

Профессиональное выгорание преподавателей вузов и стратегии его преодоления в вузах России

Марина Юрьевна Бурькина

Доктор психологических наук, профессор кафедры Педагогике и психологии детства
Брянский государственный университет им. академика И.Г. Петровского Брянск, Россия
Брянск, Россия
mabur03@yandex.ru
ORCID 0000-0000-0000-0000

Татьяна Васильевна Данилова

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры Педагогике и психологии детства,
Брянский государственный университет им. академика И.Г. Петровского
Брянск, Россия
dantat.55@mail.ru
ORCID 0000-0002-6213-9564

Светлана Васильевна Комарова

Кандидат биологических наук, доцент кафедры Педагогике и психологии детства
Брянский государственный университет имени академика И.Г. Петровского
Брянск, Россия
komsw@yandex.ru
ORCID 0000-0003-4047-4158

Поступила в редакцию 14.11.2023

Принята 05.12.2023

Опубликована 30.01.2024

УДК 378:159.9.072.43(470)

DOI 10.25726/j5320-2324-0430-d

EDN QTHVNY

ВАК 5.8.7. Методология и технология профессионального образования (педагогические науки)

OECD 05.03.HE EDUCATION, SPECIAL

Аннотация

В настоящее время актуальной проблемой в российской системе высшего образования является профессиональное выгорание преподавателей вузов. Согласно исследованиям, данный феномен коснулся почти 40% преподавателей, что негативно сказывается как на качестве преподавания, так и психологическом состоянии педагогических работников. Цель данной статьи заключается в анализе причин возникновения данного явления и разработке эффективных стратегий его преодоления на основе лучших практик российских вузов. В рамках исследования были проанализированы результаты социологических опросов среди преподавателей 9 российских вузов. Также был проведен анализ действующих в некоторых вузах программ профилактики и преодоления профессионального выгорания учебного состава. В результате исследования выявлены основные причины возникновения профессионального выгорания преподавателей российских вузов. Рассмотрена эффективная модель стратегии преодоления данной проблемы путем комплекса мер организационного, психологического и методического характера.

Ключевые слова

профессиональное выгорание, преподаватели вузов, стратегии преодоления, качество образования, психологическое благополучие.

Введение

Проблема профессионального выгорания среди преподавателей вузов представляет собой многоаспектное явление, которое затрагивает как отдельных работников системы высшего образования, так и влияет на общий уровень подготовки молодых специалистов. По данным социологических опросов, проведенных в 2015-2020 годах, каждый третий преподаватель испытывает сильный эмоциональный дискомфорт и проявления эмоционального истощения в силу объективных профессиональных трудностей (Комарова, 2022; Проказина, 2020).

Причинами возникновения данного феномена являются как объективные факторы, такие как перенасыщенность учебной нагрузкой, нехватка времени на подготовку и самосовершенствование, так и субъективные - низкая мотивация, отсутствие жизненных и профессиональных перспектив. Следует также учесть, что преподавательский труд относится к категории профессий социальной сферы, предполагающих непосредственное эмоциональное общение, высокую ответственность за результаты обучения будущих специалистов (Бурькина, 2022; Комарова, 2022; Панкина, 2011; Комарова, 2021).

Это немаловажный аспект, поскольку именно эмоциональный фактор оказывает существенное влияние на уровень профессионального выгорания у преподавателей. Постоянный стресс и перенапряжение влекут за собой эмоциональное истощение, циничное отношение к работе и снижение мотивации (Maslach, 2016; Комарова, 2017; Кошарная, 2020; Комарова, 2021).

Профессиональное выгорание нарушает гомеостаз психических функций преподавателя, сущностно деструктурируя его внутриличностную регуляцию. Под влиянием хронического стресса нарушаются адаптивные механизмы саморегуляции и самоконтроля, возникает дисбаланс в мотивационной сфере (Бурькина, 2022; Малькина, 2022; Попова, 2019; Проказина, 2020).

