

<https://doi.org/10.31891/PT-2023-3-5>

УДК 37.011.3–051: 159.98

Олександр САФІН

доктор психологічних наук, професор,
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини

<https://orcid.org/0000-0001-5745-8635>

e-mail: 245440ss@gmail.com

МІЖСОБИСТІСНА ІНТОЛЕРАНТНІСТЬ ДО СОЦІАЛЬНОЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРЯННЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

З'ясовано, що чим вищим є рівень міжособистісної інтолерантності до соціальної невизначеності у педагогічних працівників, тим вищими є рівні їхнього емоційного виснаження та деперсоналізації через те, що комунікативна закритість і відчуженість, притаманна проявам міжособистісної інтолерантності до соціальної невизначеності, призводить до виснаження їхньої нервової системи та скорочення кількості партнерів зі спілкування у професійному середовищі, що перешкоджає професійному зростанню та отриманню задоволення при виконанні професійних функцій. Неприйняття ними змін сприяє виробленню обмеження діапазону та інтенсивності включення емоцій у професійне спілкування, знецінення власних професійних досягнень.

***Ключові слова:** міжособистісна інтолерантність; соціальна невизначеність; емоційне виснаження; деперсоналізація; педагогічні працівники.*

Oleksandr SAFIN

Pavlo Tychna Uman State Pedagogical University

INTERPERSONAL INTOLERANCE TO SOCIAL UNCERTAINTY AS A FACTOR OF PROFESSIONAL BURNOUT OF TEACHERS

Significant differences in the groups of teachers with different levels of tolerance to social uncertainty in terms of professional burnout were found. The analysis of the data allows us to conclude that the higher the level of interpersonal intolerance to social uncertainty, the higher the levels of emotional exhaustion and depersonalisation of teachers. This is because communicative closeness and alienation inherent in manifestations of interpersonal intolerance to social uncertainty leads to exhaustion of the nervous system and a reduction in the number of communication partners in the professional environment, which hinders professional growth and satisfaction in the performance of professional functions. A high level of interpersonal intolerance to social uncertainty hinders the development of professional success, and, on the contrary, contributes to the lack of involvement of the teacher in the performance of professional duties, low level of responsibility for the results of their own activities. It can be assumed that teachers' rejection of changes contributes to the development of a limited range and intensity of emotional involvement in professional communication, and to the devaluation of their own professional achievements. High emotional involvement of teachers in the lives of students and colleagues, sensitivity to what is happening, allows them to expand the scope of professional interests with the use of non-standard approaches to professional activities. When developing recommendations for the prevention of emotional burnout, it is necessary to take into account these data and promote the manifestation of teachers' own "I" and emotional saturation in professional communication.

Key words: *interpersonal intolerance; social uncertainty; emotional exhaustion; depersonalisation; pedagogical workers.*

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями

Важливість професії педагога для суспільства є незаперечною. Оскільки педагоги безпосередньо беруть участь у процесах соціалізації та виховання підростаючого покоління, вони перебувають на вістрі соціальних змін. Крім того, їхня професія передбачає інтенсивну комунікацію, яка створює додаткове навантаження на їхню психіку. Динамічно мінливі соціальні умови, часті ситуації соціальної невизначеності, дедалі вищі вимоги до професійно-психологічної компетентності не можуть не впливати на психологічний стан педагогів, створюючи професійні ризики, зокрема, професійного вигорання [1].

Аналіз досліджень та публікацій

Дослідники розглядають синдром «професійного вигорання» в аспекті особистої деформації професіонала. К. Масляч зазначає, що педагогічна діяльність – це один із видів професійної діяльності, який найбільше деформує особистість [2]. Високу стресогенність роботи педагогів як представників соціономічної професії підкреслюють і інші дослідники (Дж. Брайт і Ф. Джонс та ін.). Феномен толерантності у психології пов'язують із позитивними настановами особистості в процесі спілкування, у такому разі йдеться про «комунікативну толерантність», із якостями особистості у соціальній взаємодії («міжособистісна толерантність»), зі зниженням сенситивності до об'єкта (у разі опису аддикцій). Також толерантність трактується як психологічна стійкість, система позитивних настанов, сукупність індивідуально-психологічних якостей, система особистісних і групових цінностей, як здатність людини позитивно реагувати на соціальні відмінності, які її оточують, тощо. Термін «інтолерантність» означає протилежний толерантності стан нетерпимості, нестійкості особистості до чого-небудь.

