

7. Маркс, К. Сочинения [Текст] / К. Маркс, Ф. Энгельс. М.: Политиздат, 1954–1981. Т. 26, Ч. 1. 1962. 476 с.
8. Немчинов В.С. Экономико-математические методы и модели. М.: Мысль, 1965. 478 с.
9. Физиократы. Избранные экономические произведения [Текст] / Ф. Кенэ, А.Р.Ж. Тюрго, П.С. Дюпон де Немур. М.: Эксмо, 2008. 1200 с.
10. Milanovic B. Visions of inequality: from the French revolution to the end of the Cold War. Cambridge, Massachusetts; London, England: Belknap Press of Harvard University Press, 2023. 368 p.

DOI: 10.34773/EU.2026.4.29

**Выгорание в образовательном пространстве:
сравнительный анализ психоэмоционального благополучия
преподавателей и управленческого состава вуза
(на материалах Уфимского университета науки и технологий)***

**Burnout in the Educational Space: a Comparative Analysis of the Psycho-
Emotional Well-being of Teachers and University Management Staff
(based on the Materials of the Ufa University of Science and Technology)**

Г. ТУЛИТБАЕВА, Л. СЕЛИНА

Тулитбаева Галина Фанилевна, канд. психол. наук, заведующий кафедрой психологического сопровождения и клинической психологии Института гуманитарных и социальных наук (ИГСН) ФГБОУ ВО «Уфимский университет науки и технологий» (УУНиТ). E-mail: tulitbaevagf@rambler.ru

Селина Лада Алексеевна, старший преподаватель кафедры психологического сопровождения и клинической психологии ИГСН УУНиТ. E-mail: lada.selina@mail.ru

Аннотация. В статье рассматривается проблема эмоционального выгорания в образовательном процессе. Целью исследования стал сравнительный анализ эмоционального выгорания в образовательном пространстве вуза профессорско-преподавательского состава и управленческих подразделений. В исследовании приняли участие 374 сотрудника. Все респонденты разделены на группы в соответствии с занимаемой должностью: административно-управленческий персонал, ассистент, старший преподаватель, доцент, профессор, учебно-вспомогательный персонал. Среди представленных групп обнаружены статистически достоверные различия по показателю фазы напряжения «загнанность в клетку», а также по показателю фазы истощения «эмоциональная отстраненность». Наиболее уязвимыми по данным переменным, как показало исследование, являются ассистенты и учебно-вспомогательный персонал.

Ключевые слова: психоэмоциональное благополучие, профессиональное выгорание, эмоциональное выгорание, эмоциональное истощение, организационный стресс, профессиональный стресс, сотрудники вуза.

Abstract. The article discusses the problem of emotional burnout in the educational process. The purpose of the study was to conduct a comparative analysis of emotional burnout in the educational space of a university faculty and management units. The study involved 374 employees. All respondents were divided into groups based on their positions: administrative and management personnel, assistants, senior lecturers, associate professors, professors, and teaching assistants. Among the presented groups, there were statistically significant differences in the «caged» tension phase and the «emotional detachment» exhaustion phase. The most vulnerable groups in terms of these variables were assistants and teaching staff.

* Ссылка на статью: Тулитбаева Г.Ф., Селина Л.А. Выгорание в образовательном пространстве: сравнительный анализ психоэмоционального благополучия преподавателей и управленческого состава вуза (на материалах Уфимского университета науки и технологий) // Экономика и управление: научно-практический журнал. 2026. № 4. С. 160–160. DOI: 10.34773/EU.2026.4.29.

Key words: *psycho-emotional well-being, professional burnout, emotional burnout, emotional exhaustion, organizational stress, professional stress, university staff.*

Основные положения

1. Образовательная деятельность в современном вузе характеризуется жёсткими КРІ (показателями эффективности), многозадачностью, административными нагрузками, интенсивностью, дефицитом времени, что является условием, способствующим эмоциональному неблагополучию у сотрудников любого вида деятельности.
2. Зафиксировано дифференцированное проявление эмоционального выгорания в зависимости от должности. Наиболее уязвимыми категориями являются ассистенты и учебно-вспомогательный персонал. Ассистенты испытывают наибольшее напряжение из-за внешних травмирующих обстоятельств и профессиональной неопределенности. Учебно-вспомогательный персонал страдает от хронической тревожности, связанной с монотонностью работы и низким статусом.

