

УДК: 613.86+159.9.072

DOI: 10.26697/ijes.2018.3-4.29

**Взаємозв'язок між показниками вимог освітнього середовища та вигорання у студентів**Гречененко Анна<sup>1</sup><sup>1</sup>Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, Україна**Резюме****Вступ:**

Це дослідження присвячене вивченню взаємозв'язків між вимогами освітнього середовища, вигоранням та особистісними ресурсами студентів.

В останні роки набули поширення дослідження проблеми вигорання серед студентів. Вигорання розглядається як відчуття емоційної втоми, некомпетентності та цинізму по відношенню до навчального процесу. Дослідники пов'язують вигорання з академічним стресом, який виникає у відповідь на навчальні умови, що оточують студентів: навчальне навантаження, ясність вимог, наявність вибору, адекватна складність завдань та ін. Важливим фактором, що відіграє роль “буфера” між вимогами навчального середовища та вигоранням є особистісні ресурси. *Мета дослідження* – вивчити взаємозв'язки між показниками вимог освітнього середовища, вигорання та особистісними ресурсами студентів.

**Методи:**

Вибірку склали 120 студентів факультету психології ХНУ імені В. Н. Каразіна. Показники вимог освітнього середовища вимірювалися “Опитувальником ресурсів та вимог навчального середовища” ( $\alpha$  Кронбаха 0.648). Показники вигорання – “Шкалою вигорання для студентів” ( $\alpha$  Кронбаха 0.711). Для вимірювання особистісних ресурсів використовувалися: “Шкала загальної само ефективності” ( $\alpha$  Кронбаха 0.805); “Тест диспозиціонального оптимізму” ( $\alpha$  Кронбаха 0.701); “Скорочена версія опитувальника життєстійкості” ( $\alpha$  Кронбаха 0.832). Статистичний аналіз проводився у пакеті STATISTICA 7.0. Використовувався кореляційний аналіз за Пірсоном.

**Результати:**

Результати статистичної обробки даних свідчать про те, що коефіцієнти кореляції мають статистично значущі показники між шкалою навчального навантаження та усіма субшкалами з вигорання: емоційне вигорання ( $r=0,41$ ;  $p<0,05$ ), цинізм ( $r=0,19$ ;  $p<0,05$ ), некомпетентність ( $r=0,31$ ;  $p<0,05$ ), загальний показник вигорання ( $r=0,37$ ;  $p<0,05$ ). Теж стосується шкали “Ясність вимог”: емоційне вигорання ( $r=-0,2$ ;  $p<0,05$ ), цинізм ( $r=-0,28$ ;  $p<0,05$ ), некомпетентність ( $r=-0,32$ ;  $p<0,05$ ), загальний показник вигорання ( $r=-0,32$ ;  $p<0,05$ ). Шкала, що відповідає за наявність вибору, має статистично значущі кореляційні зв'язки зі

субшкалами емоційного вигорання ( $r=-0,21$ ;  $p<0,05$ ) та загальним показником вигорання ( $r=-0,22$ ;  $p<0,05$ ). Негативний статистично значущий зв'язок було виявлено між шкалою адекватності вимог та субшкалою емоційного вигорання ( $r=-0,38$ ;  $p<0,05$ ). Шкала, що відображує показник “Допомога викладачів”, в результаті виявила негативні статистично значущі кореляції з субшкалами емоційного вигорання ( $r=-0,18$ ;  $p<0,05$ ), некомпетентності ( $r=-0,32$ ;  $p<0,05$ ) та загального показника вигорання ( $r=-0,25$ ;  $p<0,05$ ). Зі шкалою “Допомога однокурсників” статистично значущих зв'язків виявлено не було. Виявлено взаємозв'язок між показниками особистісних ресурсів (диспозиційний оптимізм, життєстійкість та самоефективність) та субшкалами вигорання. Загальний показник самоефективності має статистично значущі кореляції з усіма субшкалами вигорання: емоційне вигорання ( $r=-0,18$ ;  $p<0,05$ ), цинізм ( $r=-0,19$ ;  $p<0,05$ ), некомпетентність ( $r=-0,32$ ;  $p<0,05$ ), загальний показник вигорання ( $r=-0,25$ ;  $p<0,05$ ). Значущі кореляційні зв'язки з усіма субшкалами вигорання було отримано й із загальним показником життєстійкості: емоційне вигорання ( $r=-0,28$ ;  $p<0,05$ ), цинізм ( $r=-0,26$ ;  $p<0,05$ ), некомпетентність ( $r=-0,32$ ;  $p<0,05$ ), загальний показник вигорання ( $r=-0,33$ ;  $p<0,05$ ). Загальний показник диспозиційного оптимізму не має статистично значущих кореляційних зв'язків, проте було отримано значущу кореляцію між шкалою оптимізму та субшкалою некомпетентності ( $r=-0,23$ ;  $p<0,05$ ), а також між шкалою песимізму та усіма субшкалами вигорання: емоційне вигорання ( $r=-0,21$ ;  $p<0,05$ ), цинізм ( $r=-0,28$ ;  $p<0,05$ ), некомпетентність ( $r=-0,39$ ;  $p<0,05$ ), загальний показник вигорання ( $r=-0,36$ ;  $p<0,05$ ).

**Висновки:**

Виявлено зв'язок між вимогами освітнього середовища та показниками вигорання. Високі загальні показники вигорання пов'язуються з високим навчальним навантаженням, недостатньою ясністю та адекватністю вимог, відсутністю вибору та допомоги викладачів і навпаки. Суттєвий вплив на вигорання мають показники навчального навантаження та ясності вимог, оскільки вони взаємопов'язані з усіма складовими вигорання. Результати дослідження дозволяють припустити, що цілеспрямований розвиток особистісних ресурсів дозволить зменшити ризик прояву усіх складових вигорання: емоційної виснаженості, цинізму та відчуття некомпетентності як студента.

**Інформація про автора:**

**Гречененко Анна Вячеславівна** – магістр, Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, Харків, Україна.

*Наукові інтереси:* вікова психологія, організаційна психологія, освіта.

**Автор-Кореспондент:**

Гречененко Анна Вячеславівна

**Email Автора-Кореспондента:**

anna.grechenenko@gmail.com