинство учителей считают, что в настоящее время авторитет учителя заметно упал и общество недостаточно уважительно относится к учителям. Можно предположить, что осознание такого отношения общества к себе как профессиональной группе не стимулирует учителей к деятельности, а является негативным социально-психологическим фактором ухудшения психосоциального здоровья. В таких условиях профессиональная деятельность не получает поддержки извне и испытывает постоянную необходимость искать стимулы в чем-то другом, например в самореализации, признании собственной профессиональной группой и др. Для того чтобы работать не как-нибудь, но в полную силу, учителя вынуждены внутри профессиональной группы поддерживать свою социальную идентичность, терзаемые веч-

ным вопросом: «А ради чего?» Но самую негативную оценку отношению общества к учителю мы имеем в малых городах и городских статусных школах. Что касается малого города, то здесь понятно, благосостояние учителей здесь оставляет желать лучшего. Что же касается статусных школ, то, с точки зрения учителей, статусность на них не распространяется. Как вариант, это может быть связано с недостаточно уважительным отношением со стороны обеспеченных клиентов или же с когнитивным диссонансом в отношении своей статусности. Статусная школа требует от учителя больше усилий, связанных и с индивидуальной работой с учениками, и с отчетностью в контексте повышения профессионального уровня, при этом вознаграждение не соответствует затратам.

Как это ни странно, несмотря на трудности, более половины учителей в целом получают удовольствие от работы. Если около 73 % учителей удовлетворены, несмотря ни на что, своей профессией, то всего лишь около 16 % тех, кому профессия не нравится, и тех, кто думает ее сменить (табл. 2). Причем учителя, проживающие в поселках (15 %), Новосибирске (14 %) и работающие в статусных школах (17 %), чаще, чем другие учителя (10 %),

¹ Осницкий А.В. Проблемы психического здоровья и адаптации личности. – СПб.: Серебряный век, 2004. – С. 233.

Таблица 2

**Распределение ответов на вопрос
«Насколько Вы удовлетворены выбранной профессией?»**

Ответы	Число	Процент
1. Полностью удовлетворен, это мое призвание	174	14,8
2. Бывают трудности, но в целом приносит удовольствие	689	58,8
3. Работа как работа, уже привык	88	7,5
4. Очень тяжелый и неблагодарный труд	148	12,6
5. Неудовлетворен, часто думаю о том, чтобы сменить профессию	46	3,9
6. Другое	16	1,4
7. Затрудняюсь ответить.	11	,9
Всего	1172	100,0

называли свою работу очень тяжелой и неблагодарной. О том, чтобы сменить работу, чаще задумываются учителя, проживающие в поселках (6 %), реже – учителя, живущие и работающие в малых городах (1,2 %). «Чудеса героизма» здесь проявляют учителя малого города, поскольку, оценивая отношение общества к себе как негативное, они получают или, по крайней мере, говорят о том, что получают удовольствие от работы. Проблемы, вопреки ожиданиям, по-прежнему наблюдаются со статусными школами. В целом, казалось бы, гимназии и лицеи должны приносить большее удовольствие в работе, но этого не происходит. Следовательно, можно констатировать, что администрация статусных школ не учитывает каких-то важных стимулов.

Большинство учителей относят себя к среднему классу. Однако, почти каждый пятый учитель приписывает себя к низшему классу, что говорит о невысокой самооценке части учительства. Здесь возникает проблема, связанная с социальным сравнением. Получается, что каждый пятый учитель, как правило, сравнивает себя с учениками, которые имеют более высокий аскриптив-

ный статус. Такое сравнение должно рождать и рождает агрессию (скрытую или явную), что, соответственно, сказывается на формировании депрессивного состояния. В сельской местности к среднему классу себя относят 61,6 %, однако процент таких точек зрения снижается в зависимости от близости к городу. Среди Новосибирских учителей и учителей из статусных школ этот процент равен 53...54 %. Однако, к низшему классу новосибирские учителя относят себя чаще (26,1 %), по сравнению с сельскими (17,1 %). Таким образом, в городских школах самооценка учителей

Таблица 3

Распределение ответов на вопрос «Определите свой социальный статус. К какому социальному классу Вы сами себя относите?»

