

## ПРОБЛЕМЫ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЕЁ ВЗАИМОСВЯЗЬ С УРОВНЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

DOI: 10.25629/НС.2019.09.17

Стрюкова Г.А., Аверьянов П.Г., Николаева И.А., Гаврилушкин С.А.

Ульяновский государственный педагогический университет имени И. Н. Ульянова

Ульяновск, Россия

**Аннотация.** Проблема самоактуализации личности остаётся дискуссионной и актуальной в современном обществе. В ряде профессий, связанных с работой в сфере человек-человек, таких как учителя и психологи, постоянное саморазвитие необходимо в том числе и как профилактика возникновения эмоционально-волевых нарушений. В статье дается обзор научных исследований в области психологии личности и профессионального выгорания педагогов. В представленном исследовании изучалась взаимосвязь между параметрами самоактуализации (уровнем сформированности качеств самоактуализирующейся личности) и критериями профессионального выгорания у учителей. Предполагалось, что существует корреляционная взаимосвязь между компонентами профессионального выгорания (эмоциональным истощением, деперсонализацией и редукцией личных достижений) и уровнем развития качеств самоактуализирующейся личности, связанных с самоотношением и автономностью. В исследовании приняло участие 108 педагогов с различным стажем, из них 16 – работающие в условиях усложнённой педагогической деятельности без дополнительного материального стимулирования (учителя кадетских классов). Эмпирически доказано, что данная выборка имеет более высокий уровень профессионального выгорания. Вместе с тем, она отличается более высоким уровнем самоактуализации. Подтверждено наличие устойчивых корреляционных взаимосвязей между самоактуализацией, её параметрами и профессиональным выгоранием, характерных для педагогической деятельности.

**Ключевые слова:** самоактуализация, самоактуализирующаяся личность, черты самоактуализирующейся личности, аутосимпатия, автономность, профессиональное выгорание, профессиональная деформация, эмоциональное истощение, деперсонализация, редукция личных достижений, педагогическая профессия, корреляционная взаимосвязь, психологическое здоровье.

### Введение в проблему

Вопросы личностного развития оказываются важными для педагогической профессии в силу специфики труда учителя. Характер и механизмы влияния уровня личностного развития педагога на различные параметры деятельности находятся в зоне научного внимания. Примером может служить характер профессионально значимых качеств педагога, определяющих его модель профессионального развития. Основной постулат данной концепции: профессиональное развитие учителя основано на его личностном развитии [12].

Личностное развитие, саморазвитие – термины, которые могут рассматриваться неоднозначно в зависимости от психологической концепции. Термин “самоактуализация личности” рассматривается, в основном, в работах представителей гуманистической психологии.

Согласно идеям представителей гуманистической психологии, понятие “самоактуализация” может рассматриваться в двух аспектах [5]:

- как стадия развития человека, удовлетворившего свои базовые потребности, чья жизнь управляема высшими мотивами. В таком понимании мы должны говорить о “самоактуализирующихся”, “метамотивированных” индивидах и признавать, что их достаточно мало;

- как процесс развития, «рост изнутри», и результат этого развития. С этой точки зрения каждый человек достиг того или иного уровня самоактуализации, что и может быть диагно-

стировано. “Метамотивированные” окажутся при данном подходе людьми, достигшими высшего уровня самоактуализации. В контексте исследования представителей педагогической профессии именно этот подход оказывается наиболее продуктивным.

