

DETERMINANTS OF BURNOUT IN THE TEACHERS' PROFESSION

Abstract: The report provides a brief overview of the psychological and pedagogical literature on the problem of Burnout-syndrome in teachers and the definitions of the term. The results of a study of "professional burnout" among general teachers and resource teachers / special pedagogues working with children / pupils with special educational needs using the methodology of Russian researcher V. Boyko are presented.

The main objective is to diagnose and evaluate Burnout syndrome in the above-mentioned occupational groups in its three scales - strain, resistance and exhaustion, as well as identifying leading symptoms for each of the three phases.

The summarized results of the study found statistical significance of the manifestations of the components of Burnout syndrome in working with children / pupils with special educational needs. The established dependencies allow for an adequate recognition of the first stages of occupational burnout, which is a crucial factor for seeking specialized help and identifying prevention measures.

Author information:

Petya Marcheva-Yoshovska
Senior Assistant, PhD,
St. Cyril and St. Methodius
University of Veliko Tarnovo
Pedagogical faculty
Department of Pedagogy
✉ petiamarcheva@abv.bg
🌐 Bulgaria

Keywords:

Burnout syndrome, methods of V. Boyko, resource teachers, special pedagogues.

Непрекъснатата глобализация, социалната криза и промяната в личен и професионален план, водят до множество рискови, увреждащи прогресивно здравето на работещия. В тази връзка, учените С. Харизанова и Р. Стоянова, акцентират, че Световната здравна организация (СЗО) определя броят на **рисковете** в категориите: „100 000 – химични; 200 – биологични; 50 – физиологични; 20 – ергономични и множество психосоциални“ (Харизанова, Стоянова, 2017, с. 3). Като ярък пример за това могат да се открият следните: опасни и нездравословни условия на труд; директно или посредством стреса при работа се повишава риска от трудови злополуки; трудови заболявания; неудовлетвореност от труда; **Burnout-синдром**; депресии; насилие на работното място и др. (по Вангелова, с. 2). Авторката подчерта, че „стресът при работа е предпоставка за поведенчески промени към по-нездравословен начин на живот и допринася за по-висока честота на хроничните заболявания. Всичко това е свързано с повече отсъствия от работа поради заболяване, инвалидизации, разходи за здравни застраховки, искания за компенсации от работещите, синдикални действия, по-голямо текучество на работната сила“ (пак там). Професионалният стрес, водещ до *Burnout-синдром* при различните категории специалисти, е дискуссионна и актуална тема. Неслучайно през последните десетилетия синдромът привлича вниманието на множество изследователи, работещи в разнообразни научни области по целия свят и той отново е в центъра на научните изследвания (по Витанова, Митева, Николов, 2014, с. 26).

Анализ и оценка на феномена Burnout сред педагогическите специалисти

На този етап проучването, използвайки методиката на В. Бойко за изследване на *Burnout-синдрома*, определи нивото му и неговото разпределение сред педагогическите специалисти от двете изследвани групи.

С цел установяване степента на прегаряне сред професионалистите се направи анализ на усреднените данни от цялата извадка. Получените резултати от използваната методика на В. Бойко са разпределени както следва Burnout – дескриптивни характеристики по симптоми.

В изследователската извадка са включени 90 респонденти, на различна възраст, от които 45 с относителен дял 50.0% *общообразователни учители*, 45 (50.0%) – *специалисти*, работещи с деца/ученици със СОП.