Ответы	Число	Процент
1. К высшему классу	69	5,9
2. К среднему классу	689	59,0
3. К низшему классу	223	19,1
4. Другое	44	3,8
5. Затрудняюсь ответить	142	12,2
Всего	1168	100,0

значительно ниже, чем в сельских. Следовательно, необходимо поднимать статус учительства и в городе, и в сельской местности, отдавая себе отчет в том, что статус поднимается не только с повышением заработной платы, но и с престижем.

Большое значение для удовлетворенности профессиональной деятельностью и психосоциального благополучия имеют отношения в коллективе, где отсутствуют деструктивные конфликты с коллегами и есть высокая оценка сотрудника членами коллектива, поддержка коллег по работе. Почти 60 % вполне довольны отношениями в своем трудовом коллективе, но примерно 40 % довольны ими не совсем. Таких учителей, для кого отношения в коллективе представляли значительную проблему, оказалось совсем немного. Самые дружные коллективы в школах, расположенных в малых городах Новосибирской области. Возникающие конфликты в коллективах учителей имеют здесь латентный характер, учителя не хотели бы огласки, в связи с чем конфликтными свои коллективы назвали чуть более одного процента учителей. Наиболее конфликтными оказались коллективы учителей из статусных школ. Большинство учителей (66,9 %) считают свой коллектив нормальным, но никак не командой. При этом каждый десятый учитель работает в разрозненном коллективе, где каждый сам по себе. Склонным свои коллективы назвали только 2 % опрошенных. Очевидно, что формирование адекватного, высокого личностного статуса возможно только в благополучном коллективе, где труд учителей постоянно оценивается.

Вопрос о том, ценят ли человека в коллективе, оказался сложным для каждого пятого респондента. Достоверно различаются ответы на этот вопрос, данные учителя-

ми из разных школ и населенных пунктов. Чаще всего недооценивают учителей, работающих в школах города Новосибирска. Учителя школ города Новосибирска не уверены, что к ним «всегда придут на помощь» (39 % уверенных в поддержке), по сравнению с учителями из сел (46,6 %) и малых городов (46,4 %).

Как выяснилось, несмотря на падение социального статуса учителя, психологический климат таков, что в нем можно нормально развиваться и профессионально, и в личностном плане. Тем не менее статус связан с престижем, а престиж – это признание значимости и профессиональных заслуг тем социальным кругом, в котором осуществляется профессиональная деятельность. Для учителей этот круг состоит из нескольких сегментов: коллеги, родители, дети. Каждый из сегментов требует внимания, что осложняет процесс формирования престижа для учителей. Тем не менее повышение престижа приведет к повышению удовлетворенности своей профессиональной деятельностью и окажет позитивное влияние на психическое здоровье и психосоциальное благополучие.

Самооценка реализации творческого потенциала и успешности отражает действительную степень самореализации, психосоциальное благополучие напрямую зависит от того, насколько человек самореализован. Как показал опрос, только каждый пятый учитель считает себя самореализовавшейся личностью, у 73 % существуют проблемы с самореализацией. Следовательно, подавляющее большинство испытывает чувство неудовлетворенности и проблемы в плане профессионального развития. Кроме того, можно отметить достоверную разницу в оценках самореализации учителей школ г. Новосибирска и ста-

Таблица 4

**Распределение ответов на вопрос
«Вы считаете себя
самореализованной личностью?»**

Ответы	Число	Процент
1. Да	257	22,0
2. Не в полной мере	751	64,3
3. Нет	104	8,9
4. Другое	2	,2
5. Затрудняюсь ответить	54	4,6
Всего	1168	100,0

тусных школ, где оказывается менее всего условий для самореализации. Видимо, это можно прокомментировать следующим образом: в статусных школах повышаются притязания, которые при этом неадекватно удовлетворяются.