Самоактуализация личности – это своего рода переход от состояния возможностей и скрытых потенциалов в состояние действительности, проявление человеком своих способностей. Г. Олпорт отмечал, что самоактуализация – это способность человека видеть целостную картину мира благодаря систематическому и последовательному выделению значимого в своей жизни, способность посмотреть, а себя “со стороны”, расширить границы своего Я и увидеть перспективу [10]. А. Маслоу считал, что самоактуализация как развитие человека освобождает его от “невротических” проблем жизни, обращая его взгляд на “экзистенциальные”, глубинные проблемы, заставляя понять смысл жизни [7]. В отечественной психологии самоактуализация рассматривается часто как процесс становления человека субъектом собственной жизнедеятельности или сознательное изменение “Я-реального” в направлении “Я-идеального”. Человек должен осознавать и нести ответственность за свой выбор, владеть индивидуальным стилем деятельности, стремиться к развитию и самосовершенствованию во всех сферах жизни, в том числе и профессиональной. Самоактуализация личности связана с уровнем ее психологического здоровья, ведь именно стремление к саморазвитию является одним из индикаторов и показателей психологически здорового человека, наравне с высоким стремлением к творческой самореализации. В психологии термин “психологическое здоровье” употребляется при рассмотрении вопросов, связанных с формированием психологически здоровой личности и рассматривается как самоактуализация личности (А. Маслоу); удовлетворение экзистенциальных потребностей личности (В. Франкл); овладение смыслом собственной жизни (Ш. Бюллер); удовлетворение возрастных потребностей на каждом этапе личностного развития (Л.С. Выготский) [8].

Неоднозначным оказывается также и соотношение между самоактуализацией и профессиональным ростом. По мнению Г.А. Стрюковой, может быть выделено пять подходов к соотношению данных феноменов: личностное развитие является контекстом профессионального развития; самоактуализация – результат профессионального развития; эти феномены независимы; самоактуализация и профессиональное развитие противоположны; данные процессы частично коррелированы [15].

Анализ исследований в области профессионального развития человека позволяет сделать вывод о том, что, отсутствие постоянного поиска смыслов, творческих проявлений и личностного развития педагога приводит в конечном итоге к его профессиональной деформации, которая выражается в таком синдроме, как синдром профессионального “выгорания”, синдром “burnout”, “психическое выгорание”, эмоциональное выгорание и т.д. [9].

### **Анализ исследований**

Проблеме самоактуализации личности посвящены работы представители экзистенциально-гуманистического направления (Э. Деси, А. Маслоу, Р. Мей, Г. Олпорт, К. Роджерс, В. Франкл). В отечественной психологии проблемы самоактуализации личности касались в своих исследованиях А.Г. Асмолов, В.П. Зинченко, А.Н. Леонтьев, В.И. Слободчиков и др.

Проблема соотношения развития и профессиональных деформаций педагога является в настоящее время достаточно актуальной. Об этом можно судить по числу и содержанию разрабатываемых тем психолого-педагогических исследований. В первую очередь, отмечается возрастание числа и силы факторов, способствующих формированию профессиональных деформаций:

- актуальность профилактики профессионального выгорания в условиях модернизации образования (Иванова И.В., Земцова И.А., Макаренко Н.Н.) [3,6];
- факторы, обуславливающие профессиональное выгорание педагогов в условиях введения федеральных государственных образовательных стандартов общего образования (Погорелов Д.Н.) [11].

Во-вторых, непосредственно исследуется корреляция между различными параметрами личностного развития (самоактуализации) и показателями профессионального выгорания педагогов:

- влияние профессионального самоотношения на эмоциональное выгорание (Бараева Е.И., Кот Е.А.) [1];

- соотношение профессионального выгорания и самоактуализации педагога в профессиональной деятельности, корреляция данных показателей с возрастом и стажем педагога (Гончарова Е.В., Воронцова Е.В.) [2];

- взаимосвязь эмоционально-личностного благополучия с профессиональным выгоранием (Карапетьян Л.В., Глотова Г.А.) [4];

- особенности жизнестойкости психологов и педагогов с профессиональными деформациями (Полякова О.Б.) [13, 14];

- характеристики жизненной позиции как детерминанты профессионального выгорания педагогов (Уставщикова А.В., Водопьянова Н.Е.) [16].

### **Цель исследования**

Выявление корреляционной взаимосвязи между качествами самоактуализирующейся личности и компонентами профессионального выгорания у педагогов.