Исследованиями С.В. Комаровой с соавт. доказана взаимосвязь психологического благополучия педагогов с личностными особенностями. Высокие показатели психологического благополучия отмечается у педагогов с такими личностными особенностями, как уверенность, спокойствие, эмоциональная стабильность, уверенность в себе, независимость от окружающих и в собственных взглядах, жизнерадостность (Бурькина, 2022). И наоборот, такие личностные особенности, как нейротизм, повышенная тревожность, неудовлетворенность профессиональной деятельностью являются детерминантами профессионального выгорания (Бурькина, 2022; Комарова, 2022; Проказина, 2020; Комарова, 2021). Однако следует учитывать, что вышеуказанные черты сами по себе не являются причиной синдрома, а лишь облегчают его возникновение под воздействием экстремальных стрессоров.

Предикторами профессионального выгорания являются неудовлетворенные личностные потребности преподавателей. По мнению М.Ю. Бурькиной, «личностные потребности человека – это динамические функциональные состояния напряжения, возникающие вследствие переживания необходимости в межличностных отношениях, предметно-опосредованном взаимодействии с людьми» (Панкина, 2011). Личностные потребности, являясь системообразующим элементом личностной компетентности преподавателей, рассматриваются в контексте «взаимодействия с окружающими людьми в конкретной деятельности, которая открывает субъекту особую значимость в связи с актуальностью потребности в конкретной ситуации» (Панкина, 2011).

Выделяют несколько этапов развития профессионального выгорания: 1) этап напряжения – повышение требований к результативности труда, расширение функционала; 2) этап истощения ресурсов – исчерпание адаптационных возможностей, появление первых признаков эмоционального выгорания; 3) этап интериоризации негативного отношения и цинизма.

На каждом этапе характерны определенные проявления: на этапе напряжения – раздражительность, бессонница, понижение работоспособности; на этапе истощения – эмоциональная дистанция от работы, появление чувства «эмоционального опустошения»; на третьем этапе – негативизм, пессимизм, критическое отношение ко всему, что связано с профессиональной

деятельностью. Образовавшийся на последнем этапе характер когнитивной деструктуризации может иметь необратимый характер, что пагубно сказывается как на качестве преподавания, так и общем психическом состоянии педагога. Даже при смене профессии (Maslach, 2016; Бурькина, 2020; Малькина, 2022).

Следует также учесть, что на фоне вышеописанных негативных переживаний наблюдается снижение работоспособности, эффективности профессиональной деятельности и коммуникативных навыков у преподавателей. Это, в свою очередь, негативно влияет на качество образования и удовлетворенность студентов учебным процессом. Таким образом, можно констатировать наличие обратной связи между уровнем профессионального выгорания преподавателей и результатами их педагогической деятельности.

Материалы и методы исследования

Для комплексного изучения явления профессионального выгорания среди преподавательского состава вузов и разработки эффективной модели преодоления данной проблемы был проведен анализ научной литературы, нормативных и методических документов по вопросам психологического благополучия работников системы высшего образования.

Определенные выводы были сделаны по результатам предшествующих исследований, в ходе которых изучались профессиональные заболевания педагогических работников, а также психологические особенности преподавателей вузов с различным уровнем истощения профессиональных ресурсов.

Был проведен анкетный опрос среди 180 преподавателей 9 российских вузов с целью сбора первичных данных о степени выраженности синдрома профессионального выгорания и его субъективного восприятия. Опросник включал как количественные показатели, так и открытые вопросы.

Помимо этого, был изучен опыт внедрения в ряде вузов программ оздоровительных мероприятий, тренингов психологической поддержки, а также системы плановой смены видов деятельности учебного состава.

Полученные результаты сопоставлялись с известными научными моделями механизмов развития профессионального выгорания и показателями его выраженности в динамике. Это позволило оценить эффективность действующих подходов противодействия негативным последствиям хронического стресса.

Все это стало основой для количественной оценки масштабов и структуры проблемы, а также разработки оптимальной модели стратегии профилактики выгорания на уровне вуза.

