

Пономарев Г.Н.,¹ Шансков М.А.,² профессор, доктор педагогических наук, декан факультета физической культуры¹, кандидат биологических наук, заведующий научно-исследовательской лабораторией факультета физической культуры², Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена

ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВЫГОРАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Аннотация

Целью работы явилась исследование мотивацию к педагогической деятельности и психологическое выгорание учителей физической культуры. Высокая мотивация к физкультурно-педагогической деятельности вне зависимости от возраста и стажа работы педагога будет снижать риск психического выгорания по показателям деперсонализации и редукции личных достижений.

Ключевые слова: мотивация к педагогической деятельности, физическая культура, психологическое выгорание

Ponomarev G.N.¹, M.A. Shanskov², Professor, Doctor of Education, Dean of the Faculty of Physical Education¹, Ph.D. in biol. Sc., head of the research laboratory of the Faculty of Physical Education², The Russian state pedagogical university named after A.I. Herzen

STUDY OF MOTIVATION TO TEACHING AND PSYCHOLOGICAL BURNOUT IN PHYSICAL EDUCATION

Abstract

The aim of the work was to study the motivation to teaching and psychological burnout of teachers of physical culture. High motivation to sports and educational activities regardless of age and length of service of the teacher will reduce the risk of mental burnout in terms of reduction of depersonalization and personal accomplishment.

Key words: motivation to teaching, physical training, psychological burnout

Мотивация деятельности педагога в сфере физической культуры является наиболее сложной и малоизученной проблемой. Направленность специалиста на педагогическую деятельность всегда носит в осознанный мотивационный характер. Мотив, интересы, потребности и установка образуют мотивационную сферу личности. Мотив при этом выступает как осознанная потребность, и в то же время мотив является установкой, побудителем, объяснением деятельности [4].

В наиболее общем виде психологическое выгорание рассматривается как синдром, возникающий вследствие продолжительных профессиональных стрессов средней интенсивности. Вследствие этого синдром «психологического выгорания» отмечается некоторыми авторами как «профессиональное выгорание». Данный синдром включает в себя три основные составляющие, выделенные Maslach С. и Jackson S. E. [7]: эмоциональную истощенность, деперсонализацию (цинизм) и редукцию профессиональных достижений. Это позволяет рассматривать данное состояние в аспекте личной деформации специалиста под влиянием длительного профессионального стажа.

Как считает С.А. Бабанов между профессиональным «выгоранием» и мотивацией деятельности существует тесная взаимосвязь. «Выгорание» может вести к снижению профессиональной мотивации. Психическому «выгоранию» в большей степени подвержены те работники, которые трудятся с высокой самоотдачей и ответственностью. Риску развития профессионального выгорания подвержены в большой степени педагоги. Это определяется тем, что труд педагогов отличается высокой эмоциональной напряженностью. Существует множество эмоциогенных факторов, оказывающих негативное воздействие на деятельность педагога [1].

С возрастом и увеличением стажа профессиональной деятельности постепенно растет напряженность функционирования всей системы защитных механизмов личности педагога [3].