### **Гипотезы исследования**

Основная гипотеза: Существует корреляционная взаимосвязь между компонентами профессионального выгорания (эмоциональным истощением, деперсонализацией и редукцией личных достижений) у педагогов и уровнем развития качеств самоактуализирующейся личности, связанных с самоотношением и автономностью.

Частная гипотеза: Педагоги в условиях осложнённой педагогической деятельности без специального материального стимулирования (работа в кадетских классах) наиболее подвержены профессиональному выгоранию.

### **Методы и методики исследования**

Диагностические методики: тест САМОАЛ “Диагностика уровня самоактуализации личности” А.В. Лазуткин в адаптации Н.Ф. Калина. Данная методика позволяет оценить уровень самоактуализации личности через ее основные составляющие: ориентация человека во времени, ценности человека, взгляд на природу человека, потребность в познании, креативность, автономность, спонтанность, самопонимание, аутосимпатия, контактность, гибкость в общении; тест изучения уровня профессионального выгорания К. Маслач и С. Джексон (адаптированный Н.Е. Водопьяновой для педагогических профессий).

Методы математической статистики: угловое преобразование Фишера, коэффициенты корреляции Спирмена и Пирсона.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют: системно-деятельностный подход к изучению психологических феноменов; концепция гуманистической психологии А. Маслоу; идея о структуре феномена профессионального выгорания К. Маслач и С. Джексон.

Базой исследования выступили образовательные учреждения (школы) Ульяновска и Ульяновской области. Пилотажное исследование проводилось с педагогами, работающими в кадетских классах одной из школ (16 педагогов). В ходе основного исследования изучалась выборка педагогов из различных школ города и области (92 респондента).

Пилотажное исследование было осуществлено по запросу образовательного учреждения, в составе которого на протяжении 5 лет функционировали кадетские классы (полнокомплектные классы, по одному в параллели с пятого по девятый, состоящие исключительно из мальчиков). Работа в кадетском классе не имела дополнительной материальной поддержки. Единственным преимуществом перед другими классами являлось наличие офицера-воспитателя, который работал с ребятами во второй половине дня, фактически разделив полномочия по воспитанию мальчиков с классным руководителем.

Педагоги, работающие с этими классами, испытывали не только методические, но и психологические трудности. На предложение сформулировать свой запрос на психологическую помощь большая часть педагогов (75%) отметили неудовлетворённость своей деятельностью,

низкий уровень самооценки и самоуважения. Это стало отправной точкой для исследования уровня профессионального выгорания и поиска дефицита в развитии личностных качеств педагогов с целью разработки стратегии для проведения профилактических и коррекционных мероприятий.

Выявленные в ходе данной работы корреляционные взаимосвязи между критериями профессионального выгорания (эмоциональным истощением, деперсонализацией и редукцией личных достижений) и уровнем развития качеств самоактуализирующейся личности нуждались в подтверждении на более представительной выборке педагогов. Выборка была сформирована из слушателей курсов повышения квалификации по разным направлениям, то есть представителей различных образовательных учреждений с различным стажем педагогической работы по преподаванию различных дисциплин ( $n = 92$ ).

Таким образом, всего в исследовании было задействовано 108 педагогов с различным стажем педагогической деятельности.

В ходе исследования сравнивались результаты двух выборок на предмет выявления различий и определения специфики педагогической деятельности в осложнённых условиях (работы учителя в кадетском классе).

### Результаты исследования и их обсуждение

Сопоставительный анализ двух выборок – педагогов кадетских классов школы ( $n = 16$ ) и рандомной выборки ( $n = 92$ ) – по стажу педагогической работы представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Состав выборок по стажу педагогической работы

Выборка \ Стаж	1-3	3-5	5-10	10-15	15-20	20-25	25-30	Свыше 30
( $n = 92$ )	4	4	2	13	13	18	20	26
( $n = 16$ )	13	0	6	44	13	0	6	18

Сопоставление процентных долей по выборкам с помощью углового преобразования Фишера показало значимые различия для периодов: 10-15 лет в сторону преобладания выборки педагогов школы с кадетскими классами ( $\phi = 2,63$ ,  $p < 0,01$ ) и 20-25 лет с преобладанием рандомной выборки. Остальные различия между выборками оказались незначимыми.