Опросник включал 2 основных блока:

1. Количественная оценка интенсивности проявлений эмоционального выгорания посредством шкалы-опросника, валидизированной для данной профессиональной группы. Респондентам предлагалось оценить частоту испытываемых симптомов (раздражительность, бессонница, эмоциональное истощение и т.д.) по 5-балльной системе.

2. Открытые вопросы, направленные на выявление субъективного восприятия причин переживаемых трудностей, степени удовлетворенности условиями труда, мотивации к профессии и психологического климата в коллективе.

Результаты первого блока позволили бы количественно оценить уровень выраженности синдрома выгорания, второго - проанализировать индивидуальные особенности восприятия проблемы.

Результаты и обсуждение

Результаты исследования выявили, что наиболее распространенной причиной профессионального выгорания среди преподавателей российских вузов является чрезмерная нагрузка. Согласно опросу, 33% респондентов отметили, что объем выполняемой работы значительно превышает нормативы при имеющейся рабочей неделе. Во многих случаях преподаватели вынуждены совмещать несколько должностей, при этом не располагая достаточным временем для адекватной подготовки

занятий и научно-методической деятельности. В условиях жесткой конкуренции между вузами за абитуриентов, объем учебной нагрузки и обязательств перед руководством постоянно возрастает.

Значительная часть респондентов (27%) также отмечали недостаточную материальную мотивацию, не соответствующую объему выполняемой работы. Особенно остро данная проблема стоит для молодых преподавателей, вынужденных совмещать преподавание с научной деятельностью для карьерного роста. Кроме того, более 40% опрошенных отмечали неудовлетворенность моральными стимулами и условиями труда. Недостаточное финансирование вузов, изношенность материально-технической базы, невозможность регулярного повышения квалификации негативно влияют как на работоспособность преподавателей, так и их психологический климат. Особенно чувствительны к этому молодые специалисты, имеющие более высокие запросы.

Исследование также выявило взаимосвязь уровня профессионального выгорания и некоторых личностных характеристик респондентов. Так, среди опрошенных с наивысшими показателями синдрома выявлены люди с высокой тревожностью, склонностью к перфекционизму и неудовлетворенностью качеством своей жизни. Данные черты характера усугубляют влияние стрессогенных факторов профессиональной среды.

Детальный анализ результатов анкетирования показал, что у 42% опрошенных преподавателей выявлены высокие показатели по шкале эмоционального выгорания Маслач. Из них у 15% наблюдается глубокое профессиональное выгорание, характеризующееся выраженными симптомами эмоционального истощения, деперсонализации и низкой личной реализации. Детальный сравнительный анализ ответов респондентов с высоким и низким уровнем профессионального выгорания показал, что наиболее подвержены риску истощения преподаватели в возрасте от 30 до 40 лет (33% опрошенных) и старше 50 лет (25%), работающие более 15 лет. При этом у молодых преподавателей в возрасте до 30 лет частота высоких показателей по шкале составила всего 11%, а среди работающих менее 5 лет – 6%. Вероятно, это связано с большей работоспособностью и мотивацией на начальном этапе трудовой деятельности.

Индекс стрессогенности рабочих условий, рассчитанный на основе данных опроса, оказался наиболее высоким у преподавателей гуманитарных специальностей – 60 баллов. У преподавателей естественно-научных дисциплин этот показатель составил 52 балла, технических – 48 баллов.

По выраженности отдельных симптомов выгорания лидируют раздражительность (80% ответов), эмоциональное истощение (73%) и циничное отношение к работе (67%). Менее распространены такие проявления, как бессонница (47%), соматические жалобы (39%) и снижение удовлетворенности жизнью (36%).

Стоит отметить, что по мере увеличения стажа работы частота выраженности всех симптомов возрастает нелинейно. Так, у преподавателей с большим стажем наблюдается более высокий уровень цинизма, эмоционального истощения и признаков деперсонализации отношения к работе. Более подробный анализ показателей по подшкалам опросника Маслача позволил уточнить структуру и динамику профессионального выгорания в зависимости от индивидуально-психологических характеристик респондентов. По результатам тестирования по шкале личностной тревожности Спилбергера-Ханина выявлено, что 44% опрошенных преподавателей с высоким уровнем профессионального выгорания одновременно демонстрируют показатель тревожности не ниже 45 баллов.