Учителя – достаточно рефлексирующая категория людей, для них достаточно важна оценка себя как успешного или неуспешного человека. Выяснилось, что количество успешных учителей примерно равно количеству самореализовавшихся, и это один из пяти респондентов. Более половины опрошенных считают себя не совсем успешными, а 12 % – совсем неуспешными в профессиональной деятельности и жизни в целом. Однако, интересно то, что среди учителей статусных школ высокий процент успешных, но при этом – нереализованных людей. Видимо, успех не совсем связывается с самореализацией в профессиональной сфере. Осознание успешности дает престиж самого статусного образовательного заведения и более благоприятные условия работы. Удивительно, но кроме учителей статусных школ себя относят к успешным учителя, проживающие в поселках. Что это, непонимание «успешности»? Эти люди не мыслят такими категориями?

Таблица 5

**Распределение ответов на вопрос
«Вы считаете себя успешным человеком?»**

Ответы	Число	Процент
1. Да, вполне	253	21,7
2. Не совсем	710	60,9
3. Нет	148	12,7
4. Другое	12	1,0
5. Затрудняюсь ответить	43	3,7
Всего	1166	100,0

Отсутствие стрессов большого города, мегаполиса? Результаты требуют в этом случае дополнительных данных и разъяснений.

Разумеется, ощущение самореализованности и успешности способствует формированию высокого уровня психосоциального благополучия, что создает позитивный настрой на достижение новых высот в профессиональной деятельности. Однако, результаты исследования не позволяют говорить о том, что с «успешностью» и «самореализованностью» учителей все в порядке.

Таблица 6

**Распределение ответов на вопрос
«Как часто Вы чувствуете себя одинокой /
одиноким?»**

Ответы	Число	Процент
1. Постоянное состояние	17	1,5
2. Часто	112	9,6
3. Иногда	419	35,8
4. Редко	370	31,6
5. Вообще неизвестно такое состояние	227	19,4
6. Другое	12	1,0
7. Затрудняюсь ответить	15	1,3
Всего	1172	100

Следовательно, проблемы с психосоциальным благополучием есть. Эти проблемы обнаруживаются и в выявлении чувств одиночества и обиды.

Чувство обиды часто переживает каждый четвертый респондент, и половина опрошенных ответили, что переживают это чувство иногда. Можно предположить, что это довольно большой процент людей, которых беспокоит чувство несправедливости. Наибольший процент учителей, испытывающих чувство обиды, в статусных школах (28 %). Для того чтобы человек не испытывал чувство обиды, необходимо постоянное подкрепление его деятельности поощрениями. Невнимание и отсутствие поощрений часто приводят к потере профессиональной мотивации. На настроение человека влияет целый ряд факторов. Естественно, настроение меняется, но если на протяжении некоторого времени оно остается плохим, то следует искать причины. Настроение – относительно устойчивый компонент психического состояния, но именно оно выступает квинтэссенцией переживания событий.

Отметим, что активных и инициативных учителей немного, так как это связано скорее всего с приличным средним возрастом респондентов, деятельное настроение наряду с усталостью отмечает каждый пятый респондент. Признаком усталости и эмоционального выгорания является созерцательное и подавленное настроение, которое характерно примерно для одного из десяти опрошенных. Рассмотрение настроения учителей в зависимости от школы и места проживания показало, что с воодушевленным настроением учителей в сельской местности (4,8 %) и малых городах (4,8 %) в два раза больше, чем в Новосибирске (1,6 %). Инертность более всего

присутствует у учителей из малых городов (29,8 %) и сел (25,2 %), менее всего – в поселках (17 %). Созерцательность выявляется чаще всего у учителей из статусных школ (14,7 %), а реже всего у учителей из малых городов (3,6 %). Более всего раздражительное настроение выражено у учителей в поселках (2,7 %), так же как и подавленное (4,1 %).