Сопоставление выборок по показателям профессионального выгорания представлено в таблице 2. В таблице указаны доли педагогов с завышенными показателями по критериям профессионального выгорания: Э (эмоциональное истощение), Д (деперсонализация), Р (редукция личных достижений). Приведены доли педагогов, имеющих неблагоприятные показатели по трём (3), двум (2) одному (1) критерию или не имеющих таковых (0).

Таблица 2 – Выраженность показателей профессионального выгорания (число педагогов с завышенными показателями, %)

Выборка \ Показатель	Э	Д	Р	3	2	1	0
( $n = 92$ )	37	13	39	6	24	22	48
( $n = 16$ )	50	25	56	19	25	25	31

В целом наблюдается превышение “неблагополучных” показателей у выборки педагогов кадетских классов с дефицитом “благополучного” (доля педагогов, не имеющих признаков профессионального выгорания). Однако данные различия между выборками оказываются незначимыми.

В обеих выборках значимым оказалось различие между числом педагогов с завышенным показателем по критерию “редукция личных достижений” с критерием “деперсонализация” (для  $n = 92$   $\phi = 4,14$ ,  $p < 0,001$ ; для  $n = 16$   $\phi = 1,82$ ,  $p < 0,05$ ). Это может свидетельствовать о том, что педагоги предпочитают саморазрушительные тенденции, сохраняя личностное взаимодействие с учениками.

В большей выборке над “деперсонализацией” значимо преобладает доля педагогов с выраженным показателем по “эмоциональному истощению” ( $\varphi = 3,87$ ,  $p < 0,001$ ), что подтверждает наше предположение. В меньшей выборке данное различие существует на уровне тенденции ( $\varphi = 1,48$ ,  $p > 0,05$ ).

В обеих выборках были подсчитаны средние значения выраженности критериев выгорания (таблица 3).

Таблица 3 – Выраженность показателей профессионального выгорания (средние значения по выборке)

Критерий \ Выборка	Э	Д	Р
(n = 92)	23,4	8,3	32,5
(n = 16)	25	9,3	32,1

Показатели по двум критериям (Э и Д) выше в кадетской выборке, а по критерию Р – в рандомной. Это согласуется с результатами Таблицы 2 – выборка педагогов кадетских классов в целом менее благополучна в исследуемом аспекте.

Результаты методики САМОАЛ представлены в таблице 4. Сравниваются средние значения выраженности каждого параметра и уровня самоактуализации по выборке.

Таблица 4 – Выраженность параметров самоактуализации (средние значения)

	Выборка	(n = 92)	(n = 16)
1	Ориентация во времени	0,59	0,63
2	Ценности	0,57	0,60
3	Взгляд на природу человека	0,44	0,53
4	Потребность в познании	0,48	0,51
5	Креативность	0,51	0,57
6	Автономность	0,36	0,38
7	Спонтанность	0,36	0,35
8	Самопонимание	0,53	0,52
9	Аутосимпатия	0,44	0,43
10	Контактность	0,45	0,45
11	Гибкость в общении	0,48	0,49
	Самоактуализация в целом	0,47	0,49

Выборка педагогов кадетских классов показывает в среднем результаты более высокие как по различным параметрам самоактуализации, так и по уровню самоактуализации в целом. Наибольшее расхождение наблюдается по параметру “Взгляд на природу человека”. Подобный результат можно объяснить тем, что в кадетских классах создаются условия для более тесных личностных взаимодействий педагога с воспитанниками. Благодаря наличию специфических кадетских органов самоуправления (на уровне школы – это совет командиров), воспитательной направленности кадетских классов, привлечения дополнительного штата педагогов-воспитателей изучению личности каждого ученика, его развитию уделяется больше внимания, чем обычным школьникам. У педагога есть возможность выделить и ценить в каждом ученике положительные качества, наблюдать динамику их развития, отнестя к разряду “заложенных от рождения”. Негативные качества учеников педагоги склонны объяснять недостатками семейного воспитания, тем более что в кадетских классах часто учатся подростки из неблагополучных или неполных семей. В результате оценка параметра, оценивающего признание изначальной, врожденной позитивности человека, его направленности на собственное развитие, оказывается достаточно реалистичной – 0,53: человек по природе “хорош”, но многое решают условия, в которых формируется его личность.

