

© Т.В. Семеновских, С.Ф. Шляпина

Научная статья

УДК 378.2

DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2023.4.49>

ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДЕФОРМАЦИЙ ЛИЧНОСТИ ПЕДАГОГА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Т.В. Семеновских, С.Ф. Шляпина

Семеновских Татьяна Викторовна,

кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и педагогики детства, Тюменский государственный университет, Тюмень, Россия.

ORCID iD: 0000-0001-6015-7497

t.v.semenovskikh@utmn.ru

Шляпина Светлана Федоровна,

кандидат педагогических наук, доцент кафедры философии и социально-гуманитарных наук, Государственный аграрный университет Северного Зауралья, Тюмень, Россия.

ORCID iD: 0009-0005-7332-7551

shlyapina.sf@gausz.ru

Аннотация. В статье рассматривается понятие профессиональной деформации. Чрезмерное развитие деформации является опасным, поскольку оно разрушающе действует на психологическое состояние индивида. Под влиянием негативного воздействия профессиональных деформаций индивид может не только бросить заниматься данным видом профессиональной деятельности, но и впасть в более глубокое психическое расстройство. Авторы статьи исследуют различные проявления профессиональных деформаций у педагогов учреждений дошкольного образования. К таким проявлениям отнесены эмоциональное выгорание, профессиональный стресс, реактивная и личностная тревожность. Авторы описывают различные симптомы эмоционального выгорания, влияющие на психическое и эмоциональное здоровье педагогов, особенно в ситуациях неопределенности, когда работа продолжается и дома. У учителей развивается: чувство «пойманности в ловушку», неадекватная избирательная реакция на раздражители, эмоциональная моральная дезориентация, снижение профессиональной ответственности. Отдельно рассматриваются такие проявления профессиональных деформаций как формирование профессионального стресса, а также реактивной и личностной тревожности. В эмпирической части исследования приводятся результаты диагностики всех вышеперечисленных проявлений профессиональных деформаций у педагогов детского сада. Результаты диагностики показали, что в исследуемой группе у большинства педагогов присутствуют признаки эмоционального выгорания различной степени выраженности. У большей части испытуемых уровень стресса выше нормы. Кроме того,

большое количество респондентов обладают умеренной и высокой реактивной и личностной тревожностью.

Ключевые слова: профессиональная деформация, эмоциональное выгорание, факторы профессионального выгорания, тревожность, профессиональный стресс, диагностика, педагоги дошкольного образования.

Библиографическая ссылка: Семеновских Т.В., Шляпина С.Ф. Исследование профессиональных деформаций личности педагога дошкольного образования // ЦИТИСЭ. 2023. № 4. С. 529-547. DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2023.4.49>

Research Full Article

UDC 378.2

RESEARCH OF PROFESSIONAL DEFORMATIONS OF PERSONALITY OF PRE-SCHOOL EDUCATION TEACHERS

T.V. Semenovskikh, S.F. Shlyapina

Tatiana V. Semenovskikh,

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Chair of Psychology and Pedagogy of Childhood, Institute of Psychology and Pedagogy, Tyumen State University, Tyumen, Russian Federation.

ORCID iD: 0000-0001-6015-7497

t.v.semenovskikh@utmn.ru

Svetlana F. Shlyapina,

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Philosophy and Social Sciences and Humanities, Northern Trans-Ural State Agricultural University, Tyumen, Russian Federation.

ORCID iD: 0009-0005-7332-7551

shlyapina.sf@gausz.ru

Abstract. *The article discusses the concept of professional deformation. It is noted that excessive development of deformation is dangerous because it has a destructive effect on the psychological state of the individual. Under the influence of the negative impact of professional deformations, an individual can not only completely quit engaging in this type of professional activity, but also fall into a deeper mental disorder. The authors of the article examine various manifestations of professional deformations among teachers of preschool educational institutions. Such manifestations include emotional burnout, professional stress, reactive and personal anxiety. Gradually increasing symptoms of emotional burnout are experiencing traumatic circumstances,*

dissatisfaction with oneself, a feeling of being “caged in a cage,” anxiety and depression, inadequate selective emotional response, emotional and moral disorientation, expansion of the sphere of saving emotions, reduction of professional responsibilities, emotional deficit, emotional detachment, depersonalization, psychosomatic and psychovegetative disorders. Separately, such manifestations of professional deformations as the formation of professional stress, as well as reactive and personal anxiety are considered. The empirical part of the study presents the results of diagnosing all of the above manifestations of professional deformations among kindergarten teachers. The diagnostic results showed that in the study group, the majority of teachers showed signs of emotional burnout of varying degrees of severity. Most of the subjects had stress levels above normal. In addition, a large number of respondents have moderate and high reactive and personal anxiety.

Keywords: *professional deformation, emotional burnout, factors of professional burnout, anxiety, professional stress, diagnostics, preschool teachers.*

For citation: *Semenovskikh T.V., Shlyapina S.F. Research of professional deformations of personality of pre-school education teachers. CITISE, 2023, no. 4, pp. 529-547. DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2023.4.49>*

Введение.

В исследованиях педагогической деятельности и формирования профессионализма педагога большое внимание уделяется деформациям личности, возникающим как после профессионального успеха, так и при длительном погружении в специфические трудовые обязанности. Успешное осуществление воспитателями дошкольного образования своей профессиональной деятельности предъявляет повышенные требования не только к личностным качествам педагога, но и к уровню психологического здоровья. Только здоровый воспитатель способен получать удовлетворение от выполняемой работы и может иметь необходимую работоспособность, активность, креативность и желание к продуктивному взаимодействию с детьми дошкольного возраста.

С.П. Свидерская, Е.А. Шабашева и Ю.О. Игнатович отмечают, что существует проблема неопределенности множества факторов и их влияния на процесс профессионального развития, особенно на устойчивость психического здоровья [24, 25].

По степени напряженности нагрузка педагога в среднем больше, чем у менеджеров и банкиров, директоров, то есть других профессионалов, непосредственно работающих с людьми. По статистическим данным, к неврозам, связанным с профессиональной деятельностью, склонны около 60% педагогов. Деятельность педагога связана с целым рядом напряженных ситуаций. В ходе процесса воспитания, проведения занятий, дети нередко нарушают дисциплину, между ними возникают непредвиденные конфликты, они могут не понимать объяснений педагога и т.д. Профессиональное общение с коллегами и руководством также часто связано с конфликтами по поводу нагрузки, с чрезмерным контролем со стороны администрации, перегруженностью различными поручениями. Не всегда удается найти общий язык и с родителями по поводу развития и воспитания дошкольников, особенно их поведения [21].

Е.В. Соломатин, раскрывая причины профессиональных деформаций в педагогической среде делает акцент на уровнях психологической и нравственной устойчивости [17].

Так, Бергис Т.А., Кривуля Ю.С. изучая сущность и структуру профессиональной деформации педагогов обращает внимание на проблему негативного факторного влияния профессии на личность и ее деятельность, и, как следствие, формирование деформации [1]. Е.В. Гунина изучая показатели профессиональной деформации педагога, отмечает, что высокий уровень деформации отрицательно сказывается на эффективности выполнения деятельности [4].

Н.П. Катунина, Л.П. Петухова, Н.В. Серегина и др. связывают глубину профессиональных деформаций у педагогов со стажем профессиональной деятельности. Их исследования показывают, что педагоги со стажем профессиональной деятельности 9-13 лет наиболее подвержены профессиональной деформации [6].

Анализируя определение понятия «профессиональная деструкция» разных авторов, можно выделить несколько уровней ее изучения. Так, Э.Ф. Зеер [5] рассматривает данный феномен на поведенческом уровне, Т.В. Кецко [7], а также Н.И. Медведева и И.А. Усачева [12] рассматривают профессиональную деструкцию как мотивационную составляющую.

По мнению Т.Г. Неруш [14] профессиональные деструкции «касаются личности (выражаются и проявляются на мотивационном, когнитивном уровне и на уровне качеств личности в искажении, гиперразвитии и разрушении профессионально важных и профессионально значимых качеств личности) и деятельности профессионала (нарушение целеполагания, отражения ситуации, планирования, контроля и регуляции)».