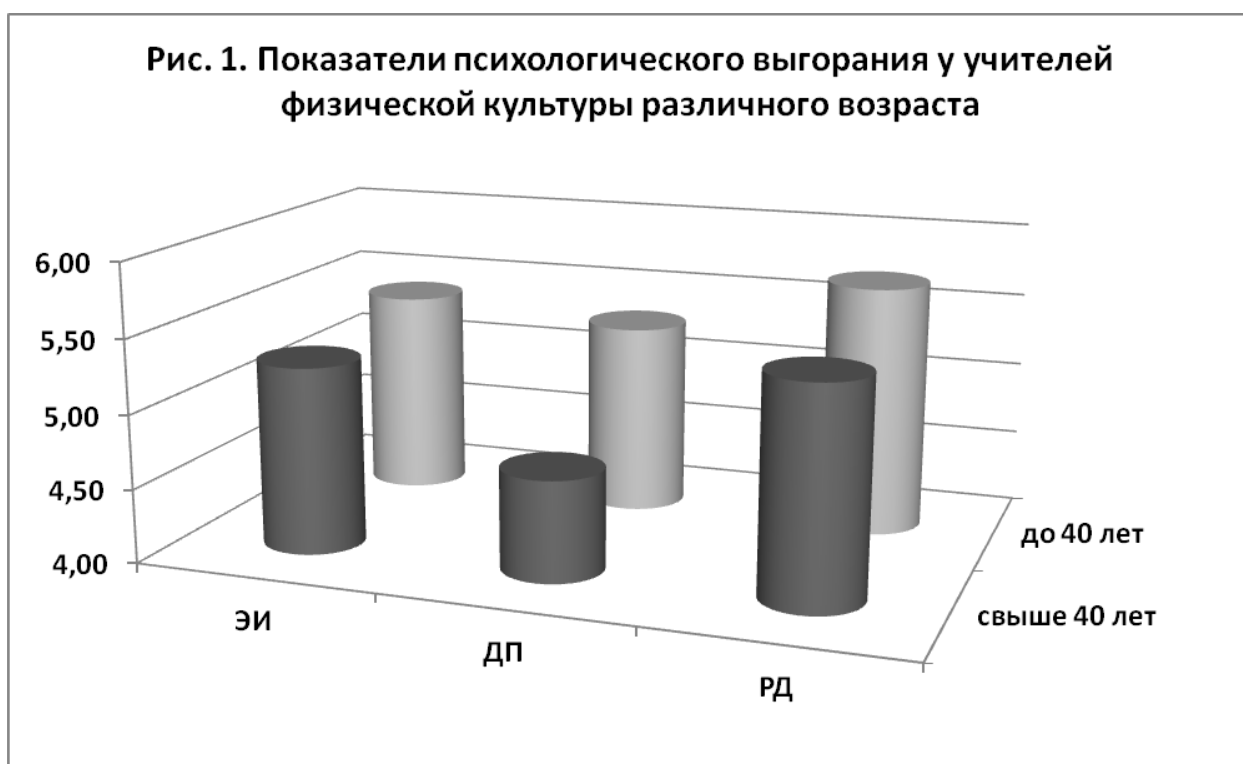
Цель исследования. Исследовать мотивацию к педагогической деятельности и психологическое выгорание учителей физической культуры.

Методика и организация исследования. Применялись опросник мотивации к физкультурно-педагогической деятельности по Г.Н. Пономареву и М.А. Шанскову [5], методика оценки профессионального выгорания педагогов, разработанных Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой на базе опросника МВІ (Maslach С., У Jackson S. E., 1981) [2]. Опросник EPPS по Г.Ю. Айзенку, тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра, опросник личностной агрессии А. Басса - А. Дарки (ЛА), оценка фрустрационных реакций (модификация теста С.Розенцвейга), оценка ролевых ожиданий и притязаний в браке по А. Н. Волковой (РОП), шкала коммуникативной тревожности при общении Т. Лири (СКТ), субъективная оценка межличностных отношений (СОМО) по С.В. Духновскому, шкала организационного стресса Мак-Лина (ОС), оценка типов поведения в конфликтной ситуации по К.Томасу. Исследование выполнялось бланковым методом с использованием аппаратно-программного психодиагностического комплекса Мультипсихометр. Подробное описание тестов представлено в Методическом руководстве к Мультипсихометру [6].

В исследованиях приняли участие 61 учитель физической культуры средних общеобразовательных школ Санкт-Петербурга и 33 студента пятого курса факультета физической культуры им. РГПУ А.И. Герцена. Всего было получено 109 показателей, которые были обработаны стандартными методами вариационной статистики и корреляционного анализа. Результаты приведены в шкале стэнов.