Формулювання цілей статті

Мета статті – презентація результатів емпіричного дослідження міжособистісної інтолерантності до соціальної невизначеності як чинника професійного вигорання педагогічних працівників.

Виклад основного матеріалу

Теоретичними та методологічними засадами дослідження є теорія про синдром емоційного вигорання у професійній сфері К. Маслач і концепція толерантності до невизначеності особистості Т. Корнілової. Мета дослідження – вивчення толерантності до соціальної невизначеності та рівня професійного вигорання у педагогічних працівників. Відповідно, завданнями дослідження є визначити рівні емоційного вигорання і толерантності до соціальної невизначеності у педагогічних працівників; встановити наявність взаємозв'язку між толерантністю до соціальної невизначеності та рівнем професійного вигорання педагогічних працівників; виявити відмінності у групах педагогічних працівників із різним рівнем толерантності до соціальної невизначеності за показниками професійного вигорання.

Для психологічної діагностики використано опитувальник «Діагностика професійного вигорання» (К. Маслач, С. Джексон, в адаптації Н. Водоп'янової) (варіант для педагогів), а також «Новий опитувальник толерантності до невизначеності» Т. Корнілової. На першому етапі емпіричного дослідження за допомогою зазначених психологічних методик було продіагностовано 70 педагогічних працівників Уманського району Черкаської області у віці від 25 до 59 років. Під час опрацювання отриманих даних виявлено низький ступінь професійного вигорання (за інтегральним показником опитувальника «Діагностика професійного вигорання») лише у 17% обстежуваних, середній ступінь – у 30%, високий – у 31% педагогів, дуже високий ступінь професійного вигорання характерний для 22% педагогічних працівників.

За шкалою «Емоційне виснаження»: із низьким рівнем емоційного виснаження виявлено 15% педагогічних працівників, із середнім – 31%, із високим – 35%, із дуже високим – 19%. За шкалою «Деперсоналізація»: із низьким ступенем деперсоналізації виявлено 24% педагогічних працівників, із середнім ступенем – 44%, із високим – 21%, із дуже високим ступенем – 11%. Згідно з отриманими даними за шкалою «Редукція професійних досягнень» опитувальника «Діагностика професійного вигорання», найчисельнішою виявилася група педагогічних працівників із середнім ступенем редукції професійних досягнень – 43% від загальної кількості тих, хто взяв участь у дослідженні. Відсоток респондентів із високим і дуже високим ступенями редукції професійних досягнень у сумі становив 28% від загальної чисельності педагогів, які взяли участь у дослідженні (з них у 6% - край високий рівень). Низький рівень редукції професійних

досягень – у 29%. Згідно з отриманими даними діагностики за допомогою «Нового опитувальника толерантності до невизначеності» Т. Корнілової, у педагогічних працівників переважає середній рівень толерантності до невизначеності (76%) та відсутній низький рівень толерантності до невизначеності, високий рівень толерантності до невизначеності – у 24% обстежуваних. На наступному етапі виявляли взаємозв'язок толерантності до невизначеності та професійного вигорання у педагогічних працівників. Для статистичного аналізу даних використовувався непараметричний критерій Спірмена, який не потребує перевірки на нормальність розподілу. Було висунуто припущення перше про те, що існує взаємозв'язок між толерантністю до соціальної невизначеності та професійним вигоранням у педагогічних працівників. Для перевірки гіпотези здійснювався розрахунок коефіцієнта рангової кореляції Спірмена у програмі Statistica. За результатами дослідження, наведеними у таблиці 1, у перемінних «Загальне вигорання» і «Толерантність до соціальної невизначеності», «Загальне вигорання» та «Інтолерантність до соціальної невизначеності», «Загальне вигорання» та «Міжособистісна інтолерантність» взаємозв'язку між показниками не виявлено, тому що рівень значущості $p > 0,05$.