А.В. Михайлова, описывая риски, причины и признаки возникновения синдрома эмоционального истощения педагогов, тоже связывает профессиональное выгорание педагога со стажем его работы, а также возрастом [13].

В.Г. Самохвал, изучение профессиональных деструкций вел через призму уже усвоенных педагогом способов деятельности, когда начинается процесс разрушения сформированных качеств, стереотипизируется профессиональное поведение и выстраиваются психологические барьеры. Автор доказал, что кристаллизация профессиональной деструкции негативно воздействует на продуктивность труда педагога, а также психологический климат в коллективе [16].

А.А. Шатов исследует изменения в личности педагога, связанные с профессиональной деятельностью: деформации, синдром эмоционального выгорания, «стресс на рабочем месте». Он исследует профессиональную деформацию как совокупность изменений личности специалиста, возникающую в результате деятельности, вне контекста дезадаптации [19].

Анализ исследований по теме профессиональных деформаций показал, что они могут быть стенического типа (изменения, способствующие адаптации к профессии) и астенического типа (препятствующие успешному функционированию личности). Последние часто называют профессиональными деструкциями личности.

Так, В.Г. Самохвал отмечает, что возникновение профессиональных деформаций не является однозначно негативной тенденцией, так как является неизбежным при получении специальности и последующей работе. Однако, опасно, когда деформация чрезмерно развивается и преобразуется в профессиональную деструкцию, разрушающую нормальное психологическое состояние индивида [16]. Данное состояние проявляется в обострении особенно значимых для профессии психологических навыков и их искажении.

Самой распространенной формой профессиональных деструкций является эмоциональное выгорание: состояние физической, эмоциональной и психологической истощенности, вызванное хроническим стрессом под влиянием особенностей профессиональной деятельности. Эмоциональное выгорание может проявляться усталостью, потерей мотивации и эмоциональным истощением. Это состояние возникает у людей, часто работающих в профессиональных сферах, где несут ответственность за других,

взаимодействуют большим количеством людей, и сталкиваются с высокими эмоциональными нагрузками, как в педагогических профессиях [8].

Эмоциональное истощение представляет собой чувство чрезмерной эмоциональной нагрузки, которое превышает имеющиеся психологические ресурсы личности; деперсонализация относится к нарушению самовосприятия, а при слаборазвитом чувстве личных достижений нарушен образ собственной компетенции и отсутствует вера в эталон профессионального успеха. К. Чернис и М. Буриш, акцентируют внимание на процессуальной стороне выгорания и рассматривают его как стадийный процесс, носящий характер длительного стресса [2].

Синдром эмоционального выгорания чаще всего проявляется на 3-4 год работы или профессионального обучения. Он проявляется опустошенностью, отвращением к своей деятельности, эмоциональным перенапряжением, появлением холодности по отношению к выполнению работы в целом. В особую группу риска входят личности, помимо профессиональных деформаций имеющие «синдром самозванца». М.С. Шевелева, А.А. Золотарева, Н.А. Руднова феномен самозванца описывают у людей с высокими результатами деятельности. При этом, даже при объективном успехе такие люди не могут принять собственные достижения и испытывают постоянные опасения, что окружающие узнают, что они на самом деле не настолько хороши, как о них думают [20].

Зачастую игнорирование симптомов эмоционального выгорания приводит к следующим последствиям: индивид может не только вовсе бросить заниматься данным видом профессиональной деятельности, но и впасть в более глубокое психическое расстройство. Исследователи выделяют, прежде всего, внутренние факторы, приводящие к «присвоению во внутренний план личности» собственных обязанностей, функций, особенностей деятельности, состояния гипер-ответственности педагогов. В самом начале «выгорания» появляется напряжение, а затем по нарастающей, выстраиваются копинг-стратегии, чаще всего, демонстрирующие стереотипную для человека модель поведения в стрессовых ситуациях.

М.В. Кочетков связывает эмоциональное выгорание и профессиональную деформацию, рассматривает эмоциональное выгорание в качестве интегрирующего проявления психологического здоровья, диагностирование которого способствует эффективной самокоррекции профессионального уровня педагога в тех случаях, когда еще нет признаков глубокой профессиональной деформации [9].

Синдром эмоционального выгорания развивается стадийно, начиная с появления тревожного напряжения к стадии сопротивления нарастающему стрессу. Это происходит из-за того, что индивид всегда стремится быть в позитивных для него условиях, не хочет уходить из «зоны комфорта», всячески снижает давление обстоятельств, используя для этого различные возможности. Далее наступает стадия истощения, во время которой падает общего энергетический тонус, преобладает процесс торможения, нервная система истощается. У педагога на этой стадии включается эмоциональная защита.

Во многих исследованиях в эмоциональном выгорании выделяют отдельные симптомы в зависимости от стадии выгорания: деперсонализации, личностного отдаления, психоэмоционального истощения, редукации личных достижений, редукации профессиональной мотивации, эмоционального истощения и др. [15].

Профессиональный стресс — еще одна форма проявления профессионального выгорания. А.К. Маркова [10], в своем исследовании педагога как субъекта профессиональной деятельности, отмечает, что когда преподаватель попадает в ситуацию постоянного воздействия психотравмирующих факторов, это приводит к риску формирования профессионального стресса. Она указывает, что в данном случае речь идет о защитной реакции педагога, которая проявляется в виде закрепленных непродуктивных

стереотипов делового общения. Они могут усугубляться и переходить в полную профессиональную деформацию и маргинализацию личности.

Большое внимание уделяется исследователями вопросам профилактики и предупреждения профессиональных деформаций различной этимологии. Например, Н.П. Гаврилюк, С.Н. Семенкова и др. выявляют взаимосвязь между источниками трудностей человека в важных сферах жизни и предлагают психолого-педагогические рекомендации по решению проблем, связанных с формированием профессиональной деятельности [22].

Н.В. Мартырозова [11] обращает внимание на необходимость ранней профилактики профессиональной деформации, предлагая профессиональный психологический отбор в качестве первичной профилактики профессиональной деформации.

Полякова О.Б. рекомендует в качестве мер предупреждения профессиональных деформаций психологов и педагогов такие психолого-педагогические технологии, как проработка эмоционального состояния, утверждения во внутреннем монологе, техники управления эмоциональными реакциями, поведенческий аудит, проективные техники и ролевые игры [15].

Е.В. Соломатин утверждает, что какого-либо идеального разрешения проблемы профессиональной деформации нет. Он считает, что лучше применять превентивные меры, заниматься профилактикой и минимизацией негативных изменений, происходящих с личностью педагога. Начинать необходимо, по мнению автора, с осознания специфики своей профессии, характера воздействия на окружающих, а также понимания как она может повлиять на самого педагога. Чем раньше будут выявлены симптомы профессиональной деформации, тем быстрее начнется работа по восстановлению физического, морального и психического здоровья как педагога, так и тех, кто с ним взаимодействует [17].

Многие исследователи обращают внимание на необходимости обращения к вопросу саморазвития и самосовершенствования личности педагога. О.А. Титова обосновывает роль профессионально-личностного роста педагога как фактора профилактики возникновения и проявления профессиональной деформации, подчеркивает необходимость стимулирования профессионального и личностного развития педагогических кадров в рамках образовательной организации [18]. Т.В. Семеновских и С.Ф. Шляпина также настаивают на повышении квалификации педагогических кадров, особенно в эпоху неопределенности [23].