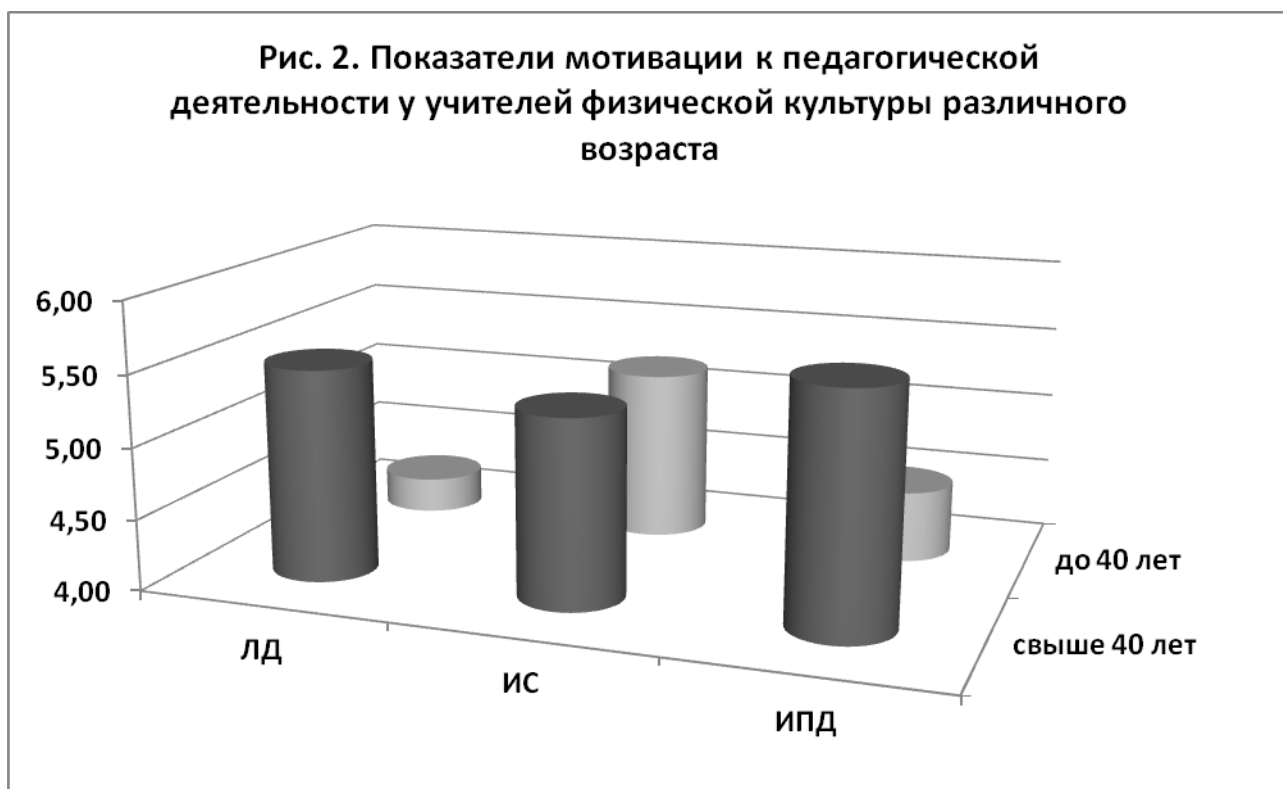
Некоторые результаты исследования и их обсуждение. На рисунке 1 представлена диаграмма показателей, характеризующих особенности психологического выгорания учителей физической культуры. Как следует из диа-

граммы показатели эмоционального истощения (ЭИ) и редукции личных достижений (РД) различаются незначительно у педагогов старшего возраста ($48,92 \pm 0,99$ лет) и младшего возраста ($30,65 \pm 1,16$ лет). Стаж работы учителей старшей группы составляет свыше 20 лет, у младшей – до 10 лет. Различия между группами по этим показателям недостоверны ($p > 0,05$). Что касается показателя деперсонализации, то он оказался ниже у педагогов старшей группы ($4,68 \pm 0,23$ стэна) по сравнению с учителями младшей возрастной группы ($5,30 \pm 0,43$ стэна). Различия оказались достоверны ($p < 0,05$). Таким образом, у учителей старшей возрастной группы наблюдаются выраженная пластичность личности. Они способны в большей степени по сравнению с молодыми коллегами к психической адаптации в ходе установления коммуникаций. Следовательно, возраст и большой стаж работы не влияют отрицательно на данный компонент психологического выгорания и деформации отношений с учениками и коллегами по работе не отмечается.