Для обычных педагогов в наибольшей степени характерна несколько пессимистическая точка зрения (показатель 0,44 ниже нейтральной оценки 0,5): человек по природе своей оценивается “не очень хорошим” (ленивым, жадным, агрессивным и т.д.), тем самым воспитанию (в этом контексте – переделыванию, перевоспитанию) отводится решающая роль в формировании личности ребёнка.

Немаловажным фактором, объясняющим различия, на наш взгляд, может послужить то, что для работы в кадетских классах педагоги проходят отбор. Работа с классом мальчиков-подростков требует от учителя высокого уровня профессионализма и личностного развития. Не соответствующие этим требованиям педагоги не соглашаются работать в таких условиях, тем более что не существует дополнительной материальной поддержки, или вовсе не назначаются. Фактором педагогической элитарности также могут быть объяснены завышенные показатели по ряду других параметров и по уровню самоактуализации в целом.

Несколько заниженными в данной выборке оказались показатели, блока самопринятия: “Спонтанность”, “Самопонимание”, “Аутосимпатия”. Это может подтверждать факт наибольшей подверженности данной группы профессиональному выгоранию в связи с усложнёнными условиями педагогической деятельности.

Корреляционный анализ показал наличие связи между уровнем самоактуализации и критериями профессионального выгорания в обеих выборках (таблица 5). Символом \* выделены значения, соответствующие уровню значимости  $p < 0,05$ , \*\* –  $p < 0,01$ .

Таблица 5 – Выраженность корреляционной связи между уровнем самоактуализации и критериями профессионального выгорания

Критерий ПВ Выборка	Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Редукция личных достижений
(n = 92)	- 0,32**	- 0,29**	+ 0,27*
(n = 16)	- 0,63*	- 0,64*	+ 0,54*

Все три фактора профессионального выгорания имеют тенденцию к изменению в зависимости от уровня самоактуализации. Причём “эмоциональное истощение” и “деперсонализация” отрицательно коррелированы (чем выше самоактуализация, тем ниже эти показатели), а “редукция личных достижений” положительно коррелирована (самоактуализирующиеся педагоги не склонны принижать свои достижения и недооценивать свои силы).

Корреляционная матрица для кадетской выборки представлена в таблице 6.

Таблица 6 – Корреляционная матрица (СА – самоактуализация, ПВ – профессиональное выгорание)

Критерий ПВ Параметр СА	Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Редукция личных достижений
Ориентация во времени	+ 0,32	- 0,24	+ 0,25
Ценности	- 0,19	- 0,61*	+ 0,21
Взгляд на природу человека	+ 0,42	- 0,40	- 0,17
Потребность в познании	- 0,31	- 0,02	+ 0,38
Креативность	+ 0,27	- 0,37	+ 0,63*
Автономность	- 0,63*	- 0,58*	+ 0,29
Спонтанность	+ 0,34	- 0,41	+ 0,22
Самопонимание	+ 0,39	- 0,40	- 0,60*
Аутосимпатия	- 0,49	- 0,42	+ 0,31
Контактность	+ 0,35	- 0,36	+ 0,27
Гибкость в общении	- 0,28	- 0,38	+ 0,33
Самоактуализация	- 0,63*	- 0,64*	+ 0,54*

Большинство корреляционных зависимостей оказались на уровне тенденций. Выявлено всего пять значимых значений ( $p < 0,05$ ) и три близких к нулю. Важным, на наш взгляд, оказывается исследование направленности тенденций (знака коэффициента корреляции) по отношению к критериям ПВ.