Таблиця 1

Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена перемінних «Загальне вигорання», «Толерантність до соціальної невизначеності», «Інтолерантність до соціальної невизначеності», «Міжособистісна інтолерантність»

Перемінні	Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена	Рівень значущості p
«Загальне вигорання» і «Толерантність до соціальної невизначеності»	0,01	0,86
«Загальне вигорання» і «Інтолерантність до соціальної невизначеності»	0,05	0,59
«Загальне вигорання» і «Міжособистісна інтолерантність»	0,18	0,052

Далі було виявлено взаємозв'язок показника професійного вигорання «Емоційне виснаження» та чинників толерантності до соціальної невизначеності. Згідно з даними таблиці 2, у перемінних «Емоційне виснаження» і «Толерантність до соціальної невизначеності», «Емоційне виснаження» та «Інтолерантність до

соціальної невизначеності» взаємозв'язку між показниками не виявлено, оскільки рівень значущості $p > 0,05$.

Таблиця 2

Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена перемінних «Емоційне виснаження», «Толерантність до соціальної невизначеності», «Інтолерантність до соціальної невизначеності», «Міжособистісна інтолерантність»

Перемінні	Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена	Рівень значущості p
«Емоційне виснаження» і «Толерантність до соціальної невизначеності»	0,06	0,44
«Емоційне виснаження» і «Інтолерантність до соціальної невизначеності»	0,05	0,55
«Емоційне виснаження» і «Міжособистісна інтолерантність»	0,24	0,010

Виявлено значущий слабкий кореляційний взаємозв'язок між перемінними «Емоційне виснаження» та «Міжособистісна інтолерантність». Взаємозв'язок позитивний, що означає, що зі зростанням одного показника зростатиме і другий. Отже, педагогічні працівники, які виявляють схильність до емоційної закритості у соціальному оточенні, характеризуються підвищеним виснаженням нервової системи, що сприяє посиленню ознак професійного вигорання.

За результатами дослідження, наведеними в таблиці 3, у перемінних «Деперсоналізація» і «Толерантність до соціальної невизначеності», «Деперсоналізація» та «Інтолерантність до соціальної невизначеності» взаємозв'язку між показниками не виявлено, тому що рівень значущості $p > 0,05$.

Виявлено значущий слабкий кореляційний взаємозв'язок між перемінними «Деперсоналізація» та «Міжособистісна інтолерантність». Зв'язок позитивний, що означає, що у педагогічних працівників із високим рівнем деперсоналізації спостерігається високий рівень міжособистісної інтолерантності. Отже, ті з них, у яких періодично виникає відчуття відчуження, що супроводжується відчуттям спостереження за власним життям ніби збоку, або відчуття відчуження від навколишньої дійсності, характеризуються прагненням до ясності та контролю у міжособистісних стосунках, відчувають дискомфорт у разі невизначеності стосунків з іншими людьми.

Таблиця 3

**Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена перемінних
«Деперсоналізація», «Толерантність до невизначеності»,
«Інтолерантність до соціальної невизначеності», «Міжособистісна
інтолерантність»**

Перемінні	Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена	Рівень значущості <i>p</i>
«Деперсоналізація» і «Толерантність до соціальної невизначеності»	0,02	0,44
«Деперсоналізація» і «Інтолерантність до соціальної невизначеності»	0,07	0,55
«Деперсоналізація» і «Міжособистісна інтолерантність»	0,21	0,04

Далі виявлявся взаємозв'язок показника професійного вигорання «Редукція професійних досягнень» і чинників толерантності до соціальної невизначеності. За результатами дослідження, представленими у таблиці 4, у перемінних «Професійна успішність» і «Толерантність до невизначеності», «Професійна успішність» та «Інтолерантність до невизначеності», «Професійна успішність» та «Міжособистісна інтолерантність» взаємозв'язку між показниками не виявлено, тому що рівень значущості $p > 0,05$.

