

## РЕФЕРАТ

Работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка использованной литературы, 8 приложений. Текст диссертации изложен на 104 страницах, проиллюстрирован 4 рисунками, 5 таблицами.

Библиографический список включает 74 источника.

**Проблема исследования.** Выявление психологических особенностей, симптомов, влияющих на эмоциональное выгорание преподавателей высшего учебного заведения, позволит разрабатывать программы профилактики и коррекции этого дезадаптационного явления.

**Цель исследования:** изучить особенности синдрома эмоционального выгорания и разработать психологическую программу, направленную на профилактику и коррекцию данного синдрома у преподавателей высшего учебного заведения.

**Объект исследования:** особенности эмоционального выгорания преподавателей высшего учебного заведения.

**Предмет исследования:** психологическая коррекция эмоционального выгорания преподавателей высшего учебного заведения.

Для проверки гипотезы и решения поставленных задач были использованы следующие **методы исследования:**

- теоретические: анализ психологической, научно-методической литературы по проблеме исследования, планирование;
- эмпирические: психодиагностические методы, методы количественного и качественного анализа полученных экспериментальных данных.

**Новизна результатов исследования.** В рамках исследования обобщены данные и классифицированы понятие и факторы, имеющиеся в отечественной и зарубежной литературе; выявлении уровней профессионального выгорания у преподавателей высшего учебного заведения. Полученные данные показывают зависимость эмоционального

выгорания от мотивационной сферы. Обозначены социальные, социально-психологические факторы, снижающие возможность возникновения синдрома, и на основании опыта проводимых ранее исследований, известных моделей антивыгорания, предложены основные принципы построения коррекционной программы и ряд профилактических рекомендаций.

**Практическая значимость исследования.** Представленные в магистерской диссертации материалы, раскрывающие особенности синдрома эмоционального выгорания у преподавателей ВУЗа и его коррекцию, могут быть использованы психологами в целях улучшения психологического здоровья преподавателей и повышения эффективности их профессиональной деятельности.

**Апробация результатов исследования.**

1. Артамонова Н.А. Факторы, влияющие на эмоциональное выгорание преподавателей ВУЗа [Текст] / Н.А. Артамонова // Психология особых состояний: от теории к практике: материалы региональной межвузовской научно-практической конференции студентов, магистрантов и аспирантов. Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2019. - С. 108-110.

2. Артамонова Н.А. Факторы, влияющие на профессиональное эмоциональное выгорание у преподавателей ВУЗа [Текст] / Н.А. Артамонова // Инновационные тенденции развития Российской науки: электронное издание. - Красноярск, 2019. – №2 – С. 205-207.

Грамота 2 степени участника Артамоновой Н.А. 12 Международной научно-практической конференции молодых ученых «Инновационные тенденции развития Российской науки». 8-9 апреля 2019, г. Красноярск.

## ABSTRACT

The work consists of introduction, three chapters, conclusion, list of references, 8 applications. The text of the dissertation is presented on 104 pages, illustrated by 4 figures, 5 tables.

The bibliographic list includes 74 sources.

**The problem of research.** Identification of psychological characteristics and symptoms that affect the emotional burnout of university professors will allow the development of programs for the prevention and correction of this maladaptation phenomenon.

**Objective:** to study the characteristics of the syndrome of emotional burnout and develop a psychological program aimed at the prevention and correction of this syndrome among university professors.

**Object of study:** features of emotional burnout of teachers of a higher educational institution.

**Subject of study:** psychological correction of emotional burnout of teachers of a higher educational institution.

To test the hypothesis and solve the tasks, the following research methods were used:

- Theoretical: analysis of psychological, scientific and methodological literature on the problem of research, planning;
- empirical: psychodiagnostic methods, methods of quantitative and qualitative analysis of the obtained experimental data.

**The novelty of the research results.** In the framework of the study, data are generalized and the concept and factors that are available in domestic and foreign literature are classified; identifying levels of professional burnout among teachers of a higher educational institution. The data obtained show the dependence of emotional burnout on the motivational sphere. Social, socio-psychological factors that reduce the likelihood of the occurrence of the syndrome are indicated, and based on the experience of previous studies, known anti-burnout models, the basic

principles of building a correction program and a number of preventive recommendations are proposed.

**The practical significance of the study.** The materials presented in the master's thesis, revealing the features of the syndrome of emotional burnout among university teachers and its correction, can be used by psychologists in order to improve the psychological health of teachers and increase the effectiveness of their professional activities.

**Testing the results of the study.**

1. Artamonova N.A. Factors affecting the emotional burnout of university teachers [Text] / N.A. Artamonova // Psychology of special conditions: from theory to practice: materials of the regional interuniversity scientific-practical conference of students, undergraduates and graduate students. Krasnoyarsk: KSPU im. V.P. Astafyev, 2019. - P. 108-110.

2. Artamonova N.A. Factors affecting professional emotional burnout among university teachers [Text] / N.A. Artamonova // Innovative trends in the development of Russian science: electronic publication. - Krasnoyarsk, 2019. - No. 2 - P. 205-207.

Diploma of the 2nd degree of the participant Artamonova N.A. 12th International Scientific and Practical Conference of Young Scientists "Innovative trends in the development of Russian science". April 8-9, 2019, Krasnoyarsk.