С.П. Свидерская, изучая взаимосвязи мотивации профессиональной деятельности педагога и его профессиональной самореализации посредством научно-исследовательской деятельности, рассматривает научно-исследовательскую деятельность педагога как условие совершенствования профессиональной самореализации, а также профилактики и преодоления профессиональных деформаций. В более широком смысле научно-исследовательская деятельность воспитателя рассматривается исследователем не только как условие профилактики профессиональных деформаций педагогов, но и как условие их профессионально-педагогического совершенствования и саморазвития. С.П. Свидерская подчеркивает необходимость осуществления педагогами научно-исследовательской деятельности наряду с другими целями, в том числе и с целью профилактики и преодоления профессиональных деформаций, а также необходимость отнесения научно-исследовательской деятельности к условиям профилактики и преодоления профессиональных деформаций педагогов, аргументирует включение научно-исследовательского компонента в содержание соответствующих программ переподготовки и повышения квалификации педагогических кадров [24, 25].

Профилактика профессиональных деформаций довольно обширна, как и их виды. Наиболее важным навыком является постоянный мониторинг собственного психического состояния с целью выявления отклонений эмоционального состояния личности. Общих для

всех индивидов норм нет — все они вытекают из совокупности психологических характеристик личности (темперамента, черт характера).

Время отдыха идет отдельно от рабочих моментов. Педагоги на выходных уделяют излишне много времени обучению и получению новой информации, касающейся их профессиональной деятельности. Важно отслеживать данную тенденцию, уделять определенное количество времени обучению, не забывать про отдых, не контролировать излишне тщательно рабочие звонки и электронные письма в нерабочее время.

В этом году в профессиональную среду детских садов г. Тюмени были введены, для молодых педагогов, наставники, их функции выполняли профессионалы, проработавшие более 10 лет в ДОУ. Опытные педагоги делились своим опытом с более молодыми.

Методология и методы исследования.

Целью нашего исследования было уточнение понятия «профессиональные деструкции», описание их проявлений, а также оценка уровней эмоционального выгорания, профессионального стресса и тревожности у педагогов дошкольного образовательного учреждения.

Теоретический анализ научной литературы, систематизация и обобщение материала научных исследования по теме профессиональных деструкций позволил уточнить основные рассматриваемые понятия, обобщить полученные в ходе констатирующего эксперимента результаты.

Эмпирическая часть исследования состояла из диагностики различных проявлений профессиональных деструкций педагогов ДОУ. Уровень эмоционального выгорания оценивался с помощью опросника «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко. Уровень формирования реактивной и личностной тревожности исследовался с помощью теста Ч.Д. Спилбергера – Ю.Л. Ханина и по методике Р.В. Овчаровой проводился анализ выраженности профессионального стресса педагогов ДОУ.

Результаты исследования и их анализ.

Первый этап эмпирического исследования включал интерпретацию данных и распределение испытуемых по группам в зависимости от уровня эмоционального выгорания.

Рассмотрев понятие «эмоциональное выгорание», мы пришли к выводу, что оно имеет свою динамику, возникает и оформляется не сразу, а постепенно, складываясь из определенных симптомов, в полном соответствии с механизмом развития стресса: сначала появляются тревожные мысли и состояния, педагога дестабилизирует обстановка на работе, в коллективе, при общении с родителями воспитанников; далее появляется сопротивление, испытуемые стремятся оградить себя от неприятных впечатлений; ну и заканчивается все истощением, когда педагоги с трудом ищут ресурсы для работы с дошкольниками и коллегами, значительно снижается эмоциональный тонус, выбранные копинг-стратегии оказываются неэффективными и не справляются с возложенными на них задачами защиты.

Анализ результатов диагностики педагогов ДОУ по опроснику «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко, представленный на рисунке 1, позволил выявить, что большинство респондентов имеют еще не выработанные фазы эмоционального выгорания. Фаза напряжения выявлена не сформированной у 22,6% педагогов, фаза резистенции – у 24,6%, фаза истощения – у 27,5% респондентов. В стадии формирования фаза напряжения регистрируется у 7,8% опрошенных, фаза резистенции – у 7,1%, фаза истощения – у 5,8% респондентов. Сформированные фазы напряжения и резистенции наблюдаются у 2,9% и 1,7% педагогов. Сложившаяся фаза истощения у испытуемых не выявлена.

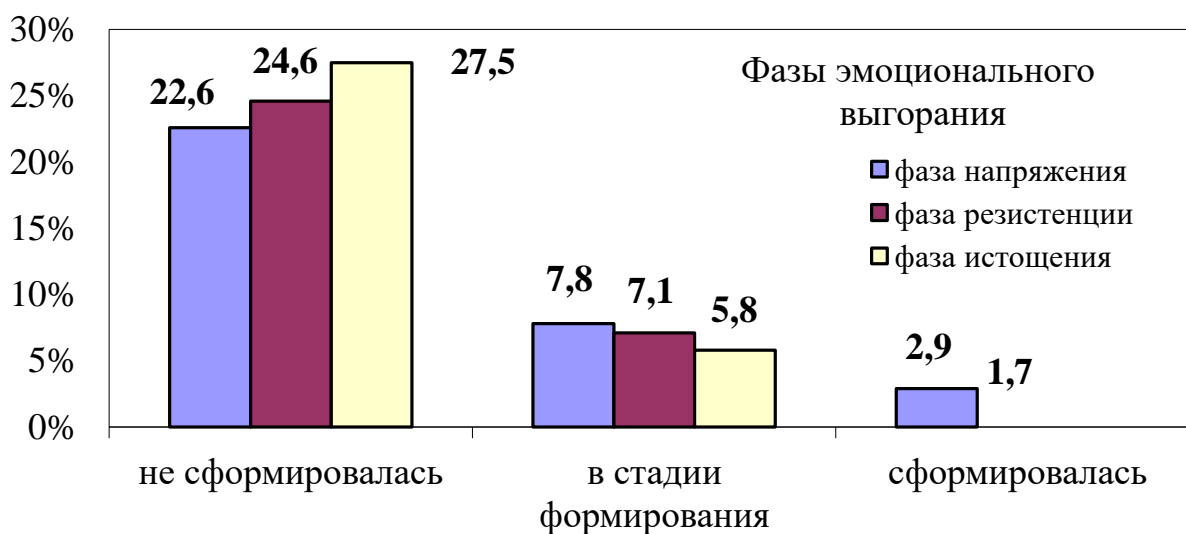


Рисунок 1 - Уровень сформированности фазы выгорания, n=103

Далее приведен анализ сформированности симптомов эмоционального выгорания в фазе напряжения (рис. 2). Симптом «переживания психотравмирующих обстоятельств» проявляется у испытуемых по-разному, например, «доминирующим» он является только у 1,7 %, «сложившимся» – у 5,6%, «не сложившимся» – у 8,5% педагогов.

Данный симптом проявляется у испытуемых в виде погружения в осознание психотравмирующих факторов профессиональной деятельности, которые «видятся» педагогам как трудно разрешимые или не устранимы, т.е. они решают не предпринимать никаких действий. Такое решение приводит к постепенному нарастанию раздражительности, накоплению неудовольствия от работы и в дальнейшем может привести к отчаянию.

Симптом «неудовлетворенности собой» обнаружен как «доминирующий» у 4,8% испытуемых, «складывающимся» – у 10,0% опрошенных, как «не сложившийся» – у 5,3% педагогов. Данный симптом проявляется как недовольство педагога выбранной профессией, занимаемой должностью, обязанностями, взаимодействиями с родителями. Здесь хорошо работает механизм «эмоционального переноса» — проекции на себя. Педагог постоянно находится в замкнутом круге «Я и обстоятельства», то, что происходит вокруг – травмирует его как личность, он постоянно психотравмирующие элементы профессиональной деятельности.

Симптом, связанный с ощущением «загнанности в клетку»:

- у 9,0% респондентов – «не сложившийся»;
- у 6,3% респондентов – «складывающийся»;
- у 9,0% респондентов – «сложившийся»;
- у 1,1% респондентов – «доминирующий».

Симптом, названный «загнанность в клетку» возникает не всегда, но является логическим продолжением формирующегося стресса, когда психотравмирующие факторы оказывают давление, а ликвидировать их невозможно. В таких случаях люди часто ощущают безысходность, пытаются что-то изменить, раз за разом анализируют неудовлетворительные аспекты своей работы. В таком случае объем психической энергии достигает внушительных размеров, и, если не включилась какое-либо психологическая защита, например, эмоциональное выгорание, то человек ощущает себя «загнанным в клетку». Данное состояние можно назвать как состояние «интеллектуально-эмоционального тупика». В жизни мы часто ощущаем состояние «загнанности в клетку», и не только по поводу профессиональной деятельности.