Таблиця 4

**Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена перемінних «Професійна
успішність», «Толерантність до невизначеності», «Інтолерантність
до невизначеності», «Міжособистісна інтолерантність»**

Перемінні	Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена	Рівень значущості <i>p</i>
«Професійна успішність» і «Толерантність до соціальної невизначеності»	-0,04	0,65
«Професійна успішність» і «Інтолерантність до соціальної невизначеності»	0,18	0,09
«Професійна успішність» і «Міжособистісна інтолерантність»	0,11	0,23

У результаті виявлено лише два значущі взаємозв'язки між показниками деяких шкал опитувальника «Діагностика професійного вигорання» (К. Маслач, С. Джексон, в адаптації Н. Водоп'янової) (для педагогів) і «Нового опитувальника толерантності до невизначеності» (Т. Корнілової). Таким чином, перше припущення дослідження підтвердилося частково.

На наступному етапі дослідження обстежуваних було розподілено на групи із різними рівнями толерантності до соціальної невизначеності. Оскільки у вибірці не було педагогічних працівників із низьким рівнем толерантності до соціальної невизначеності, було утворено дві групи обстежуваних: із середнім і високим (і дуже високим) рівнями толерантності до соціальної невизначеності. Було висунуто другу гіпотезу про те, що між цими групами існують значущі відмінності за показниками професійного вигорання. Далі було розглянуто відмінності у групах педагогічних працівників із високим і середнім рівнями толерантності до соціальної невизначеності за показником професійного вигорання «Емоційне виснаження». Розгляд відмінностей за медіаною у групах із різними рівнями емоційного виснаження переконує у тому, що показники емоційного виснаження більш виражені у групі педагогів із високим рівнем толерантності до соціальної невизначеності. Низького рівня толерантності до соціальної невизначеності у респондентів не виявлено. Це може означати, що вміння педагогічного працівника врівноважено пристосуватися до ситуацій нестабільності за відсутності впорядкованості у професійній сфері допомагає адаптуватися за умов недостатнього та динамічного інформаційного поля, сприяє творчому пошуку ухвалення конструктивних рішень в умовах соціальної невизначеності. Навпаки, недостатнє прийняття педагогічними працівниками особливостей професійної діяльності в умовах соціальної невизначеності та небажання швидкої адаптації до нових тенденцій розвитку суспільства у ситуації нестабільності та постійної динамічності сприяють відсутності вибіркової в ухваленні рішень, використанню поблажливого стилю спілкування зі здобувачами та колегами, інформаційній нерозбірливості та всеїдності. Згідно з даними таблиці 5, існують статистично значущі відмінності між двома групами педагогічних працівників із різними рівнями толерантності до соціальної невизначеності за показником емоційного виснаження.

Також виявлено значущі відмінності у групах педагогічних працівників із високим і середнім рівнями толерантності до соціальної невизначеності за показником професійного вигорання «Деперсоналізація».

Таблиця 5

Відмінності у групах педагогічних працівників із різними рівнями толерантності до соціальної невизначеності за субфактором професійного вигорання «Емоційне виснаження» (критерій Манна-Уїтні)

Перемінні	Сума рангів		U-критерій Манна-Уїтні	Рівень значущості <i>p</i>
	Середній рівень толерантності до соціальної невизначеності	Високий рівень толерантності до соціальної невизначеності		
Емоційне виснаження	3475,0	1575,0	702,0	0,04

Розгляд відмінностей за медіаною у двох групах із різними рівнями толерантності до соціальної невизначеності (перша група – середній рівень, друга – високий рівень) засвідчив, що вони різняться показники за шкалою «Деперсоналізація» опитувальника «Діагностика професійного вигорання» (К. Маслач, С. Джексон, в адаптації Н. Водоп'янової) (для педагогічних працівників). Низького рівня толерантності до соціальної невизначеності у респондентів не виявлено. У групі педагогічних працівників із високим рівнем толерантності до соціальної невизначеності характеристики шкали деперсоналізації є яскравішими. Імовірно, ці результати можуть свідчити про значущість для педагогічних працівників вміння захищати власні особисті кордони з метою отримання задоволення від виконання професійних обов'язків, про доцільність вибіркового застосування одержуваної інформації залежно від міри її актуальності у певний момент часу, важливість ухвалення нестандартних і незвичних рішень для реалізації власних творчих задумів, збереження власних особистісних цінностей і внутрішнього «Я».