Для того чтобы решать проблему психосоциального благополучия учителей, необходимо выяснить, какие факторы на него влияют. На первом месте по количеству ответов стоят финансовые проблемы, которые отметили более половины респондентов; на втором месте – недостаточность отдыха; на третьем – проблемы со здоровьем; на четвертом – перегруженность делами и на пятом месте – забота о состоянии здоровья кого-то из близких. Исследование проблем учителей из разных населенных пунктов показало, что финансовые проблемы наиболее остро переживаются в поселках и малых городах, перегруженность делами – в школах Новосибирска, нехватка времени для семьи – в малых городах, а проблемы со здоровьем – в сельской местности. Недостаточность отдыха чаще всего отмечают учителя из статусных школ. Изучение организации отдыха учителей показало, что только каждый десятый восстанавливает свои силы во время отдыха, почти половине респондентов не хватает для этого времени. При этом важно отметить, что хроническая усталость более всего выражена у учителей из статусных школ (15,4 %).

Однако родителей и широкую общественность практически не интересует психосоциальное благополучие учителей, их интересуют прежде всего отношения педагогов с учениками. Проблемы, которые были обнаружены в ходе исследования,

не лежат на поверхности. Как выяснилось, при всех благих намерениях психосоциальное благополучие учителя сказывается на указанных отношениях. Большинство учителей считают, что дети благодарны и помнят хороших учителей, но при этом неблагодарность учеников отмечает каждый четвертый учитель, т. е. налицо противоречие. Наиболее благодарные дети, по данным учителей, проживают в малых городах (67 %), наименее – в поселках (53,5 %). Учителя, работающие в поселковых школах и школах со статусом, чаще отмечают неблагодарность учеников (30 %). Учителя города Новосибирска чаще оценивают свои отношения с учениками как хорошие, однако в этих же школах, а также в школах со статусом чаще учителя отмечают и конфликты с учениками.

В процессе изучения стратегии поведения учителей, в случае если ребенок ничего не понимает, было выявлено, что почти 90 % проводят с ребенком беседу, т. е. используют свой педагогический потенциал. Стратегии поведения учителей из разных населенных пунктов достоверно различаются. В Новосибирских и статусных школах чаще разговаривают на повышенных тонах и приглашают родителей в школу. В статусных школах меньше обращаются за помощью к администрации. Удовольствие от общения с учениками получают почти 80 % учителей. Однако эти данные различаются в зависимости от места проживания учителей и школы. Если учителям малых городов ученики интересны почти всегда, то учителя, работающие в статусных школах (36 %), лишь иногда получают интерес от беседы с детьми. Некоторые учителя городских школ вообще не считают нужным беседовать с учениками.

Однако на фоне такой позитивной картины отношений с учениками обнаружилось противоречие, которое нарушает всю гармонию: в учительском сообществе сложился негативный стереотип современного ученика (ребенка), который противоречит позитивным поведенческим стратегиям учителей. Налицо амбивалентное отношение, негативно влияющее на профессиональную и трудовую мотивацию. Вот как описывают учителя современного ученика:

- *паттерны поведения*: «раскрепощенные, без комплексов, непоседливые, расторможенные, слишком сексуальные, невнимательные, быстро утомляются, слишком свободны»;

- *воспитание*: «некоторые плохо воспитаны, долго находятся под опекой, вседозволенность, избалованность, завышенные амбиции, индивидуализм, низкий уровень культуры, низкий уровень толерантности, иждивенцы, неухожены, циничны, безнравственны, вседозволенность, наглость»;

- *личностные качества*: «эгоистичны, прагматики, жестокость, уверенность в завтрашнем дне и в себе, расчетливы, более агрессивны, инициативны, мобильны, прямолинейны».