СИМПТОМ/ субскала			Ресурсен учител/специален педагог		Общообразователен учител	
	Mean*	Std. Deviation*	Mean*	Std. Deviation*	Mean*	Std. Deviation*
1. Преживяване на психотравматични обстоятелства	1,58	0,887	1,69	0,925	1,47	0,842
2. Неудовлетвореност от себе си	1,44	0,781	1,56	0,918	1,33	0,603
3. Чувство за „затворен в клетка“	1,31	0,759	1,40	0,837	1,22	0,670
4. Тревога и депресия	1,64	1,042	1,82	1,072	1,47	0,991
5. Неадекватно избирателно емоционално реагиране	2,20	0,939	2,36	1,004	2,04	0,852
6. Емоционално-нравствена дезориентация	2,09	0,990	2,16	1,043	2,02	0,941
7. Разширена сфера на икономия на емоции	1,96	1,141	2,09	1,203	1,82	1,072
8. Редукция на професионалните задължения	2,13	1,210	2,24	1,282	2,02	1,138
9. Емоционален дефицит	1,70	0,854	1,87	0,894	1,53	0,786
10. Емоционално избягване – изолираност	1,88	0,934	2,04	0,999	1,71	0,843
11. Личностна отстраненост (деперсонализация)	1,44	0,901	1,58	0,988	1,31	0,793
12. Психосоматични и психовегетативни нарушения	1,57	0,925	1,60	0,986	1,53	0,869

Изследването откри, че при двете групи изследвани лица, се наблюдава еднаквост в степента на изразеност на симптомите в субскали: 5; 6; 7; 8; 10. Средната стойност (Mean) на наблюдаваните характеристики е показана в таблица 1.

Таблица 1. Средна стойност и стандартно отклонение

*Легенда: *Mean* – средна (аритметична); *Std. Deviation* – стандартно/ средноквадратично отклонение

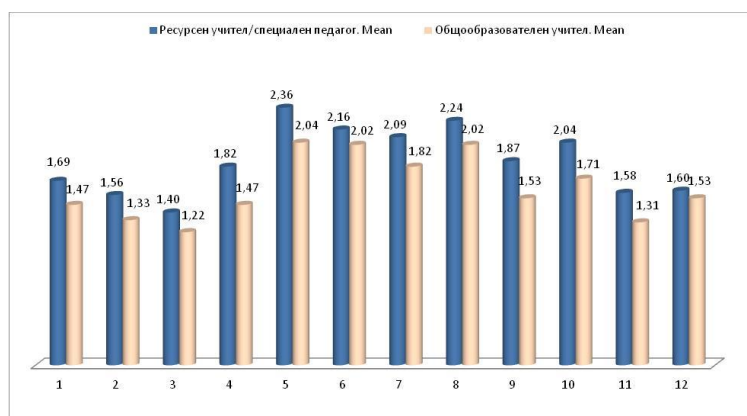
Данните показват, че сред професионалистите преобладават **високи** нива по скалите на *съпротива и изтощение*.

Сравнителен анализ на тежестта на Burnout-синдрома при учителите от двете изследвани групи

Проучването установи минимални различия в степента на изразеност по отделните субскали при лицата от двете изследвани групи (фигура 1.).

При **специалистите, работещи с деца със специални образователни потребности**, са сформирани следните симптоми:

- преживяване на психотравматични обстоятелства (1);
- тревога и депресия (4);
- неадекватно избирателно емоционално реагиране (5);
- емоционално-нравствена дезориентация (6);
- разширена сфера на икономия на емоции (7);
- редукция на професионалните задължения (8);
- емоционален дефицит (9);
- емоционално избягване – изолираност (10).



Фигура 1. Средни стойности по субскалите в зависимост от групата ИЛ

Следват **общообразователните учители** с начало на формиране са следните симптоми:

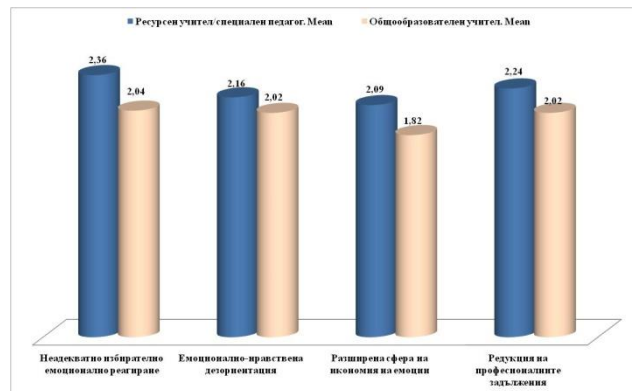
- неадекватно избирателно емоционално реагиране (5);
- емоционално-нравствена дезориентация (6);
- разширена сфера на икономия на емоции (7);
- редукция на професионалните задължения (8);
- емоционално избягване – изолираност (10).