Згідно з даними таблиці 6, існують статистично значущі відмінності між двома групами педагогічних працівників із різними рівнями толерантності до соціальної невизначеності за показниками шкали «Деперсоналізація» опитувальника «Діагностика професійного вигорання» (К. Маслач, С. Джексон, в адаптації Н. Водоп'янової) (для педагогічних працівників).

Далі було виявлено значущі відмінності у двох групах педагогічних працівників (перша група – середній рівень, друга – високий) за інтегральним показником загального професійного вигорання за опитувальником «Діагностика професійного вигорання» (К. Маслач, С. Джексон, в адаптації Н. Водоп'янової) (для педагогічних працівників).

Таблиця 6

Відмінності у групах педагогічних працівників із різними рівнями толерантності до соціальної невизначеності за субфактором професійного вигорання «Деперсоналізація» (критерій Манна-Уїтні)

Перемінні	Сума рангів		U-критерій Манна-Уїтні	Рівень значущості <i>p</i>
	Середній рівень толерантності до соціальної невизначеності	Високий рівень толерантності до соціальної невизначеності		
Деперсоналізація	3408,0	1643,0	632,9	0,009

Розгляд відмінностей за медіаною шкали «Загальний рівень професійного вигорання» у двох груп педагогічних працівників із різними рівнями толерантності до соціальної невизначеності засвідчив, що існують відмінності у цих групах (перша група – середній рівень толерантності до соціальної невизначеності, друга – високий) за інтегральним показником загального професійного вигорання Опитувальника «Діагностика професійного вигорання» (К. Маслач, С. Джексон, в адаптації Н. Водоп'янової) (для педагогічних працівників). За отриманими значущими результатами дослідження можна зробити висновки, що педагогічний працівник із високим рівнем толерантності до соціальної невизначеності має високі загальні розумові здібності, вирізняється зрілістю суджень, завдяки чому він легко адаптується до різних суб'єктів у спільній діяльності, швидко пристосовується до реалій, має адекватну самооцінку. Для педагогічних працівників із переважанням ознак загального професійного вигорання характерні індивідуальні особливості поведінкових настанов, що сприяють суб'єктивному зниженню невизначеності трудової діяльності, коли людина свідомо використовує такі неефективні стратегії, як уникнення проблем, емоційне знецінення робочих ситуацій, жорсткий стиль спілкування, що знижує ефективність її професійної діяльності.

Педагогічних працівників із низьким рівнем розвитку толерантності до соціальної невизначеності у групі респондентів не виявлено, що свідчить загалом про прийняття ними умов професійної діяльності у ситуації динамічних змін у соціумі. Можна припустити, що інтолерантний педагогічний працівник також має свої певні якості особистості. Педагогічний працівник із низьким рівнем педагогічної толерантності виявляє занепокоєння, важко переживає невдачі, легко потрапляє під чужий вплив, має сильне почуття обов'язку, чутливість

до схвалення чи несхвалення з боку оточуючих, проте зовні намагається стримувати себе, не проявляти ознак тривожності та занепокоєння.

Згідно з даними таблиці 7, існують статистично значущі відмінності у двох групах із різними рівнями толерантності до невизначеності (перша група – середній рівень, друга – високий).