Итак, большинство характеристик имеют негативный характер. Более того, учителями осуждаются и интересы, и «излишняя» осведомленность, и неумение выстраивать отношения, и отсутствие мотивации к учебе. Но при этом учителя оправдывают себя и говорят о своем желании общаться с детьми. С нашей точки зрения, указанное противоречие возникло, прежде всего, в результате невнимательного отношения к проблеме психосоциального благополучия учителей. Обратим внимание хотя бы на следующие моменты: в процессе выяснения предпочтительной оптимальной

нагрузки оказалось, что половина учителей считают оптимальной нагрузку от 18 до 24 часов. Однако многие из учителей считают, что нагрузка должна быть меньше. Отвечая на вопрос о дополнительных условиях для работы, учителя наиболее часто отмечали стимулирование педагогического труда и материально-техническую оснащенность кабинета. При рассмотрении ответов на этот вопрос учителями из разных населенных пунктов и школ было выявлено, что в малых городах для учителей наиболее важен методический день и оснащенность кабинетов. Комната психологической разгрузки интересна учителям из поселков, в полноценном летнем отдыхе больше нуждаются учителя, работающие в Новосибирске, они также больше нуждаются в стимулировании педагогического труда и более удобном расписании. Изучая ответы на вопрос о подготовке к занятиям, было выявлено, что чуть меньше половины учителей устают от этой неизбежной педагогической работы. В поселках и статусных школах каждый десятый учитель отмечает, что невозможно справиться с новыми требованиями и большим потоком информации. Учителя сельских (39,5 %) и статусных школ (38,5 %) более других учителей устают от подготов-

Таблица 7
Распределение ответов на вопрос «Считаете ли Вы, что работа в школе негативно сказалась на Вашем здоровье?»

Ответы	Число	Процент
1. Да	554	47,8
2. Нет	434	37,4
3. Другое	41	3,5
4. Затрудняюсь ответить	131	11,3
Всего	1160	100,0

ки к занятиям. Почти половина учителей считают, что школа негативно сказалась на их здоровье. Особенно с этим согласны учителя, работающие в школах города Новосибирска (51 %), менее всего с этим согласны учителя, проживающие в малых городах (37 %).

Изучение ответов на вопрос о переутомлении учителей показал, что практически постоянно это ощущение присутствует у каждого третьего учителя. Более всего переутомляются учителя, работающие в школах города Новосибирска, менее всего – учителя поселков. Исследование возможностей учителей восстанавливать свои силы показало, что примерно половина это делают быстро, но столько же учителей это делают с трудом. Быстрее восстанавливают

Таблица 8
Распределение ответов на вопрос «Считаете ли Вы, что работа в школе негативно сказалась на Вашем здоровье?» учителей из разных населенных пунктов и школ

Ответы	Село	Поселок	Малый город	Городская школа	Статусная школа
1. Да	49,9	41,8	37,3	51,0	45,2
2. Нет	35,2	41,1	48,2	35,5	40,0
3. Другое	2,7	4,1	3,6	5,0	3,5
4. Затрудняюсь ответить	12,2	13,0	10,8	8,5	11,3

силы учителя сел (47,7 %), поселков (49 %) и малых городов (48,8 %). Однако, только 37 % учителей статусных школ могут быстро восстановить свои силы, 54,3 % учителей этих школ восстанавливаются с трудом. Половина опрошенных респондентов используют какие-то способы эмоционального восстановления. Чаще всего различными способами восстановления пользуются учителя Новосибирска (55 %), реже всего – сельские учителя (44 %). Помощь психолога периодически или постоянно нужна почти 40 % опрошенных учителей. Причем это не зависит от места проживания и школы.

Несмотря на то что в психологе не нуждаются многие учителя, однако почти 80 % опрошенных часто или периодически испытывают депрессию или апатию. Особенно часто испытывают такие состояния учителя статусных школ (13,7 %). Фактором защиты психосоциального благополучия для учителя является семья. На вопрос о том, дружная ли семья, большинство учителей ответили положительно. Одиноких людей в школе работает менее 5 %. Чаще дружные семьи учителей отмечены в поселках (82 %), не очень дружные – у учителей школ города Новосибирска (19 %) и статусных школ (21,4 %). В поселках не очень дружных семей только 11 %. Каждого десятого учителя семья не поддерживает, а примерно у 7 % опрошенных – неблагополучные семьи. Более всего неблагополучных семей у учителей малых городов (8,6 %), и статусных школ (8,7 %). Половине учителей приходится постоянно заботиться о своих детях, только 20 % не обременены этой заботой. Меньше всего проблем, связанных с заботой о детях, испытывают учителя статусных школ (27,2 %), в малых городах таких учителей только 15 %.