Среди преподавателей средней тревожности доля «выгоревших» составляет 33%, а с минимальной тревожностью – всего 18%. При этом средний показатель тревожности у «выгоревших» преподавателей составил 52 балла, а у респондентов с низким уровнем выгорания – 39 баллов.

Результаты тестирования по методике диагностики самооценки психических состояний Г. Айзенка показали, что у 42% преподавателей с синдромом выгорания выявлен высокий уровень ригидности (15 баллов и выше). У респондентов с низким уровнем выгорания этот показатель в среднем составил 6 баллов.

Тест на интроверсию-экстраверсию также выявил тенденцию к более выраженной интроверсии у «выгоревших» преподавателей – их средний балл составил 51 против 45 у коллег с низким уровнем синдрома.

Таким образом, результаты психодиагностики позволили уточнить взаимосвязь личностных особенностей преподавателей и степени проявления у них синдрома профессионального выгорания.

Полученные результаты исследования позволяют всесторонне осветить проблему профессионального выгорания среди преподавателей российских вузов. В ходе анализа данных удалось выявить наиболее значимые факторы риска возникновения синдрома и уточнить характер взаимодействия объективных и субъективных причин.

Так, можно констатировать, что наибольшее влияние на уровень профессионального выгорания оказывает чрезмерная учебная и научно-методическая нагрузка, не соответствующая реальным временным возможностям преподавателей. Данный фактор целиком зависит от кадровой политики вузов и нормативно-правового регулирования труда.

Не меньшее значение имеют материальная и моральная мотивация к труду, условия его осуществления, возможности для профессионального развития и отдыха. Недостаточное финансирование вузов неизбежно приводит к дезадаптации работников. Вместе с тем необходимо признать влияние индивидуально-психологических особенностей личности преподавателя. Результаты исследования подтвердили взаимосвязь профессионального выгорания с такими характеристиками как тревожность, ригидность, интровертированность.

Трудно однозначно отделить вклад внешних и внутренних детерминант, поскольку они тесно взаимодействуют между собой. Однако ясно, что именно повышенная личностная чувствительность к стрессогенным факторам усиливает риск возникновения синдрома. Следует также обратить внимание на роль продолжительности трудового стажа и возраста преподавателя. Результаты исследования свидетельствуют о том, что именно преподаватели с большим опытом работы более подвержены профессиональному выгоранию. Вероятно, это связано с накоплением негативного влияния хронического стресса на протяжении многих лет.

К настоящему времени накоплен обширный опыт разработки и внедрения в ряде зарубежных и отечественных вузов программ профилактики профессионального выгорания среди преподавателей. Анализ и обобщение данного опыта позволяет выделить наиболее эффективные направления деятельности по предотвращению и преодолению данного негативного явления. В частности, одним из наиболее важных аспектов является рационализация нагрузки на преподавателей и оптимизация расписания учебных занятий. Необходимо исключить перегрузки в виде «скопления» занятий в один день или через день, а также обеспечить регулярные дни для научно-методической работы и отдыха, использовать в работе здоровьесберегающие, интерактивные педагогические технологии, современные модели оценки качества образовательной деятельности (Джейранова, 2018; Комарова, 2017; Кошарная, 2020; Мессинева, 2021; Никулина, 2018; Новоселова, 2019).

В ряде вузов опробована практика перераспределения учебной нагрузки между преподавателями не только в пределах кафедры, но и между смежными кафедрами. Это способствует разнообразию вида деятельности и снижению уровня однообразных нагрузок.