На рисунке 2 представлена диаграмма показателей, характеризующих мотивационную сферу учителей физической культуры. Показатели «любовь к детям» (ЛД) и «интерес к педагогической деятельности» (ИПД) у предста-

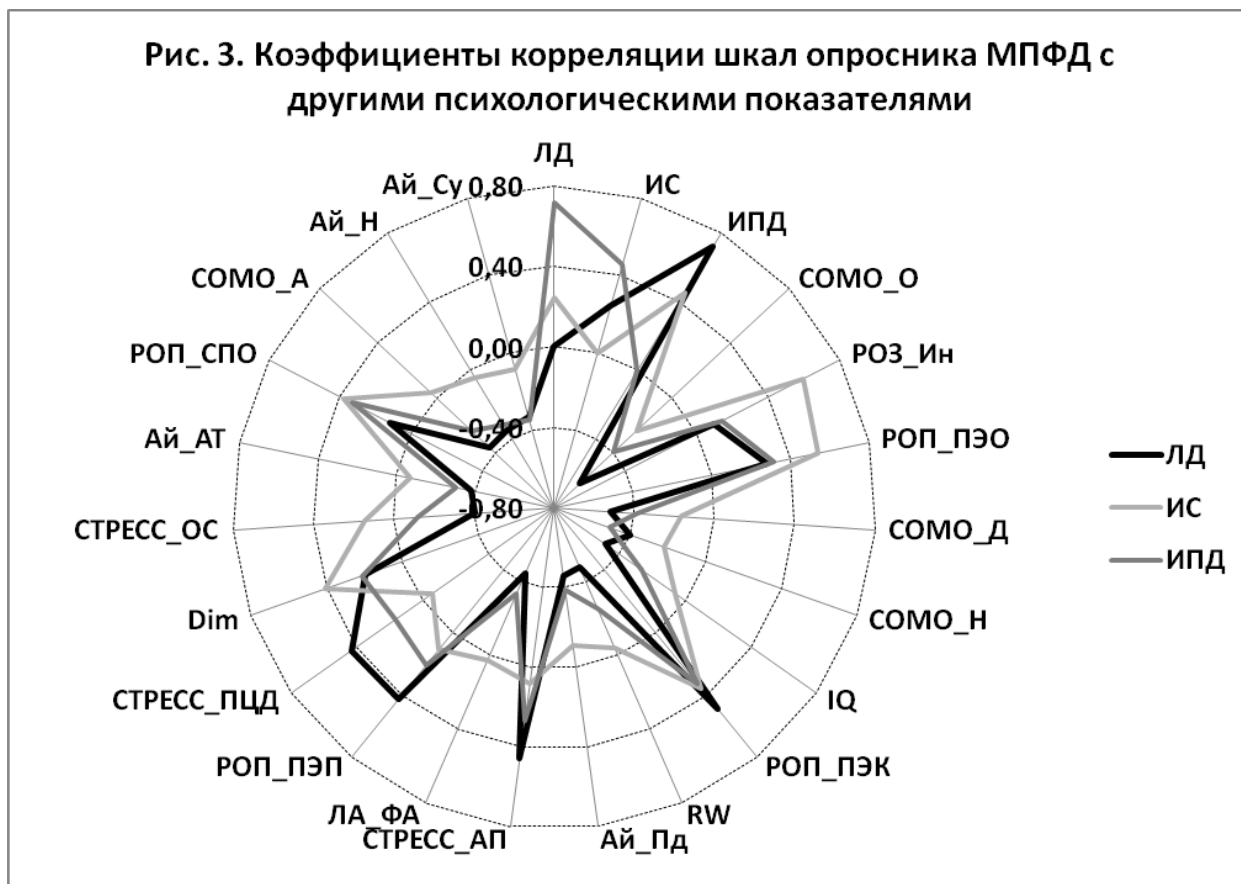
вителей старшей возрастной группы выше по сравнению с молодыми учителями.