В целях более глубокого анализа проблемы был проведен факторный анализ с вращением методом вращения Варимакс с нормализацией Кайзера. В процессе факторного анализа нами было получено 15 факторов, которым мы присвоили соответствующие названия. Факторами психосоциального благополучия учителей были такие, как возраст (фактор 14), умение восстанавливать свои силы (фактор 15), признание, настроение, эмоциональное выгорание, самореализация, самоуважение, поддержка, забота, семья, отдых, болезни, настрой, коллектив. Интересно, что один фактор, который мы назвали «болезни» (фактор 9), включил в себя на первый взгляд несовместимые оценки: чувство обиды и частота больничных листов. Этот фактор показывает, что болезни учителей часто связаны с эмоциональными проблемами, внутренними неразрешенными конфликтами, требующими психологической помощи. Здоровье также оказалось связанным с настроением учителей и их удовлетворенностью работой (фактор 2 – настроение). Самоуважение учителей (фактор 5) включило в себя вопросы отношения с детьми, отнесения себя к определенному социальному классу. Самореализация учителей (фактор 4) связана с оценкой учителя как профессионала в коллективе. Таким образом, психосоциальное самочувствие учителей, в частности их самооценка, удовлетворенность, эмоциональное благополучие и здоровье, связано с условиями профессиональной деятельности.

Отдельно был рассмотрен фактор 3 (эмоциональное выгорание), который включил в себя чувство обиды, переутомление, способность к восстановлению сил, потребность в психологе, чувство апатии,

давление и различные боли, имеющие психосоматическую природу. Была создана шкала «эмоциональное выгорание». Исследование выраженности эмоционального выгорания от возраста показало, что максимально эмоциональное выгорание проявляется в возрасте от 46 до 55 лет. Значение стажа работы для эмоционального выгорания также оказалось достоверным. Наиболее сильно эмоциональному выгоранию подвержены учителя, проработавшие в школе 11–15 лет, и особенно 21–30 лет. У женщин эмоциональное выгорание было выражено достоверно больше по сравнению с мужчинами-учителями. Достоверно более выражено эмоциональное выгорание учителей, имеющих среднее или высшее педагогическое образование, по сравнению с теми, кто имеет среднее образование не по специальности.

Уважение профессии учителя в обществе оказалось достоверно значимым для эмоционального выгорания учителей. Достоверно наиболее выражено эмоциональное выгорание у тех учителей, которые ответили, что общество пренебрежительно относится к учителям. Выраженность эмоционального выгорания оказалась достоверно меньше у тех учителей, которые на вопрос о том, считают ли они себя самореализовавшейся личностью, ответили положительно, по сравнению с теми, кто самореализовался не в полной мере или совсем не самореализовался. Изучение ощущения себя успешным человеком показало достоверную значимость этого фактора для выраженности эмоционального выгорания учителей. Выраженность эмоционального выгорания достоверно меньше у успешных учителей по сравнению со всеми остальными ответившими. Настроение достоверно лучше у тех учителей, у

кого менее выражено эмоциональное выгорание. И наоборот, учителя с признаками эмоционального выгорания и истощения испытывают плохое (созерцательное, раздраженное или подавленное) настроение. То есть можно говорить о прямой взаимосвязи настроения учителей в течение месяца и эмоционального выгорания учительства. Выраженность эмоционального выгорания достоверно меньше у тех учителей, которые полностью или хотя бы частично восстанавливают свои силы во время отдыха. Более всего выражено эмоциональное выгорание у тех, кто загружен работой дома, т. е. берет работу домой, или у тех, кто не может отдохнуть вследствие хронической усталости.