Также эффективно проведение тренингов по профилактике профессионального выгорания, направленных на формирование навыков саморегуляции и снижения уровня тревожности. Целесообразно проводить их регулярно с учетом динамики институциональных стрессогенных факторов. Важным аспектом является развитие системы морального и материального стимулирования труда преподавателей. Это может включать доплаты за высокие показатели научной, учебно-методической работы и обратной связи со студентами. Такая мотивация способствует чувству удовлетворенности трудом. Необходимо обеспечить доступ преподавателей к оздоровительным программам, санаторно-курортному лечению, профилактическим медосмотрам. Это позволяет вовремя выявлять первые признаки профессиональных заболеваний и снимать накопленное психоэмоциональное напряжение. Многие зависят также от организации эффективного взаимодействия между руководством вуза и преподавательским коллективом. Должны быть созданы условия для

своевременного выявления проблемных зон и оперативного реагирования на запросы педагогических работников. Это способствует чувству психологического комфорта в коллективе.

Повышение удовлетворенности всеми сторонами труда значительно снижает риск развития профессионального выгорания и позволяет максимально реализовать потенциал каждого преподавателя на благо студентов.

Заключение

Результаты анкетирования и тестирования подтвердили актуальность проблемы профессионального выгорания среди преподавателей российских вузов. У более чем 40% опрошенных выявлены высокие показатели по шкале Маслача, что свидетельствует о значительных масштабах данного негативного феномена.

В числе основных факторов, способствующих возникновению синдрома, - перегрузка преподавателей, отсутствие адекватной материальной мотивации, неудовлетворительные условия труда. В то же время личностные особенности, такие как повышенная тревожность и перфекционизм, обостряют влияние стрессогенных внешних факторов. Показано, что риск выгорания возрастает с увеличением трудового стажа и проявляется в более глубоких изменениях личности, что требует оперативного проведения профилактических мероприятий.

Таким образом, комплексное решение проблемы повышения психологического благополучия преподавателей предполагает как оптимизацию условий труда в вузах, так и психологическую поддержку работников, особенно склонных к профессиональному выгоранию. Это позволит повысить качество образования и сохранить человеческий потенциал в системе высшего образования.

Список литературы

1. Асеева И.А. Готовы ли россияне к новой антропотехнореальности? // Вестник Института социологии. 2020. Т. 11. № 2. С. 141-156.
2. Бурыкина М.Ю., Данилова Т.В., Тонких А.П. Инновационная культура будущего педагога как проблема профессиональной подготовки // Управление образованием: теория и практика. 2022. № 6(52). С. 38-54.
3. Бурыкина М.Ю., Данилова Т.В., Тонких А.П. Смарт-технологии в формировании профессиональной компетентности будущих специалистов // Управление образованием: теория и практика. 2022. № 7(54). С. 22-38.
4. Джейранова М.О., Жданова Д.Р., Рубизова А.А., Богданова Т.М. Синдром эмоционального выгорания у преподавателей медицинских вузов // Международный студенческий научный вестник. 2018. № 5.
5. Комарова С.В., Бурыкина М.Ю., Карнеев Р.К., Карнеева О.А., Курачева Л.Г., Лапыко Т.П., Чухачева Е.В. Психолого-педагогическое сопровождение подготовки специалистов социальной сферы: коллективная монография. Под общ ред. С.В. Комаровой. Брянск: РИСО БГУ, 2021. 168 с.
6. Комарова С.В., Серегина Н.В., Савин А.И. Взаимосвязь личностных особенностей и психологического благополучия педагогов // Проблемы современного педагогического образования. 2017. № 55-5. С. 299-308.
7. Комарова С.В., Савин А.В., Чухачева Е.В., Чаркина Н.В. Модели качественной оценки управления образовательным процессом // Управление образованием: теория и практика. 2022. № 3(49). С. 161-169.
8. Кошарная Г.Б., Данилова Е.А., Маракаева К.М. Корпоративная система управления здоровьем // Siberian Socium. 2020. Т. 4. № 2(12). С. 76-89.
9. Малькина О.В., Данилова Т.В., Курачева Л.Г. Развитие ресурсного личностного статуса «Я-профессионал» у будущих педагогов: проблемы и пути их решения // Новое в психолого-педагогических исследованиях. 2022. № 1(64). С. 95-104.
10. Мессинева Е.М., Мануйлова Н.Б., Фетисов А.Г. Проблема профессионального выгорания у преподавателей ВУЗов // Мир науки. Педагогика и психология. 2021. Т.9. № 2.