Для “эмоционального истощения” (Э) выявлены прямые и обратные взаимосвязи. К высоким результатам в наибольшей степени склонны педагоги контактные, спонтанные, креативные, живущие настоящим и с гуманистическим представлением о человеческой личности. Менее склонны к эмоциональному выгоранию автономные и принимающие себя личности, имеющие потребность в познании, изменениях и гибкости в общении.

В отношении “деперсонализации” все взаимосвязи оказались обратными (отрицательные значения коэффициентов) или близкими к нулю (шкала “Потребность в познании” оказалась вне связи с данным критерием ПВ).

Критерий Р (редукция личных достижений) по смыслу оказывается противоположным другим критериям ПВ. Неблагополучие по этому критерию фиксируется наименьшими значениями, а не большими, как по двум остальным. Это обуславливает своеобразие интерпретации соответствующих результатов, в связи с чем данный критерий удобнее называть “профессиональные достижения”. Он оказался в прямой зависимости с большинством показателей самоактуализации. Получен всего один нетипичный результат – с параметром “Самопонимание”. Мы смогли предположить следующую интерпретацию: педагоги с высоким уровнем знания себя и своих возможностей обладают повышенной критичностью к уровню своих профессиональных достижений. Однако следует отметить, что результат всё-таки оказался неожиданным и не до конца осознанным, при расчётах на представительной выборке он не подтвердился.

Остальные корреляционные взаимосвязи для двух выборок во многом оказались схожими.

1) Качество “Ценности” находится в отрицательной связи с критерием “деперсонализация”. Для выборки ( $n = 92$ )  $r = -0,23$  ( $p < 0,05$ ); для выборки ( $n = 16$ )  $r = -0,61$  ( $p < 0,05$ ).

Ценность человеческой личности, её развития не позволяет педагогам воспринимать своих учеников, коллег, близких в качестве объектов. Показатель самоактуализации и критерий выгорания находятся в обратной зависимости.

2) “Креативность” положительно коррелирована с “редукцией личных достижений” ( $r = +0,27$  и  $r = +0,63$ ,  $p < 0,05$ ). Творческие педагоги не склонны к принижению своих возможностей и достижений.

3) Заниженные показатели “Автономности” ведут к высокому уровню “эмоционального истощения” ( $r = -0,27$ ,  $p < 0,01$  и  $r = -0,63$ ,  $p < 0,05$ ) и “деперсонализации” ( $r = -0,26$ ,  $p < 0,05$  и  $r = -0,58$ ,  $p < 0,05$ ).

Неумение педагога “не включаться” в ситуацию (будь то событие в учебном классе, конфликт в коллективе, семье или непоследовательность требований администрации, образовательной политики на государственном уровне) не только “выматывает” педагога, но и ставит его в объектную позицию. Ощущая себя объектом, учитель проецирует соответствующий стиль в педагогическом взаимодействии.

4) Педагоги с низким уровнем “Аутосимпатии” подвержены “эмоциональному истощению” ( $r = -0,35$ ,  $p < 0,001$  и  $r = -0,50$ ,  $p < 0,05$ ).

Сниженный эмоциональный фон, равнодушие или эмоциональное пресыщение, таким образом, – это атрибуты неприятия себя, отсутствия ценностного отношения педагога к “Я-физическому”, “Я-духовному”.

Значимой корреляции между другими показателями самоактуализации и профессиональным выгоранием обнаружено не было.

Рассматривая полученные закономерности с точки зрения компонентов профессионального выгорания, можно отметить, что “эмоциональное истощение” чаще всего сопутствует низким показателям по шкалам “Автономность” и “Аутосимпатия”. Педагогу, таким образом,

необходимо учиться принимать себя и “не включаться”, в достаточной степени дистанцироваться от окружающих, их эмоций и поступков.

“Деперсонализация” является приложением к низкому уровню по шкалам “Ценности” и “Автономность”. Отказывая в праве другого человека (ученика) на самостоятельность, фактически включая его личность в структуру своего “Я” (принимая за него решения, контролируя его действия и эмоции), педагог перестаёт воспринимать ученика как личность. Появляется деформация в отношениях с людьми, выражающаяся в повышении негативизма, циничности установок и чувств или повышении зависимости от других.