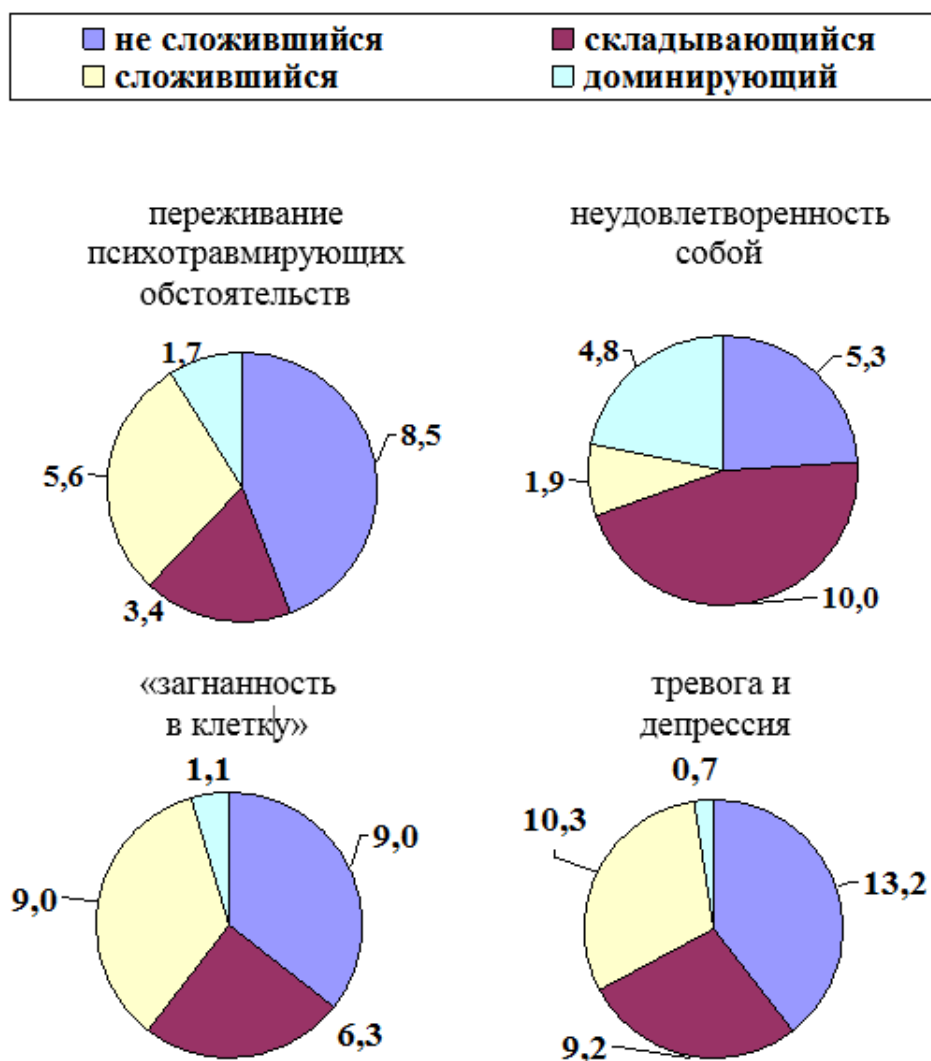


Рисунок 2 - Уровень сформированности симптомов в фазе напряжения, %, n=103

Симптом «тревоги и депрессии» выявлен:

- у 13,2% респондентов – «не сложившийся»;
- у 9,2% респондентов – «складывающийся»;
- у 10,3% респондентов – «сложившийся»;
- у 0,7% респондентов – «доминирующий».

Симптом «тревоги и депрессии» обнаруживается в связи с профессиональной деятельностью в особо осложненных обстоятельствах, побуждающих к эмоциональному выгоранию как средству психологической защиты. Чувство неудовлетворенности работой и собой порождают мощные энергетические напряжения в форме переживания ситуативной или личностной тревоги, разочарования в себе, в избранной профессии, в конкретной должности или месте службы. Симптом «тревоги и депрессии», пожалуй, крайняя точка в формировании тревожной напряженности при развитии «эмоционального выгорания».

Степень сформированности симптомов эмоционального выгорания в фазе «резистенции» приведена на рисунке 3.

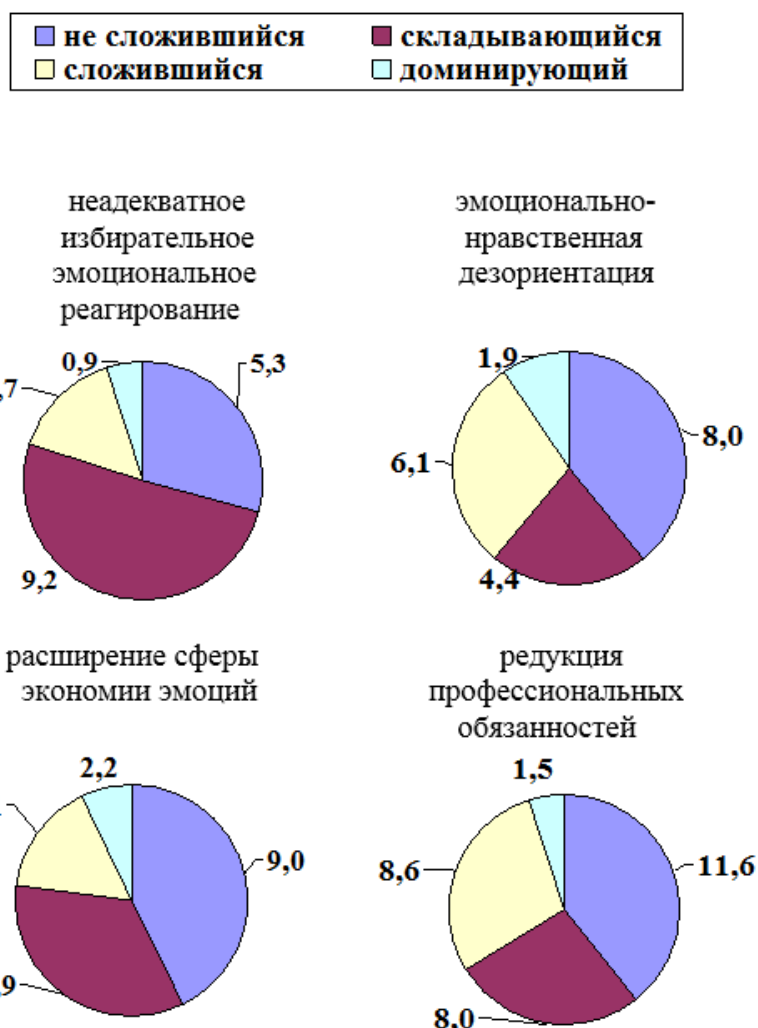


Рисунок 3 - Сформированность симптомов эмоционального выгорания в фазе резистенции у педагогов, %, n=103

Симптом «неадекватного избирательного эмоционального реагирования» проявляется у 5,3% респондентов – как «не сложившийся»; у 9,2% респондентов – «складывающийся»; у 2,7% респондентов – «сложившийся»; у 0,9% респондентов – «доминирующий».

Симптом «неадекватного избирательного эмоционального реагирования» проявляется тогда, когда педагог затрудняется называть различия явлений, стремится более экономично проявлять свои эмоции, а также очень избирательно реагирует на события. В положительном аспекте, это может выглядеть как выработанная «деловая маска», предполагающая проявление эмоций ограниченного регистра и умеренной интенсивности, например, легкая улыбка, приветливый взгляд, мягкий, спокойный тон речи, сдержанные реакции на сильные раздражители, лаконичные формы выражения несогласия, отсутствие категоричности, грубости.