Анализът на резултатите показва, че при двете изследвани групи фаза **Напрягане** не е сформирана (фигура 2.)



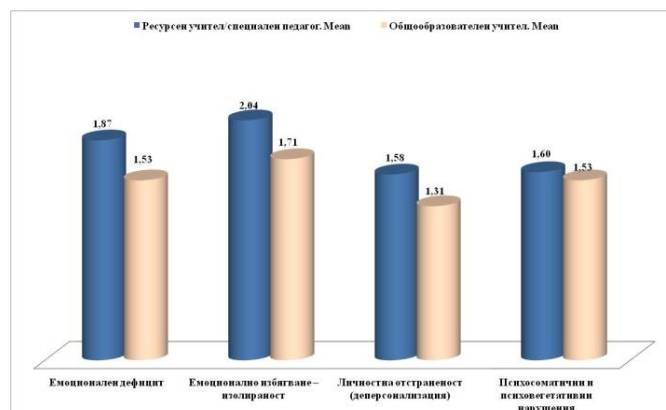
Фигура 2. Средни стойности по субскалите във фаза *Напрягане*

Противно на тези резултати, втората фаза *Съпротива* е формирана у двете групи респонденти (фигура 3).



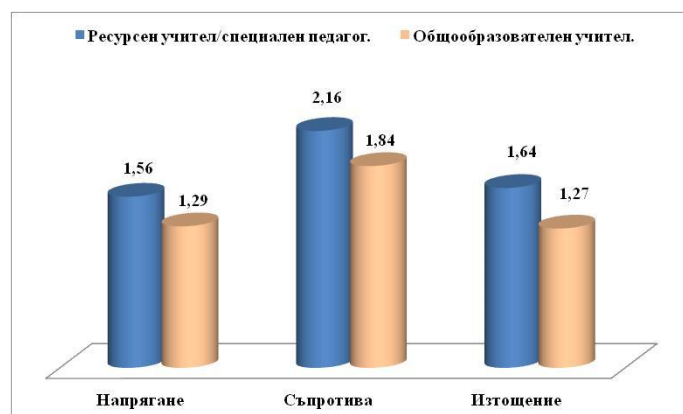
Фигура 3. Средни стойности по субскалите във фаза *Съпротива*

Третата фаза *Изтощение* е формирана единствено у специалистите, работещи с деца/ученици със специални образователни потребности (фигура 4).



Фигура 4. Средни стойности по субскалите във фаза *Изтощение*

Значителна тежест на синдрома в измерението *Съпротива* показват **голяма** част от **ресурсните учители, специалните педагози (ИЛ1)** (*Mean* 2.16) и почти половината от **общообразователните учители (ИЛ2)** (*Mean* 1.84) (фигура 5.).



Фигура 5. Обобщени средно (аритметични) стойности по фази

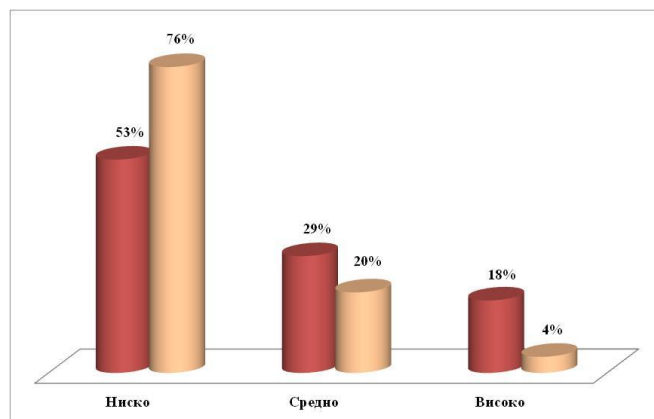
Ниско ниво по фаза *Напряжение* се установява при 1.56 от ИЛ1 и 1.29 от ИЛ2.

Във **високото** ниво на професионалното прегаряне попадат 8 специални педагози, съставляващи 18.00% и 2-ма общообразователни учители, с относителен дял 4.00% (таблица 2.).