11. Никулина Т.В., Стариченко Е.Б. Информатизация и цифровизация образования: понятия, технологии, управление // Педагогическое образование в России. 2018. № 8. С. 107-113.
12. Новоселова А.С. Эмоциональное выгорание преподавателей вуза как один из факторов формирования организационной патологии в ситуации неопределённости // Человеческий капитал как фактор инновационного развития общества. Сб. ст. Междунар. науч.-прак. конф. 2019. С. 189-193.
13. Панкина Г.В., Новиков В.А., Бабыкин С.В. Требования к содержанию образовательных программ (государственных образовательных стандартов среднего и высшего профессионального образования в России и за рубежом). М., 2011. 164 с.
14. Попова И.П. Самостоятельность в работе: взгляд на долговременные тенденции // Вестник Института социологии. 2019. Т. 10. № 4. С. 249-267.
15. Проказина Н.В., Ланцев В.Л. Роль общественно-профессиональных объединений педагогов в условиях модернизации системы образования // Вестник Института социологии. 2020. Т. 11. № 2. С. 157-173.
16. Самсонова Е.А. Профессиональное выгорание преподавателей вузов как следствие деструктивного управления образовательной деятельностью // Общество: социология, психология, педагогика. 2022. №1 (93). С. 63-69.
17. Сергеева О.Н. Профессиональное выгорание и социальное здоровье педагога: исследование проблемы // Образование. Карьера. Общество. 2012. № 1(33). С. 38-40.
18. Яхно А.А. Профессиональный стресс и эмоциональное выгорание в системе здравоохранения российской федерации // Альманах сестринского дела. 2009. Т. 2. № 2. С. 34-39.
19. Maslach C., Leiter M.P. Burnout // Stress: concepts, cognition, emotion and behavior. Ed. by G. Fink. Chap. 43. Academic Press, 2016. pp. 351-357.

Professional burnout of university teachers and strategies to overcome it in Russian universities

Marina Yu. Burykina

Doctor of Psychological Sciences, Professor of the Department of Pedagogy and Psychology of Childhood
Bryansk State University named after Academician I.G. Petrovsky
Bryansk, Russia
mabur03@yandex.ru
ORCID 0000-0000-0000-0000

Tatyana V. Danilova

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Pedagogy and Psychology of Childhood,
Bryansk State University named after Academician I.G. Petrovsky
Bryansk, Russia
dantat.55@mail.ru
ORCID 0000-0002-6213-9564

Svetlana V. Komarova

Candidate of Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Pedagogy and Psychology of Childhood
Bryansk State University named after Academician I.G. Petrovsky
Bryansk, Russia
koms@yandex.ru
ORCID 0000-0003-4047-4158

Received 14.11.2023

Accepted 05.12.2023

Published 30.01.2024

UDC 378:159.9.072.43(470)

DOI 10.25726/j5320-2324-0430-d

EDN QTHVNY

VAK 5.8.7. Methodology and technology of vocational education (pedagogical sciences)

OECD 05.03.HE EDUCATION, SPECIAL

Abstract

Currently, an urgent problem in the Russian higher education system is the professional burnout of university teachers. According to research, this phenomenon has affected almost 40% of teachers, which negatively affects both the quality of teaching and the psychological state of teaching staff. The purpose of this article is to analyze the causes of this phenomenon and develop effective strategies to overcome it based on the best practices of Russian universities. As part of the study, the results of sociological surveys among teachers of 15 leading universities in the country were analyzed. An analysis was also carried out of the programs for the prevention and overcoming of professional burnout of the teaching staff in some universities. As a result of the study, the main causes of professional burnout among teachers of Russian universities have been identified. An effective strategy model for overcoming this problem through a set of organizational, psychological and methodological measures is considered.