Иначе дело обстоит, когда педагог неадекватно «экономит» на эмоциях, ограничивает эмоциональность за счет выборочного реагирования в ходе рабочих контактов. Действует принцип «хочу или не хочу»: сочту нужным – уделю внимание ребенку, будет настроение – откликнусь на его состояние и потребности. При всей неприемлемости такого стиля эмоционального поведения он очень распространен, демонстрирует – эмоциональную

черствость, неучтивость, равнодушие. Неадекватное ограничение диапазона и интенсивности включения эмоций в профессиональное общение интерпретируется окружением как неуважение к их личности, то есть переходит в плоскость нравственных оценок.

Симптом «эмоционально-нравственной дезориентации» проявляется у 8,0% респондентов – как «не сложившийся»; у 4,4% респондентов – «складывающийся»; у 6,1% респондентов – «сложившийся»; у 1,9% респондентов – «доминирующий».

Симптом «эмоционально-нравственной дезориентации» как бы углубляет неадекватную реакцию в отношениях с окружающими. Нередко у педагога возникает потребность в самооправдании, не проявляя должного эмоционального отношения к субъекту, он защищает свою стратегию. При этом звучат суждения: «это не тот случай, чтобы переживать», «такие люди не заслуживают доброго отношения», «таким нельзя сочувствовать», «почему я должен за всех волноваться».

Подобные мысли и оценки, бесспорно, свидетельствуют о том, что эмоции не пробуждают или недостаточно стимулируют нравственные чувства. Ведь профессиональная деятельность, построенная на человеческом общении, не знает исключений. Врач не имеет морального права делить больных на «хороших» и «плохих». Учитель не должен решать педагогические проблемы подопечных по собственному выбору. Обслуживающий персонал не может руководствоваться личными предпочтениями: «этого клиента обслужу быстро и хорошо, а этот пусть подождет и понервничает».

К сожалению, в жизни мы зачастую сталкиваемся с проявлениями эмоционально-нравственной дезориентации. Как правило, это вызывает справедливое возмущение, мы осуждаем попытки поделить нас на достойных и недостойных уважения, но с такой же легкостью почти каждый, занимая свое место в системе служебно-личностных отношений, допускает эмоционально-нравственную дезориентацию. В нашем обществе привычно исполнять свои обязанности в зависимости от настроения и субъективного предпочтения, что свидетельствует, если можно так сказать, о раннем периоде развития цивилизации в сфере межсубъектных взаимосвязей.

Симптом «расширения сферы экономии эмоций» выявлен:

- у 13,6% респондентов – «не сложившийся»;
- у 10,9% респондентов – «складывающийся»;
- у 5,1% респондентов – «сложившийся»;
- у 2,2% респондентов – «доминирующий».

Симптом «расширения сферы экономии эмоций» имеет место тогда, когда данная форма защиты осуществляется вне профессиональной области – в общении с родными, друзьями и знакомыми. Случай известный: на работе вы до того устаете от контактов, разговоров, ответов на вопросы, что вам не хочется общаться даже с близкими. Кстати, часто именно домашние становятся первой «жертвой» СЭВ. На службе наши клиенты еще способны держаться соответственно нормативам и обязанностям, а дома замыкаются или, хуже того, готовы послать всех подальше, а то и просто «рычат» на брачного партнера и детей. Можно сказать, что они пресыщены человеческими контактами. Они переживают симптом «отравления людьми».

Симптом «редукции профессиональных обязанностей» выявлен:

- у 11,6% респондентов – «не сложившийся»;
- у 8,0% респондентов – «складывающийся»;
- у 8,6% респондентов – «сложившийся»;
- у 1,5% респондентов – «доминирующий».

Симптом «редукции профессиональных обязанностей» означает упрощение в сфере должностных требований. В профессиональной деятельности, предполагающей широкое

общение с людьми, редукция проявляется в попытках облегчить или сократить обязанности, которые требуют эмоциональных затрат.

Фаза «истощения» (рис. 4) характеризуется более или менее выраженным падением общего энергетического тонуса и ослаблением нервной системы. Эмоциональная защита в форме выгорания становится неотъемлемым атрибутом личности.

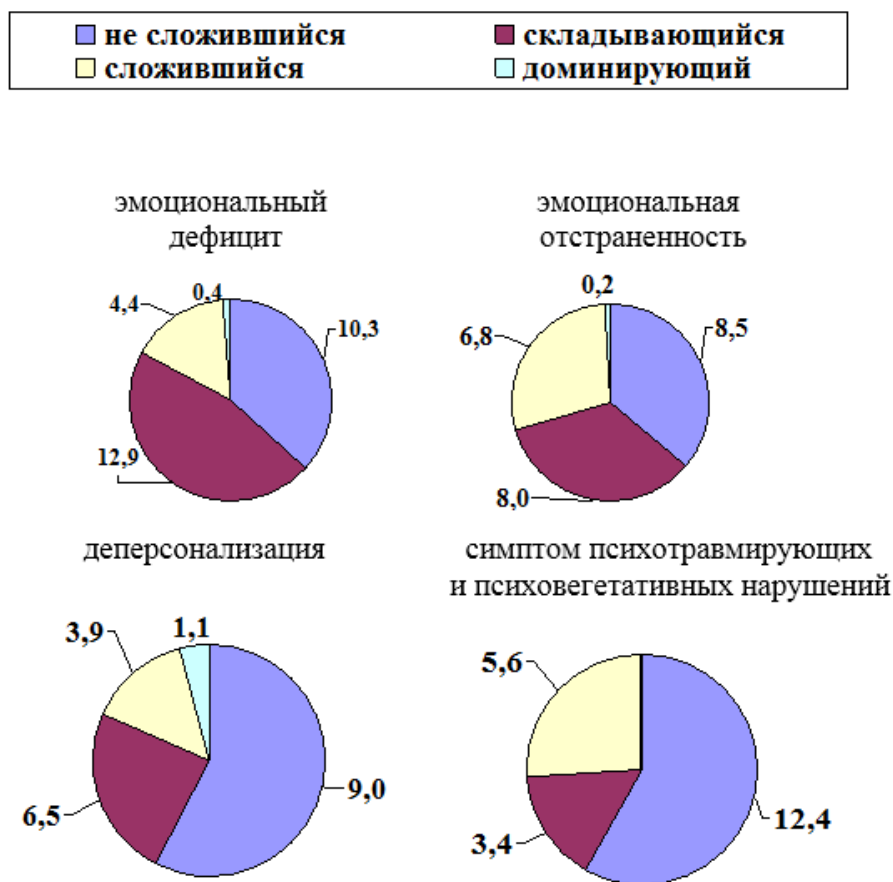


Рисунок 4 - Уровень сформированности симптомов в фазе «истощения», %, n=103

В этой фазе «симптом эмоционального дефицита» выявлен:

- у 10,3% респондентов – «не сложившийся»;
- у 12,9% респондентов – «складывающийся»;
- у 4,4% респондентов – «сложившийся»;
- у 0,4% респондентов – «доминирующий».

Симптом «Эмоционального дефицита» возникает, когда педагог уже не может быть включенным в помощь субъектам своей деятельности (ученикам, воспитанникам или их родителям). Возникают сложности с эмпатией. Подтверждением того, что это именно эмоциональное выгорание, является то, что еще недавно таких сложностей у педагога не было. С течением времени данный симптом имеет тенденцию к усилению, например, все реже проявляются положительные эмоции и все чаще отрицательные. Дополнительно могут возникать такие переживания и эмоции как раздражительность, обидчивость и пр.

Симптом «эмоциональной отстраненности» выявлен:

- у 8,5% респондентов – «не сложившийся»;
- у 8,0% респондентов – «складывающийся»;
- у 6,8% респондентов – «сложившийся»;

- у 0,2% респондентов – «доминирующий».