Таблиця 7

Відмінності у групах педагогічних працівників із різними рівнями толерантності до соціальної невизначеності за інтегральним показником загального професійного вигоряння (критерій Манна-Уїтні)

Перемінні	Сума рангів		U-критерій Манна-Уїтні	Рівень значущості <i>p</i>
	Середній рівень толерантності до соціальної невизначеності	Високий рівень толерантності до соціальної невизначеності		
Загальне вигоряння	3455,0	1594,0	679,7	0,002

Розрізняються показники за інтегральним показником загального професійного вигоряння. Статистично значущих відмінностей у двох групах із різними рівнями толерантності до соціальної невизначеності (перша група – середній рівень, друга – високий) за показником «Редукція особистих досягнень» опитувальника «Діагностика професійного вигоряння» (К. Маслач, С. Джексон, в адаптації Н. Водоп'янової) (для педагогічних працівників) не виявлено.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

Таким чином, виявлено значущі відмінності у групах педагогічних працівників із різними рівнями толерантності до соціальної невизначеності за показниками професійного вигоряння за опитувальником «Діагностика професійного вигоряння» (К. Маслач, С. Джексон, в адаптації Н. Водоп'янової) (для педагогічних працівників) і «Нового опитувальника толерантності до невизначеності» (Т. Корнілової). Отже, припущення друге дослідження підтвердилася частково. Крім того, аналіз наявних досліджень засвідчив недостатнє вивчення проблеми емоційного вигоряння у педагогічних працівників у взаємозв'язку із толерантністю до соціальної невизначеності. Виявлено значущий слабкий кореляційний взаємозв'язок між перемінними «Деперсоналізація» і «Міжособистісна

інтолерантність», а також статистично значущі відмінності за показниками професійного вигорання у групах із різним рівнем толерантності до соціальної невизначеності.

Аналіз отриманих даних дозволяє зробити висновки, що чим вищим є рівень міжособистісної інтолерантності до соціальної невизначеності, тим вищими є рівні емоційного виснаження та деперсоналізації у педагогічних працівників. Це пояснюється тим, що комунікативна закритість і відчуженість, притаманна проявам міжособистісної інтолерантності до соціальної невизначеності, призводить до виснаження нервової системи та скорочення кількості партнерів зі спілкування у професійному середовищі, що перешкоджає професійному зростанню та отриманню задоволення при виконанні професійних функцій. Високий рівень міжособистісної інтолерантності до соціальної невизначеності перешкоджає розвитку професійної успішності, і, навпаки, сприяє невключеності педагогічного працівника у виконання професійних обов'язків, низькому рівню відповідальності за результати власної діяльності. Можна припустити, що неприйняття педагогічними працівниками змін сприяє виробленню обмеження діапазону та інтенсивності включення емоцій у професійне спілкування, відбувається знецінення власних професійних досягнень. Висока емоційна включеність педагогічних працівників у життя здобувачів і колег, чутливість щодо того, що відбувається, дозволяє розширювати сферу професійних інтересів із застосуванням нестандартних підходів до виконання професійної діяльності. Цей результат дослідження є значущим для розробки рекомендацій щодо запобігання професійному вигоранню педагогічних працівників, дозволяє передбачити заходи щодо рефлексії та релаксації як важливих складових для їхньої подальшої успішної професійної діяльності. Під час складання рекомендацій щодо профілактики емоційного вигорання необхідно враховувати ці дані та сприяти прояву у педагогічних працівників власного «Я», емоційної насиченості у професійному спілкуванні.

Перспективи подальших розвідок в обраному напрямку можуть бути пов'язані із розробкою та обґрунтуванням ефективного психологічного інструментарію корекції міжособистісної інтолерантності, пошуком нових психотехнологій розвитку міжособистісної толерантності у педагогічному середовищі як запоруки попередження проявів професійного вигорання педагогічних працівників.

Література

1. Молчанова А. О. Толерантність як ціннісна основа професійної діяльності педагога: посібник. Київ : Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих НАПН України, 2013. 150 с.
2. Maslach C. Burnout: a social psychological analysis // The burnout syndrome: current research, theory, interventions / Ed. J.W. Jones. London, 1982. Vol. 11. № 78. P. 78-85.

References

1. Molchanova A.O. Tolerantnist' jak cinnisna osnova profesijnoi' dijal'nosti pedagoga: posibnyk. Kyi'v : Instytut pedagogichnoi' osvity i osvity doroslyh NAPN Ukraïny. 2013. 150 s.
2. Maslach C. Burnout: a social psychological analysis // The burnout syndrome: current research, theory, interventions / Ed. J.W. Jones. London. 1982. Vol. 11. №78. P. 78-85.