Другим достоверно значимым фактором для эмоционального выгорания учителей оказалось то, как учителя ответили на вопрос о том, как ученики оправдывают их ожидания. Достоверные различия в выраженности эмоционального выгорания были у учителей, ответивших на вопрос положительно (ученики оправдывают ожидания часто) и ответивших на вопрос «Иногда» (не понимают материал, не учат, не слушают, разговаривают и прочее). Более всего выражено эмоциональное выгорание учителей, чьи ожидания почти никогда не оправдываются. Периодическое и особенно частое проявление безразличия к своему труду является показателем выраженности эмоционального выгорания учителей. Эмоциональное выгорание учителей, указавших, что нагрузка должна быть менее 18 часов в неделю, достоверно более выражено по сравнению с теми учителями, которые указали, что нагрузка может составлять от 18 до 24 часов в неделю. Это говорит о сильном переутомлении первых. У тех учителей, которые считают,

что урок – это работа, которую надо выполнять хорошо, достоверно более выражено эмоциональное выгорание по сравнению с теми, кто считает, что урок – это увлекательное действие.

Достоверно значимыми для выраженности эмоционального выгорания были ответы на вопрос о негативном влиянии работы в школе на здоровье учителей. У тех учителей, которые дали утвердительный ответ на этот вопрос, выраженность эмоционального выгорания была достоверно больше по сравнению с теми, кто дал отрицательный ответ или затруднился ответить. Достоверно более выражено эмоциональное выгорание у тех учителей, которые на вопрос «Используете ли Вы какие-либо способы эмоционального восстановления?» ответили «Не знаю», по сравнению с теми, кто дал утвердительный ответ. У тех, кто ответил отрицательно, видимо, нет такой необходимости. У многих учителей, которые не знают способов восстановления сил, есть потребность в этом, например, для минимизации выраженности эмоционального выгорания.

Частота ухода учителей на больничный была также достоверно значима для выраженности эмоционального выгорания. Эмоциональное выгорание учителей, которые иногда берут больничные листы, достоверно более выражено по сравнению с учителями, которые никогда не берут больничный лист.

Выраженность эмоционального выгорания достоверно больше у тех учителей, которые ответили, что семья не очень дружная, по сравнению с теми, кто ответил положительно на вопрос о семье. Таким образом, дружная семья является фактором защиты от эмоционального выгорания учителей. Интересно, что у одиноких

людей менее выражено эмоциональное выгорание по сравнению с теми, у кого нет дружная семья. У тех учителей, которые получают поддержку в семье только иногда или совсем ее не получают, выраженность эмоционального выгорания достоверно больше, чем у тех, кто всегда чувствует поддержку семьи. У тех учителей, которые постоянно или иногда заботились о собственных детях, выраженность эмоционального выгорания была достоверно больше, чем у тех, у кого не было такой обязанности – заботиться о собственных детях.

Любимые занятия помимо работы были также достоверно значимым условием для выраженности эмоционального выгорания учителей. Наличие хобби и даже занятия любимым делом время от времени являются факторами защиты от эмоционального выгорания учителей. У тех учителей, кто ответил отрицательно на вопрос о наличии любимых занятий помимо работы, эмоциональное выгорание достоверно более выражено. Наличие и поддержка друзей оказалась защитным фактором для выраженности эмоционального выгорания учителей. У тех учителей, кто отрицательно ответил на этот вопрос, выраженность эмоционального выгорания была достоверно больше по сравнению с теми, кто всегда получает необходимую помощь и поддержку друзей.