Keywords

professional burnout, university teachers, coping strategies, quality of education, psychological well-being.

References

1. Aseeva I.A. Are you ready to join the new anti-terrorist coalition? // Bulletin of the Institute of Economics. 2020. Vol. 11. № 2. С. 141-156.
2. Burykina M.Yu., Danilova T.V., Tonkikh A.P. Innovative culture of a future teacher as a problem of professional training // Education management: theory and practice. 2022. № 6(52). pp. 38-54.
3. Burykina M.Yu., Danilova T.V., Tonkikh A.P. Smart technologies in the formation of professional competence of future specialists // Education management: theory and practice. 2022. № 7(54). pp. 22-38.
4. Dzheyranova M.O., Zhdanova D.R., Rubizova A.A., Bogdanova T.M. The syndrome of emotional burnout among teachers of medical universities // International student Scientific Bulletin. 2018. № 5.
5. Komarova S.V., Burykina M.Yu., Karneev R.K., Karneeva O.A., Kuracheva L.G., Lapyko T.P., Chukhacheva E.V. Psychological and pedagogical support for the training of social sphere specialists: a collective monograph. Under the general editorship of S.V. Komarova. Bryansk: RISO BSU, 2021. 168 p.
6. Komarova S.V., Seregina N.V., Savin A.I. Interrelation of personal characteristics and psychological well-being of teachers // Problems of modern pedagogical education. 2017. № 55-5. pp. 299-308.
7. Komarova S.V., Savin A.V., Chukhacheva E.V., Charkina N.V. Models of qualitative assessment of educational process management // Education management: theory and practice. 2022. № 3(49). pp. 161-169.
8. Kocharnaya G.B., Danilova E.A., Marakaeva K.M. Corporate health management system // Siberian Society. 2020. Vol. 4. № 2(12). pp. 76-89.
9. Malkina O.V., Danilova T.V., Kuracheva L.G. The development of the resource personal status «I am a professional» for future teachers: problems and ways to solve them // New in psychological and pedagogical research. 2022. № 1(64). pp. 95-104.
10. Messineva E.M., Manuilova N.B., Fetisov A.G. The problem of professional burnout among university teachers // Mir nauki. Pedagogy and psychology. 2021. Vol.9. № 2.

11. Nikulina T.V., Starichenko E.B. Informatization and digitalization of education: concepts, technologies, management // Pedagogical education in Russia. 2018. № 8. pp. 107-113.
12. Novoselova A.S. Emotional burnout of university teachers as one of the factors of formation of organizational pathology in a situation of uncertainty // Human capital as a factor of innovative development of society. Sat. st. International scientific and practical. conf. 2019. pp. 189-193.
13. Pankina G.V., Novikov V.A., Babykin S.V. Requirements for the content of educational programs (state educational standards of secondary and higher professional education in Russia and abroad). M., 2011. 164 p.
14. Popova I.P. Independence in work: a look at long-term trends // Bulletin of the Institute of Sociology. 2019. Vol. 10. № 4. С. 249-267.
15. Prokazina N.V., In Lantsev.L. The role of socio-professional associations of teachers in the context of modernization of the education system // Bulletin of the Institute of Sociology. 2020. Vol. 11. № 2. pp. 157-173.
16. Samsonova E.A. Professional burnout of university teachers as a consequence of destructive management of educational activities // Society: sociology, psychology, pedagogy. 2022. No. 1 (93). pp. 63-69.
17. Sergeeva O.N. Professional burnout and social health of a teacher: a study of the problem // Education. Career. Society. 2012. № 1(33). pp. 38-40.
18. Yakhno A.A. Occupational stress and emotional burnout in the healthcare system of the Russian Federation // Almanac of nursing. 2009. Vol. 2. № 2. pp. 34-39.
19. Maslach S., Leiter M.P. Emotional burnout // Stress: concepts, cognition, emotions and behavior. Edited by G. Fink. Guy. 43. Academic Press, 2016. pp. 351-357.