Введение

Образовательное пространство современного вуза характеризуется интенсивностью деятельности, многозадачностью, административными нагрузками. Это лишь некоторые условия, способствующие росту эмоционального неблагополучия как профессорско-преподавательского состава, так и управленческого персонала. Проблема приобретает особую значимость ввиду её влияния на качество образования и психологическое здоровье сотрудников.

Синдром эмоционального выгорания способствует усталости, раздражению, апатии, ухудшению памяти и внимания, негативному отношению к работе и окружающим людям. Однако механизмы и формы проявления выгорания различаются в зависимости от типа профессии и занимаемой должности. Анализ данных позволяет предположить наличие дифференцированных моделей выгорания, что требует отдельного рассмотрения для эффективной профилактики и устранения негативных последствий данного явления.

Данный феномен впервые описал американский психиатр Герберт Фрейденбергер в конце XX века применительно к представителям помогающих профессий (врачи, педагоги, психологи). Впоследствии было доказано, что данное явление характерно практически для всех видов профессиональной деятельности, сопряжённых с длительным контактом с людьми и нагрузками [7].

Различные профессиональные категории предъявляют разные требования к своим работникам. Так, профессиональная деятельность преподавателей связана преимущественно с непосредственной коммуникацией с обучающимися, обеспечением высокого уровня информированности и моральной поддержкой студентов и магистрантов. Это накладывает отпечаток на типичный перечень симптомов выгорания: преподаватели чаще испытывают чувство утраты сил, интерес к обучению новых поколений снижается, они ощущают отчуждённость от учеников и коллег.

Исследования К. Двек показали, что чаще испытывают выгорание преподаватели с «фиксированным мышлением», а те, у кого «гибкое мышление», более устойчивы к стрессам [8].

Исследования Т.В. Форманюк [6] описывают, что на выгорание в вузе влияет конфликт между традиционной академической свободой и нарастающей «академической капитализацией» – требованиями постоянной результативности (гранты, публикации, индексы).

Административный персонал вуза часто остается «в тени» и проблема их выгорания практически не рассматривается в исследованиях. Однако по полученным нами данным, для этих сотрудников характерна гораздо большая выраженность симптома выгорания, чем для преподавателей, о чем авторы писали в предыдущих статьях. Считаем, что ключевыми факторами в развитии симптома является монотонность, рутинность, ощущение «невидимости».

Для управленческих позиций характерны профессиональные условия: управление коллективом, принятие стратегических решений, ответственность за общее функционирование учреждения. Они чаще подвержены хроническому стрессу, вызванному высокой ответственностью, отсутствием права на ошибку и недостатком времени на отдых и восстановление. Именно

здесь проявляется усталость от постоянного напряжения, раздражительность, склонность к конфронтациям и уходу от ответственности.

При изучении вопроса важно учитывать взаимодействие указанных аспектов и рассматривать процесс выгорания как динамическую систему, зависящую от ряда внешних и внутренних факторов.

Целью нашего исследования стал сравнительный анализ эмоционального выгорания профессорско-преподавательского состава и управленческих подразделений в образовательном пространстве вуза.

Методы

Методом исследования выступило тестирование с применением валидной и надежной психодиагностической методики – методики диагностики уровня эмоционального выгорания (В.В. Бойко).

Выборкой исследования стали сотрудники вуза: административно-управленческий и профессорско-преподавательский состав Уфимского университета науки и технологий. Количество респондентов – 374 человека. Средний возраст по выборке составил 49 лет. Согласно должностям, в исследовании приняли участие представители административно-управленческого (78 человек) и учебно-вспомогательного персонала (49 человек), ассистенты (25 человек), доценты (153 человек), профессора (23 человек), старшие преподаватели (46 человек). Исследование проводилось в марте – апреле 2025 г.

Математическая обработка полученных данных произведена с помощью критерия Колмогорова-Смирнова в программном обеспечении SPSS (версия 17.0).

Результаты исследования и их обсуждение

Результаты исследования в рангах для выделенных групп представлены в таблице.

Рассмотрим и проанализируем различия по каждой из представленных фаз эмоционального выгорания: напряжение, резистенция и истощение.

Первая фаза – **напряжение**. Наибольшие значения наблюдаются у ассистентов (201,32) и учебно-вспомогательного персонала (200,15).