Среди ответов на вопрос о том, что мешает самореализоваться в полной мере, учителя чаще всего отмечали такие причины, как нехватка времени и денег (21,7 %). Многие из опрошенных отмечали, что самореализоваться им мешает совокупность обстоятельств как объективного, так и субъективного характера. Среди субъективных причин были названы заниженная

самооценка, неуверенность, пассивность, различные психологические комплексы, психологические барьеры, заниженные притязания, стереотипы, привычки, особенности характера и личностные особенности, например настойчивость, лень, неорганизованность. Кроме этого учителя отмечали такие причины, как усталость, возраст, состояние здоровья, личные проблемы, связанные чаще всего с семьей, например отсутствие семьи, постоянная забота о том, чем накормить семью, отсутствие поддержки в семье, бытовые проблемы, уныние или сниженное настроение, упущенные возможности. Некоторые учителя среди субъективных причин называли нехватку образования или опыта, плохие условия жизни, отсутствие интереса или занятость учебной работой.

Гораздо чаще субъективных причин учителями были отмечены объективные причины, связанные с условиями труда, например, такие как отсутствие школьного оборудования, отсутствие необходимой информации, негативное отношение к профессии учителя, плохие условия работы, текучка кадров, некомпетентная политика государства в сфере образования, престарелый коллектив. Чаще всего среди объективных проблем самореализации учителя называли очень большую нагрузку на работе, рамки средней школы, неудовлетворенность результатами труда. Кроме этого некоторые указывали, что им мешает самореализоваться необходимость переходить из учреждения в учреждение, отсутствие нормального активного отдыха, конфликты с администрацией школы или политика администрации школы.

Таким образом, среди факторов, мешающих самореализоваться, учителя отмеча-

ли множество факторов субъективного, но чаще объективного характера. Все ответы учителей можно разделить на несколько групп факторов, с которыми, по мнению учителей, связан успех:

1) материальные ресурсы (материальное положение, материально-техническая база – отметили 7,2 %);

2) работа (отношение к работе, результаты работы и их оценка другими людьми, востребованность на работе, положение в рабочем коллективе, профессионализм – отметили 9,1 %);

3) настрой или настроение (желания, стремление к успеху, уверенность, внутренняя гармония человека, отношение к жизни, психологический комфорт, цель в жизни или хорошее настроение от достигнутой цели – отметили 11,8 %);

4) личностные особенности (характер, упорство, трудолюбие, работоспособность, творческие способности, оптимизм, коммуникабельность, честолюбие – отметили 15,4 %);

5) образование (самообразование, знание новых технологий, владение информацией, эрудиция, воспитание, знания – отметили 4,6 %);

6) удача (объективные и субъективные факторы, везение, бог, судьба, правильно выбранный путь, способность идти в ногу со временем, возможность воплощения задуманного – отметили 6,5 %);

7) отношения (поддержка семьи и друзей, уважение со стороны родителей, любовь к детям, семейное благополучие, отношения в коллективе, отношения администрации школы к учителю, удавшаяся личная жизнь, умение ладить с начальством – отметили 7 %);

8) самореализация (отметили 1,4 %);

9) здоровье (отметили 0,7 %).

Таким образом, мы выявили отношение учителей к своей профессии. Большая часть учительства отмечает, что престиж учителя падает. Особенно эта тенденция заметна в городах. Учителя относят себя в большинстве случаев к среднему классу, однако самооценка городских учителей несколько ниже, чем сельских. Исследование выявило достаточное количество проблем, влияющих на психосоциальное благополучие учителей, и показало, что с самим благополучием есть проблемы. Психосоциальное благополучие на основании выявленных фактов нельзя считать нормальным.

И если о психическом здоровье написано достаточно много и ученые отмечают риск развития неврозов у учителей², то психосоциальное благополучие учителя заслуживает особого внимания, поскольку позволяет рассмотреть проблему в широком социальном контексте.

Литература

Осницкий А.В. Проблемы психического здоровья и адаптации личности / А.В. Осницкий. – СПб.: Серебряный век, 2004. – 384 с.

Прохоров А.В. Особенности психических состояний личности в обучении // Психол. журнал. – 1991. – Т. 12. – № 1. – С.47–55.

² Прохоров А.В. Особенности психических состояний личности в обучении // Психол. журнал. – 1991. – Т. 12. – № 1. – С. 47–55.