Они составляют соответственно $5,49 \pm 0,29$ и $5,66 \pm 0,31$ стэна против $4,24 \pm 0,40$ и $4,50 \pm 0,51$ стэна. Различия достоверны ($p < 0,05$). На наш взгляд, не только выгорание влияет на мотивацию, но и мотивация оказывает позитивное воздействие на механизм психологической защиты в виде полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия. Это положительно влияет на исполнение профессиональной деятельности и отношения с учениками и коллегами.

Изучение взаимосвязей между полученными показателями выявило, что возраст практически не связан с прочими показателями. Имеет достоверная, но небольшая по величине связь между ним и показателем «любовь к детям» ($r = 0,27$). РД имеет три достоверных отрицательных коэффициента корреляции с ЛД ($r = - 0,37$), ИС ($r = - 0,34$) и ИПД ($r = - 0,47$). Показатель ДП достоверно связан с ЛД ($r = - 0,27$), ИС ($r = - 0,35$).

На рисунке 3 продемонстрированы достоверные коэффициенты корреляции между величинами шкал опросника МПФД и другими психологическими показателями, полученными у студентов-выпускников факультета физической культуры РГПУ им. А.И. Герцена.



Показатель ЛД имеет наиболее высокие положительные связи с ИПД (0,72), психоэмоциональным климатом РОП_ПЭК (0,49), активностью и продуктивностью преодоления стресса СТРЕСС_АП (0,46), принятием ценностей других СТРЕСС_ПЦД (0,43), наиболее высокие отрицательные связи с отчужденностью СОМО_О (- 0,62), дисгармонией СОМО_Д (- 0,52), IQ (- 0,49), подавленностью по Айзенку Ай_ПД (- 0,46) Показатель ИС наиболее тесно положительно связан с интропунитивностью РОЗ_ИН (0,59), психоэмоциональными ожиданиями РОП_ПЭО (0,55), ИПД (0,45), достоверных отрицательных же связей данный показатель не имеет. Показатель ИПД имеет положительные связи с ЛД (0,72), ИС (0,45), отрицательный с напряжен-

ность СОМО_Н (- 0,51), дисгармонией СОМО_Д, отчужденностью СОМО_О и подавленностью по Айзенку Ай_ПД (все по - 0,39).

Исходя из полученных результатов, можно отметить, что высокая мотивация к физкультурно-педагогической деятельности вне зависимости от возраста и стажа работы учителя будет снижать риск психического выгорания по показателям деперсонализации и редукции личных достижений.

Мотивация к физкультурно-педагогической деятельности в значительной степени будет определяться сбалансированными межличностными отношениями, умением преодолевать стресс через принятие ценностей других людей, способностью встречать фрустрирующую ситуацию как благоприятную для себя, беря вину на себя или принимая на себя ответственность за исправление данной ситуации

Литература

1. Бабанов С.А. Синдром «эмоционального выгорания» / С.А. Бабанов // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова, № 2, – 2010. - С. 294 – 301
2. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. – СПб.: Питер, – 2005. - С. 10 – 26
3. Зиньковский А.К., Антоновский А.В. Ведущие механизмы психологических защит у педагогов с различным опытом трудового стажа как индикаторы адаптации к социальной среде / А.К Зиньковский., А.В. Антоновский // Человеческий фактор: проблемы психологии и эргономики, № 4, – 2009. - С. 81 – 83.
4. Никитин С.А. Формирование у будущих специалистов в сфере физической культуры установки для воспитательной работы с подростками с девиантным поведением / Никитин С.А., Орехов Е.Ф., Пигалова Л.В. // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта». № 10(56). – 2009 год. – С. 73-77.

5. Пономарев Г.Н. Методика оценки мотивационной сферы у преподавателей физической культуры / Г.Н. Пономарев, В.Г. Федоров, М.А. Шансков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2013. № 11 (95). – С. 119 – 123
6. Сугоняев К.В. Аппаратно-программный психодиагностический комплекс Мультипсихометр: Методическое руководство / К.В. Сугоняев, А.Ю. Чуплин, Е.В. Медведев и др.; ЗАО «Научно-производственный центр ДИП». – М. 2008. часть 1: – 366 с.
7. Maslach С., Y Jackson S. E.. The measurement of experienced burnout. Journal of Occupational Behaviour, – 1981. 2, – P. 99 – 113.