Таблица 2. Резултати от приложената Крос табулация

Ниво		Ресурсен учител/специален педагог (ИЛ1)	Общообразователен учител (ИЛ2)	Total
<i>BurnoutS</i>	Ниско	24	34	58
	Средно	13	9	22
	Високо	8	2	10
	Total:	45	45	90

В **средното** ниво на *Burnout* попадат 13 от ИЛ1 (29.00 %) и 9 от ИЛ2, съставляващи 20.0 % (фигура 6).



Фигура 6. Нива на Burnout-синдрома при двете групи изследвани лица

При **голяма** част от общообразователните учители се установи **ниско** ниво на професионално изпепеляване. Този резултат се потвърждава при 34-ма ИЛ2, съставляващи 76.00% и 24-ма ресурсни учители, с относителен дял 53.00%.

ИЗВОДИ

Въз основа на теоретичния и сравнителния анализ на данните от изследването на двете групи лица, могат да се изведат следните **акценти**:

1. При специалистите, работещи с деца със специални образователни потребности, са **сформирани** симптомите: *преживяване на психотравматични обстоятелства; тревога и депресия; неадекватно избирателно емоционално реагиране; емоционално-нравствена дезориентация; разширена сфера на икономия на емоции; редукция на професионалните задължения; емоционален дефицит; емоционално избягване – изолираност.*

2. С начало на формиране у **общообразователните учители** са симптомите: *неадекватно избирателно емоционално реагиране; емоционално-нравствена дезориентация; разширена сфера на икономия на емоции; редукция на професионалните задължения; емоционално избягване – изолираност.*

3. Сред двете изследвани групи преобладават **високи** нива по скали: **Съпротива**, а **Изтощение** – единствено при специалистите, **работещи с деца/ученици със специални образователни потребности.**

4. Сравнителният анализ показва, че феноменът на професионално прегаряне се наблюдава в **по-висока степен у специалните педагози/ресурсните учители**, а при **общообразователните учители** той варира в **ниски граници.**

Следва да се подчертае, че тези водещи идеи не са достатъчно разработени, както в теоретичен, така и в практически аспект, което затруднява приложението им в по-реални измерения. Изследването насочва към следните **ПРЕПОРЪКИ**:

1. Желателно е на национално равнище по-разгърнато да се изследва проблемът за професионалното прегаряне при специалистите, работещи с деца/ученици със СОП.

2. Регулярно провеждане на планирани срещи, разговори в детските градини и училища, имащи за цел обсъждане спецификата на проблема.

3. Организиране на превантивни и коригиращи модулни обучителни дейности сред преподавателския състав, свързани с разпознаване симптомите на Burnout и усвояване на техники за справяне със стреса.

4. В учебните планове на педагогическите специалисти от ОКС „Бакалавър“ и „Магистър“ да бъде включена учебна дисциплина, разглеждаща проблема Burnout като профилактика и начини за справяне с него.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Горепосочените резултати дават основание за извода, че работната среда за всички педагогически специалисти е предпоставка за развитие на *Burnout-синдрома*.

Констатираните резултати са ограничени по отношение на всички видове специалисти, работещи с деца/ученици със специални потребности. Получените резултати осигуряват възможност за провеждане на бъдещи мащабни и задълбочени изследвания за отделните видове специалисти, работещи със деца със СОП, които да подпомагат приобщаването им в общообразователната среда.

Изваваме дълбоката си увереност, че в бъдеще ще продължим научните си търсения и изследвания по въпросите, които не намериха отговора си в настоящия труд, както и по всички онези, които в условията на перманентно променящата се действителност ще се появят на дневен ред, да търсят адекватното си решение.

Вярваме, че настоящото изследване ще помогне за решаването на въпроси, свързани с практическата необходимост от психопрофилактика при учителите.

Оставаме с ясното съзнание, че темата далече не е изчерпана и проблематиката би могла да се разшири както на национално, така и на международно ниво.