“Редукция личных достижений” связана с низким уровнем развития качества “Креативность”. Способность к творчеству (в деятельности, организации своего времени и пространства) позволяет педагогу ощущать себя способным к целеполаганию и планированию, осуществлению, прогнозированию результатов, то есть повышает субъектность в профессиональной деятельности и жизнедеятельности.

Отсутствие различий в результатах корреляционного анализа по двум выборкам позволяет сделать вывод о достаточной устойчивости выявленных корреляционных связей и их независимости от типа образовательного учреждения и ряда других переменных.

### **Выводы**

Проведённое эмпирическое исследование позволило выявить взаимосвязь между критериями профессионального выгорания и некоторыми параметрами самоактуализации (качествами самоактуализирующейся личности). Развитость таких качеств, как креативность, автономность, аутосимпатия и ценностное отношение к личности препятствует развитию деструктивных феноменов эмоционального истощения, деперсонализации и редукции личных достижений.

Установленные взаимосвязи являются устойчивыми по отношению к педагогической профессии и не зависят от влияния дополнительных переменных (тип образовательного учреждения, специализация, предположительно стаж педагога).

Учитывая выявленные в исследовании высокие показатели числа педагогов с признаками профессиональной деформации, что согласуется с данными других современных исследований по аналогичной проблематике, полученные результаты приобретают актуальность для определения направлений коррекционной помощи педагогам. Она может быть действенной, если будет направлена на поддержку роста автономности и аутосимпатии личности учителя, его креативности. Данная помощь может осуществляться как специфическими психологическими методами на уровне школьных и районных психологических служб (просветительская работа, консультационная помощь, тренинги), так и неспецифическими – создание организационной культуры образовательного учреждения, способствующей безопасности и развитию личности всех её субъектов. В наибольшей степени нуждаются в подобной помощи учителя, работающие в условиях осложнённой педагогической деятельности без специальных стимулирующих выплат.

### **Литература**

1. Бараева Е.И., Кот Е.А. Влияние профессионального самоотношения личности на эмоциональное выгорание педагогов в зрелом возрасте // Вышэйшая школа: навукова-метадычны і публіцыстычны часопіс. 2017. №1 (117). С. 55-59.
2. Гончарова Е.В., Воронцова Е.В. Профессиональное выгорание и самоактуализация педагога в условиях профессиональной деятельности // Проблемы высшего образования. 2016. №1. С. 197-199.
3. Иванова И.В., Земцова И.А. Актуальность профилактики профессионального выгорания педагога в условиях модернизации образования // Вестник образовательного консорциума Среднерусский университет. Серия: Гуманитарные науки. 2017. Т.1. №10. С. 56-59.
4. Карапетян Л.В., Глотова Г.А. Исследование взаимосвязи эмоционально-личностного благополучия с профессиональным выгоранием // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2018. №1. С. 40-52.