В ситуации развития данного симптома личность переходит в почти безэмоциональный режим профессиональной деятельности. Ничто не способно взволновать, вызвать эмоциональный отклик – ни успехи, ни провалы. Следует отметить, что симптом эмоциональной отстраненности – это не дефект, а эмоциональная защита, сформировавшееся за годы профессиональной деятельности. При этом, в других сферах деятельности человек способен испытывать полный спектр эмоций. Исследователи отмечают, что особенно опасна демонстративная форма эмоциональной отстраненности, когда профессионал всем своим видом показывает: «вы мне безразличны».

Симптом «деперсонализации» (личностной отстраненности) выявлен в следующих пропорциях:

- у 15,6% респондентов – «не сложившийся»;
- у 6,5% респондентов – «складывающийся»;
- у 3,9% респондентов – «сложившийся»;
- у 1,1% респондентов – «доминирующий».

Этот симптом проявляется в процессе профессионального общения. Прежде всего, следует отметить полную или частичную утрату заинтересованности в субъекте взаимодействия. Он воспринимается буквально как неодушевленный, как объект для манипулирования. Партнер по общению тяготит своими проблемами и потребностями, само его присутствие раздражает.

Уровень проявления симптома «психовегетативных и психосоматических нарушений»:

- у 12,4% респондентов – «не сложившийся»;
- у 3,4% респондентов – «складывающийся»;
- у 5,6% респондентов – «сложившийся»;
- как доминирующий симптом не регистрировался.

Это проявляется на уровне физического и психического состояния. Обычно он формируется по условно-рефлекторной связи негативного свойства: многие факторы, связанные с субъектами профессиональной деятельности, приводят к соматическим или психическим отклонениям. Иногда сама мысль о необходимости контактов провоцирует плохое настроение, бессонницу, страха, неприятные ощущения в области сердца, сосудистые реакции и даже обострения хронических заболеваний.

Таким образом, диагностика показала, что у основной части испытуемых фазы выгорания и их симптомы не сформированы. Но среди наиболее представленных: «тревога и депрессия» (симптомы в фазе напряжения), «расширение сферы экономики эмоций» (фаза резистенции), «симптом личной отстраненности» (в фазе истощения).

Исходя из полученных данных, мы подтверждаем вывод об актуальности проблемы профессиональной деструкции среди педагогов ДООУ, т.к. у достаточно большого количества респондентов формируются симптомы деструкций личности. Также у небольшой части респондентов профессиональная деструкция – доминирующий симптом, т.е. уже сформирована. Эта часть педагогов ДООУ испытывает прогрессирующее эмоциональное истощение. Они являются инициаторами негативных изменений в сфере общения с субъектами воспитательного процесса, перестают быть профессионально активными.

Таким образом, в ходе исследования состояния развития профдеструкций педагогов ДООУ нами у большинства педагогов выявлены признаки эмоционального выгорания различной степени выраженности. Самые высокие значения фазы напряжения, которая сформирована, либо находится на стадии формирования показали 91,3% педагогов. Профессионально выгорание у них характеризуется симптомами эмоциональной отстраненности, тревоги и депрессия, редукции профессиональных обязанностей.

Далее по методике Р.В. Овчаровой проводится анализ выраженности профессионального стресса педагогов ДОУ, результаты которого представлены на рисунке 5 и указывают, что низкий уровень стресса регистрируется у 12,6% испытуемых. Для них стресс не является значимой проблемой как в профессиональной, так и в личной жизни, эмоциональный фон характеризуется по большей части спокойствием и уверенностью.

Умеренная выраженность стресса наблюдается у 36,9% опрошенных. Этот уровень стресса характерен для тех профессионалов, которые много работают, что свидетельствует об определенной устойчивости к психологическому стрессу. Однако, следует иметь в виду, что значительные отклонения от уровня умеренной тревожности требуют особого внимания и профилактических мер.

Высокая степень стресса отмечается у 38,8% педагогов. В их жизни стресс представляет безусловную проблему. В данном случае остро встает вопрос о необходимости профилактики. Если длительное время работать при данном уровне стресса, последствия будут тяжелыми, а меры поддержки и психологического сопровождения потребуются более значительные. Поэтому необходим тщательного анализа профессиональной жизни таких людей.

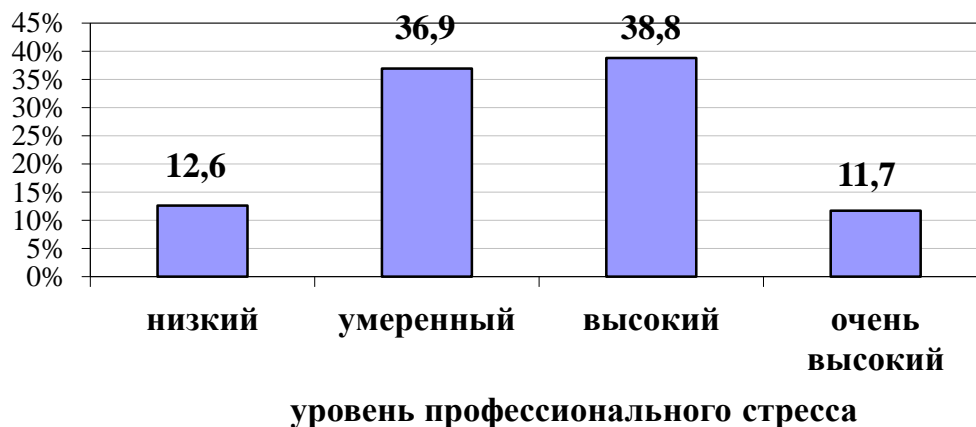


Рисунок 5- Выраженность профессионального стресса у педагогов, n=103 (результаты методики Р.В. Овчаровой «Шкала профессионального стресса»)

Очень высокий уровень стресса отмечается у 11,7% респондентов и представляет собой главную проблему в профессиональной стороне жизни. Эти педагоги имеют риск оказаться очень близкими к стадии истощения в общем адаптационном синдроме (рис. 5).

Таким образом, диагностика показала, что у большей части респондентов, принявших участие в исследовании, уровень стресса выше нормы. Это значит, что в профессиональной деятельности педагога ДОУ присутствуют информационные перегрузки, хронические стрессогенные и фрустрирующие обстоятельства. Все это дестабилизирует профессиональный рост педагогов. Поэтому важно, чтобы педагоги ДОУ систематически получали необходимую организационную, методическую, психологическую помощь в профилактике стресса.

Формирование эмоциональной саморегуляции, необходимой для профилактики возникновения профессиональных деструкций, исследуется с помощью теста Ч.Д. Спилбергера – Ю.Л. Ханина для оценки уровня реактивной и личностной тревожности.

Результаты диагностики уровня тревожности педагогов ДОУ по методике Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина (рис. 6) демонстрируют большое количество респондентов, обладающих умеренной тревожностью – 74,7%, 11,7% опрошенных показали низкий уровень тревожности, а 13,6% респондентов - высокий.

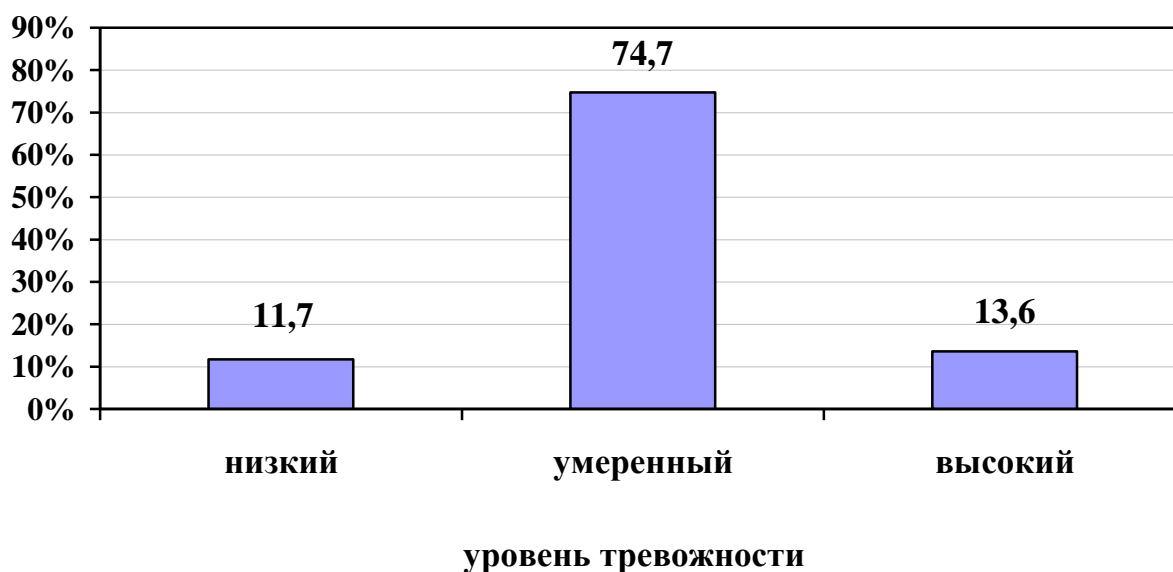


Рисунок 6 - Выраженность уровня тревожности у педагогов, n=103 (результаты методики Спилбергера-Ханина «Оценка уровня тревожности»)

Педагоги, относимые к категории высокотревожных, склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать выраженным состоянием тревожности.