Надяваме се, че чрез поставянето на тази сериозна проблематика на обсъждане и дискусия, бихме могли да ангажираме и да направим съпричастни много различни институции, родители, неправителствени организации и медии, в търсенето на най-добрите решения за подобряване качеството на образованието в контекста на новите образователни политики в страната ни.

References:

1. Baeva, M. (2009). *Pedagogika na priobshtavaneto – vklyuchvashto obuchenie*. Sofia: UI „Sv. Kliment Ohridski“.
2. Boyko V. (1999). *Sindrom „emotsionalnogo vygorania“ v professionalnom obshtenii*. SPb.: Piter.
3. Vangelova, K. *Model na svetovната zdravna organizatsia za zdravoslovni работни места*. <http://ncpha.government.bg/files/text_zdravoslovni.pdf> (23.03.2017).
4. Vitanova, N., N. Miteva, N. Nikolov. (2014). *Razgranichavane na Barnaut-sindroma ot blizki do nego konstrukti*. // *Nauchni trudove na Rusenskiа universitet*, T. 53, seria 6.2.
5. Dinkov, M. *Burnout – sindrom na profesionalno izcherpване ili sindrom na savremennia sluzhitel*. 2016, (s. 279) < http://dlib.unisvishtov.bg/bitstream/handle/10610/3173/p576_YearbookBook119bul2016_279_320.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (14.02.2017).
6. Dicheva, E. (2013). *Preventsia na sindroma „barnaut“ v работата на sotsialnia работnik*. // *Upravlenie i obrazovanie*. T. IX (4).
7. Ilieva, S., V. Naydenova. (2006). *Savremenni podhodi kam stresa i zdraveto v organizatsiite*. // *Zhurnal psihologia*, № 21.
8. Miladinova, I. (2014). *Psihologicheski osobenosti na raboteshtite s detsa sas spetsialni потребности*. // *Psihologicheski izsledvania, sp. na IINCh – BAN* (2/2014), Departament

- Psihologia, (s. 566 – 571). Sofia: Izdatelstvo na BAN „Prof. Marin Drinov“. ISSN: 1311-4700.
9. Peychev, I. Empirichno izsledvane na nivata na barnaut i boraut pri uchiteli i spetsialisti, raboteshti s detsa sas spetsialni obrazovatelni potrebnosti. 2013 <<http://ivanpeychev.blogspot.bg/2013/10/blog-post.html>> (12.10.2017).
 10. Popova, L. (2015). Strategii za spravyane sas sindroma „Barnaut . // Sbornik „30 godini pedagogicheski fakultet“. V. Tarnovo: UI „Sv. sv. Kiril i Metodiy“, ISBN: 978-619-00-0352-6.
 11. Samoukina N. A. Prakticheskiy psiholog v shkole: lektsii, konsulytatsii, treningi. M.: ITON, 1997, 192 s.
 12. Harizanova, S., R. Stoyanova. (2017). Barnaut sindrom. Prakticheskoto rakovodstvo za diagnostika, otsenka i preventsia. Plovdiv: Laks Buk.
 13. Tsenova B. (1996). Profesionalen stres i psihichno zdrave pri uchitelite I chast. // Balgarsko spisanie po Psihologia, br. 4, S.
 14. Bradley, B. (1969). Community-based treatment for young adult offenders. // *Crime and Delinquency*, Vol. 15, pp. 359 – 370.
 15. Schaufeli W., D. Enzmann. (1999). *The Burnout companion for research and practice: A critical analysis of theory, assessment, research and interventions*. Washington DC: Taylor and France.
 16. Freudemberger, H. (1974). Staff Burnout. *Journal of Social Issues*, 30, pp. 159 – 165.
 17. <<http://dx.doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>> (16.02.2017).
 18. Maslach, C., W. Schaufeli. (1993). Historical and Conceptual Development of Burnout. In Wilmar B. Schaufeli, Christina Maslach & Tadeusz Marek, (Eds.), *Professional burnout: Recent developments in theory and research*. pp. 96 – 114.
 19. World Health Organization. *The ICD-10 classification of mental and behavioral disorders*. Geneva: WHO, 2010 <<http://apps.who.int/classifications/icd10/browse/2015/en#/F84>> (10.09.2015).