5. Кудинов С.И., Позин А.И., Гаврилушкин С.А. Специфика самореализации сотрудников органов внутренних дел с разными показателями профессиональной деформации // Человеческий капитал. 2019. №3 (128). С. 143-153.
6. Макаренко Н.Н. Изучение синдрома “burnout” у педагогических работников // Право. Экономика. Психология. 2018. №2 (10). С. 74-80.
7. Маслоу А. Мотивация и личность. Спб.: Евразия, 2001. 475 с.
8. Николаева И.А. Теоретические основы исследования психологического здоровья человека // Поволжский педагогический поиск. 2014. №2 (8). С. 72-74.
9. Ожогова Е.Г. Роль профессиональной рефлексии в предупреждении синдрома «психического выгорания» у педагогов // Проблемы современного педагогического образования. 2016. №52-7. С. 601-611.
10. Олпорт Г. Становление личности: избранные труды. М.: смысл, 2002. 164 с.
11. Погорелов Д.Н. Факторы, обуславливающие профессиональное выгорание педагогов в условиях введения федеральных государственных образовательных стандартов общего образования. // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. 2018. №2(35). С. 78-85.
12. Поляков С.Д., Аверьянов П.Г. “Тризеркалье” деятельности педагога на уроке // Сибирский педагогический журнал. 2017. №4. С. 13-19.
13. Полякова О.Б. Особенности жизнестойкости психологов и педагогов с профессиональными деформациями (выгоранием) // Человеческий капитал. 2016. №1(85). С. 66-71.
14. Полякова О.Б. Самоактуализация как предпосылка предупреждения профессиональных деформаций (выгорания) будущих психологов и медиков. // Ученые записки Российского государственного социального университета. 2017. Т.16. №6(145). С. 62-69.
15. Стрюкова Г.А. Самоактуализация и профессиональное выгорание в педагогической деятельности // Вестник Ульяновского государственного педагогического университета имени И.Н. Ульянова: Сборник научных статей. Ульяновск: УлГПУ, 2013. Вып. 10. С. 40-44.
16. Уставщикова А.В., Водопьянова Н.Е. Характеристики жизненной позиции как детерминанты профессионального выгорания педагогов // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ. 2016. Т.4. С. 219-225.

**Стрюкова Галина Александровна.** E-mail: galpochta@mail.ru

**Аверьянов Петр Геннадьевич.** E-mail: avepetr@gmail.com

**Николаева Ирина Александровна.** SPIN-код: 9588-0771. E-mail: i.voronina@inbox.ru

**Гаврилушкин Сергей Александрович.** E-mail: ser2912122964@gmail.com

Дата поступления: 10.09.2019

Дата принятия к публикации 15.09.2019

**PROBLEMS OF PERSONAL SELF-ACTUALIZATION IN PEDAGOGICAL ACTIVITY  
AND ITS RELATIONSHIP WITH THE LEVEL OF PROFESSIONAL BURNING**

DOI: 10.25629/HC.2019.09.17

**Stryukova G.A., Averyanov P.G., Nikolaeva I.A., Gavrilushkin S.A.**

Ulyanovsk State Pedagogical University named after I.N. Ulyanov

Ulyanovsk, Russia

**Abstract.** The problem of personality self-actualization remains debatable and relevant in modern society. In a number of professions related to work in the field of man-person, such as teachers and psychologists, continuous self-development is necessary, including as a prevention of the occurrence of emotional-volitional disorders. The article gives an overview of scientific research in the field of personality psychology and professional burnout of teachers. In the presented study, the relationship between the parameters of self-actualization (the level of formation of the qualities of a self-actualizing personality) and the criteria for professional burnout among teachers was studied. It was assumed that there is a correlation between the components of professional burnout (emotional exhaustion, depersonalization and reduction of personal achievements) and the level of development of the qualities of a self-actualizing personality related to self-attitude and autonomy. The study involved 108 teachers with various lengths of service, 16 of them working in conditions of complicated pedagogical activity without additional material incentives (teachers of cadet classes). It is empirically proven that this sample has a higher level of professional burnout. However, it has a higher level of self-actualization. The presence of stable correlation relationships between self-actualization, its parameters and professional burnout, which are characteristic of pedagogical activity, is confirmed.

**Keywords:** self-actualization, self-actualizing personality, traits of a self-actualizing personality, autosympathy, autonomy, professional burnout, professional deformation, emotional exhaustion, depersonalization, reduction of personal achievements, pedagogical profession, correlation relationship, psychological health.

**Stryukova Galina Aleksandrovna.** E-mail: galpochta@mail.ru

**Averyanov Peter Gennadievich.** Email: avepetr@gmail.com

**Nikolaeva Irina Alexandrovna.** SPIN: 9588-0771. E-mail: i.voronina@inbox.ru

**Gavrilushkin Sergey Alexandrovich.** Email: ser2912122964@gmail.com

Date of receipt 10.09.2019

Date of acceptance 15.09.2019