Очень высокая тревожность может свидетельствовать о наличии невротического конфликта, который при неблагоприятных условиях способен спровоцировать эмоциональные срывы и даже психосоматические заболевания.

Диагностированный низкий уровень тревожности может сигнализировать о том, что педагогу необходимо повысить чувство ответственности и осознание своих реальных мотивов профессиональной деятельности. Но, следует отметить, что иногда очень низкая тревожность также может свидетельствовать об активном вытеснении личностью высокой тревоги с целью показать себя в «лучшем свете».

Таким образом, в ходе констатирующего эксперимента нами выявлены следующие особенности:

- фаза напряжения не сформирована у 68,0% педагогов, в стадии формирования регистрируется у 23,3%, сформирована – у 8,7% опрошенных;
- фаза резистенции не сформирована у 73,8%, в стадии формирования находится у 21,4%, сформирована – у 4,8% респондентов;
- фаза истощения не сформирована у 82,5%, в стадии формирования обнаружена – у 17,5% респондентов, сформированная – отсутствует.
- профессионально обусловленное эмоциональное выгорание у испытуемых характеризуется такими проявлениями, как чувство тревоги и депрессия, редукция профессиональных обязанностей и эмоциональная отстраненность;
- высокая выраженность профессионального стресса – у 38,8% испытуемых, умеренная – у 36,9%, низкий уровень – у 12,6%, очень высокий уровень – у 11,7% респондентов;
- умеренная тревожность – у 74,7% педагогов, низкий уровень – у 11,7%, высокий – у 13,6% опрошенных.

Заключение.

Подводя итоги всему вышесказанному, следует констатировать, что эмоциональному выгоранию подвержено большое количество профессий, и профессия педагога не стала исключением.

Наиболее часто возникающая деструкция личности — это эмоциональное выгорание, профессиональный стресс, тревожность.

Общие рекомендации по профилированию сводятся к следующему:

- 1) выстраивание взаимоотношений с окружением, характерные для сплоченного ученического, а позже и профессионального коллектива;
- 2) регулярный мониторинг собственного психического состояния с целью выявления отклонений эмоционального состояния личности;
- 3) выстраивание личностных границ;
- 4) умение переключаться с учебы и работы на регулярный отдых;
- 5) в перечень профессиональных компетенций, формируемых в период обучения необходимо включить развитие навыков самоанализа и психогигиены.

Немаловажными навыками с точки зрения профилирования профессиональных деструкций являются навык психогигиены и способность к рефлексии и самоанализу.

Список источников:

1. Бергис Т.А., Кривуля Ю.С. Проблема профессионального стресса педагогов в условиях современной образовательной системы // Карельский научный журнал. 2020. Т. 9, № 1 (30). С. 47-49. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42575271>
2. Вахабова С.А. Эмоциональное выгорание педагога: симптомы, меры профилактики // Актуальные научные исследования в современном мире. 2020. № 4-7 (60). С. 46-48. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42839898>
3. Гогицаева О.У., Кочисов В.К., Касаева Л.В. Специфика эмоционального выгорания педагогов ДОО и возможности профилактики // ЦИТИСЭ. 2021. № 2. С. 157-166. DOI: [10.15350/2409-7616.2021.2.15](https://doi.org/10.15350/2409-7616.2021.2.15)
4. Гунина Е.В., Вишневецкая М.Н., Андреева Е.А. Изучение показателей профессиональной деформации педагога // Научное мнение. 2021. № 5. С. 132-136. EDN: [LNNQHQ](https://elibrary.ru/item.asp?id=42575271), DOI: [10.25807/22224378_2021_5_132](https://doi.org/10.25807/22224378_2021_5_132)
5. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития: методология, теория, практика. Монография. - Екатеринбург: Рос. гос. проф.-пед. ун-т., 2011. - 345 с.
6. Катунина Н.П., Петухова Л.П., Серегина Н.В. Профессиональные деформации у педагогов на разных этапах профессионального становления // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2022. № 3(205). С. 578-581. EDN: [BJFKKV](https://elibrary.ru/item.asp?id=42575271), DOI: [10.34835/issn.2308-1961.2022.3.p578-581](https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2022.3.p578-581)
7. Кецко Т.В. Сущность и понимание профессиональной деструкции личности педагога // ПЕМ: Psychology. Educology. Medicine. 2015. №3-4. С. 251-259. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25338546>
8. Колузаева Т.В. Эмоциональное выгорание: причины, последствия, способы профилактики // Вестник Хакасского государственного университета им. Н.Ф. Катанова. 2020. № 1(31). С. 122-130. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42748227>
9. Кочетков М.В. Проблематика профессиональной деформации педагогического корпуса на фоне эмоционального выгорания // Академическая мысль. 2023. № 3(24). С. 11-14. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=54646944>
10. Маркова А.К. Психология профессионализма. – М.: Междунар. гуманитар. фонд "Знание", 1996. - 308 с. ISBN 5-87633-016-7
11. Мартиросова Н.В. Особенности профессионального психологического отбора как составной части системы первичной профилактики профессиональной деформации /

Н.В. Мартиросова, А.М. Ксенофонтов // Личностные и регуляторные ресурсы достижения образовательных и профессиональных целей в эпоху цифровизации: Материалы международной научно-практической онлайн-конференции. - М.: Знание-М, 2020. - С. 897-906. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44128633>

12. Медведева Н.И., Усачева И.А. Психологическое сопровождение педагога с профессиональными и личностными деструкциями. – Ставрополь: Юнитех, 2012. - 200с. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=20216641>

13. Михайлова А.В., Власова К.М. Профессиональные деформации и профессиональное выгорание педагогов // Педагогическая перспектива. 2022. № 2. С. 38-44. EDN: [EWYQQL](https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44128633), DOI: [10.55523/27822559_2022_2\(6\)_38](https://doi.org/10.55523/27822559_2022_2(6)_38)

14. Неруш Т.Г. Профессиональное выгорание как специфическая форма профессиональных деструкций // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2012. Т. 12, №3. С. 83-87. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17974443>

15. Полякова О.Б. Особенности предупреждения профессиональных деформаций психологов и педагогов // Инновации в образовании. 2019. № 12. С. 58-68. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41415802>

16. Самохвал В.Г. Проблемы возникновения профессиональной деструкции и профессионального выгорания // Территория науки. 2016. № 4. С. 20-23. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27012634>

17. Соломатин Е.В. Профессиональная деформация преподавателей военных вузов // Гуманитарные проблемы военного дела. 2019. № 2(19). С. 176-179. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41311334>

18. Титова О.А. Профессионально-личностный рост как фактор профилактики профессиональной деформации педагога // Глобальный научный потенциал. 2019. № 5(98). С. 161-163. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39173523>

19. Шатов А.А. Профессиональная деформация и профессиональная адаптация личности // Форум. 2018. № 3(15). С. 165-167. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36643258>

20. Шевелева М.С., Золотарева А.А., Руднова Н.А. Феномен самозванца в профессиональной среде: роль мотивации и перфекционизма // Национальный психологический журнал. 2021. № 3(43). С. 96-104. EDN: [DBYTQK](https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36643258), DOI: [10.11621/npj.2021.0308](https://doi.org/10.11621/npj.2021.0308)

21. Vardanyan S.A. Stress, professional deformation and emotional burning in the professional activity of a teacher // Научные вести. 2020. No. 3(20). P. 17-24. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42520019>

22. Gavrilyuk N.P. Professional integrity within the structure of professional activity: Psychological and pedagogical formation basis // International Journal of Engineering and Technology. 2018. Vol. 7, No. 4. P. 191-194. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38662243>

23. Semenovskikh T.V., Volkodav T.V., Shlyapina S.F. Digital Learning Resources in Teaching // European Proceedings of Social and Behavioural Sciences EpSBS: International Scientific and Practical Conference Education in a Changing World: Global Challenges and National Priorities. 2021. Vol. 114. P. 210-216. DOI: [10.15405/epsbs.2021.07.02.25](https://doi.org/10.15405/epsbs.2021.07.02.25)

24. Sviderskaya S.P., Shabasheva E.A., Ignatovich Yu.O. Research on interrelations between mental burnout and factor signs of teachers' professional self-fulfillment // Perspectives of Science and Education. 2023. No. 2 (62). P. 517-535. DOI: [10.32744/pse.2023.2.30](https://doi.org/10.32744/pse.2023.2.30)

25. Sviderskaya S.P. Research work in the sphere of preventive treatment and combating of teacher's professional deformations (translated from Russian) // Pedagogy & Psychology. Theory and Practice. 2020. No. 2(28). P. 35-44. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48562563>

References:

1. Bergis T.A., Krivulya Yu.S. The problem of professional stress of teachers in the conditions of the modern educational system. *Karelian scientific journal*, 2020, vol. 9, no. 1 (30), pp. 47-49. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42575271>
2. Vahabova S.A. Emotional burnout of a teacher: symptoms, preventive measures // *Current scientific research in the modern world*, 2020, no. 4-7 (60), pp. 46-48. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42839898>
3. Gogitsaeva O.U., Kochisov V.K., Kasaeva L.V. Specifics of emotional burnout of preschool teachers and possibilities of prevention. *CITISE*, 2021, no. 2, pp. 157-166. (In Russian). DOI: [10.15350/2409-7616.2021.2.15](https://doi.org/10.15350/2409-7616.2021.2.15)
4. Gunina E.V., Vishnevskaya M.N., Andreeva E.A. Study of indicators of professional deformation of a teacher. *Scientific opinion*, 2021, no. 5, pp. 132-136. (In Russian). EDN: [LNNQHQ](https://elibrary.ru/item.asp?id=42839898), DOI: [10.25807/22224378_2021_5_132](https://doi.org/10.25807/22224378_2021_5_132)
5. Zeer E.F. *Psychology of professional development: methodology, theory, practice*. Monograph. Ekaterinburg, Russian State Vocational Pedagogical University Publ., 2011. 345 p. (In Russian).
6. Katunina N.P., Petukhova L.P., Seregina N.V. Professional deformations among teachers at different stages of professional development. *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, 2022, no. 3(205), pp. 578-581. (In Russian). EDN: [BJFKKV](https://elibrary.ru/item.asp?id=42839898), DOI: [10.34835/issn.2308-1961.2022.3.p578-581](https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2022.3.p578-581)
7. Ketsko T.V. Essence and understanding of professional destruction of a teacher's personality. PEM: Psychology. Educology. Medicine, 2015, no. 3-4, pp. 251-259. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25338546>
8. Koluzaeva T.V. Emotional burnout: causes, consequences, methods of prevention. *Bulletin of the Khakass State University. N.F. Katanova*, 2020, no. 1(31), pp. 122-130. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42748227>
9. Kochetkov M.V. Problems of professional deformation of the teaching staff against the backdrop of emotional burnout. *Academic thought*, 2023, no. 3(24), pp. 11-14. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=54646944>
10. Markova A.K. *Psychology of professionalism*. Moscow, Knowledge Publ., 1996. 308 p. (In Russian). ISBN 5-87633-016-7
11. Martirosova N.V. *Features of professional psychological selection as an integral part of the system of primary prevention of professional deformation*. Moscow, Knowledge-M Publ., 2020. pp. 897-906. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44128633>
12. Medvedeva N.I., Usacheva I.A. *Psychological support for teachers with professional and personal destruction*. Stavropol, Uniteh Publ., 2012. 200 p. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=20216641>
13. Mikhailova A.V., Vlasova K.M. Professional deformations and professional burnout of teachers. *Pedagogical perspective*, 2022, no. 2, pp. 38-44. (In Russian). EDN: [EWYQQL](https://elibrary.ru/item.asp?id=20216641), DOI: [10.55523/27822559_2022_2\(6\)_38](https://doi.org/10.55523/27822559_2022_2(6)_38)
14. Nerush T.G. Professional burnout as a specific form of professional destruction. *News of Saratov University. New episode. Series: Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 2012, vol. 12, no. 3, pp. 83-87. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17974443>
15. Polyakova O.B. Features of preventing professional deformations of psychologists and teachers. *Innovations in education*, 2019, no. 12, pp. 58-68. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41415802>
16. Samokhval V.G. Problems of the emergence of professional destruction and professional burnout. *Territory of Science*, 2016, no. 4, pp. 20-23. (In Russian). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27012634>

17. Solomatin E.V. Professional deformation of teachers of military universities. *Humanitarian problems of military affairs*, 2019, no. 2(19), pp. 176-179. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41311334>
18. Titova O.A. Professional and personal growth as a factor in the prevention of professional deformation of a teacher. *Global scientific potential*, 2019, no. 5(98), pp. 161-163. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39173523>
19. Shatov A.A. Professional deformation and professional adaptation of personality. *Forum*, 2018, no. 3(15), pp. 165-167. (In Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36643258>
20. Sheveleva M.S., Zolotareva A.A., Rudnova N.A. The impostor phenomenon in a professional environment: the role of motivation and perfectionism. *National Psychological Journal*, 2021, no. 3(43), pp. 96-104. (In Russian). EDN: [DBYTQK](https://www.edn.ru/DBYTQK), DOI: [10.11621/npj.2021.0308](https://doi.org/10.11621/npj.2021.0308)
21. Vardanyan S.A. Stress, professional deformation and emotional burning in the professional activity of a teacher. *Scientific news*, 2020, no. 3(20), pp. 17-24. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42520019>
22. Gavrilyuk N.P. Professional integrity within the structure of professional activity: Psychological and pedagogical formation basis. *International Journal of Engineering and Technology*, 2018, vol. 7, no. 4, pp. 191-194. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38662243>
23. Semenovskikh T.V., Volkodav T.V., Shlyapina S.F. *Digital Learning Resources in Teaching*. European Proceedings of Social and Behavioral Sciences EpSBS: International Scientific and Practical Conference Education in a Changing World: Global Challenges and National Priorities. 2021. vol. 114. pp. 210-216. DOI: [10.15405/epsbs.2021.07.02.25](https://doi.org/10.15405/epsbs.2021.07.02.25)
24. Sviderskaya S.P., Shabasheva E.A., Ignatovich Yulia O. Research on interrelations between mental burnout and factor signs of teachers' professional self-fulfillment. *Perspectives of Science and Education*, 2023, no. 2 (62), pp. 517-535. DOI: [10.32744/pse.2023.2.30](https://doi.org/10.32744/pse.2023.2.30)
25. Sviderskaya S.P. Research work in the sphere of preventive treatment and combating of teacher's professional deformations (translated from Russian). *Pedagogy & Psychology. Theory and Practice*, 2020, no. 2(28), pp. 35-44. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48562563>

Submitted: 20 November 2023

Accepted: 20 December 2023

Published: 21 December 2023