Значимые различия проявлены по показателю фазы напряжения «загнанность в клетку» ($p=0,04^*$). Высокий показатель наблюдается у группы респондентов, относящихся к административно-управленческому и учебно-вспомогательному персоналу. Это характеризуется комплексом факторов, связанных с особенностями профессиональной деятельности, организационной средой и личностными характеристиками. В ряде исследований особое внимание уделяется:

- неопределённости и нестабильности условий работы, связанных с частыми реорганизациями, изменениями требований со стороны руководства и необходимостью принимать решения с высокой социальной ответственностью [2];
- дефицитом психоэмоциональных ресурсов, связанных с возникающими у них противоречиями между требуемой мобилизацией ресурсов для выполнения задач и реальными возможностями личности [1];
- отсутствием поддержки и признанием, что усиливает чувство одиночества и неудовлетворённости, тем самым приводя к серьёзному истощению [3];
- перфекционизмом и высоким требованием к себе [5];
- высокой эмоциональной и когнитивной нагрузкой [4].

По другим переменным фазы напряжения фиксируются следующие результаты: по переменной «переживание психотравмирующих обстоятельств» наибольший показатель демонстрируют ассистенты (214,84); «неудовлетворенность собой» – доценты (197,11); «тревога и депрессия» проявлена у учебно-вспомогательного персонала (202,27). Такие данные свидетельствуют о дифференцированной структуре стрессоров для каждой категории работников. Если ассистенты больше страдают от внешних травмирующих обстоятельств, а доценты – от внутренних конфликтов самооценки, то учебно-вспомогательный персонал испытывает хроническую эмоциональную напряжённость, переходящую в тревожно-депрессивные состояния.

Показатели эмоционального выгорания у сотрудников вуза, ранг

Фазы эмоционального выгорания		Должности						
		Административно-управленч. персонал (n = 78)	Ассистент (n = 25)	Старший преподаватель (n = 46)	Доцент (n = 153)	Профессор (n = 23)	Учебно-вспомогат. персонал (n = 49)	Уровень значимости различий
	Фаза «напряжение»	192,10	201,32	173,98	183,41	175,77	200,15	0,78
Показатели фазы	Переживание психотравмирующих обстоятельств	192,65	214,84	178,66	188,88	174,13	195,32	0,69
	Неудовлетворенность собой	181,53	195,54	177,90	197,11	175,50	185,70	0,82
	«Загнанность в клетку»	207,48	176,84	182,73	170,61	163,75	211,66	0,04*
	Тревога и депрессия	182,45	196,64	172,13	189,50	188,94	202,27	0,79
	Фаза «резистенция»	189,27	205,88	162,49	184,13	185,65	208,01	0,40
Показатели фазы «резистенция»	Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование	177,79	188,12	174,21	189,64	214,46	201,56	0,56
	Эмоционально-нравственная дезориентация	199,45	196,22	173,93	178,35	197,23	189,84	0,65
	Расширение сферы экономики эмоций	193,03	216,66	168,49	184,44	146,54	207,30	0,11
	Редукция профессиональных обязанностей	188,56	208,78	160,36	182,63	198,13	207,83	0,29
	Фаза «истощение»	196,28	222,26	170,54	173,96	186,94	203,18	0,19
Показатели фазы «истощение»	Эмоциональный дефицит	196,42	184,22	172,85	185,56	189,08	188,50	0,89
	Эмоциональная отстраненность	207,66	218,78	176,23	162,75	170,31	213,36	0,00*
	Личностная отстраненность (деперсонализация)	186,24	229,00	189,24	172,90	187,21	205,99	0,15
	Психосоматические и психовегетативные нарушения	193,84	216,04	158,45	181,08	196,94	199,27	0,23

* различия между группами значимы при $p \leq 0,05$.

Вторая фаза эмоционального выгорания – **резистенция**. По данной фазе ассистенты и учебно-вспомогательный персонал показывают более высокие значения. По остальной категории респондентов значимые различия отсутствуют ($p > 0,05$), за исключением некоторых показателей «резистенции», где различия незначительны.

«Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование» – высокие значения у ассистентов (188,12). Такие показатели могут быть обусловлены совокупностью следующих факторов:

– Недостаток профессионального опыта. Ассистенты, как правило, – начинающие специалисты. Им сложнее регулировать эмоциональные реакции в сложных педагогических и коммуникативных ситуациях (конфликты со студентами, давление администрации, многозадачность);

– Ролевая неопределённость. Ассистенты часто выполняют разноплановую работу (учебную, методическую, организационную), не имея чётких границ обязанностей. Это провоцирует «выборочное» реагирование: эмоциональная вовлечённость только в интересные/выгодные задачи, игнорирование остальных;

– Высокая нагрузка при низкой автономии. Необходимость следовать жёстким инструкциям без права на инициативу приводит к эмоциональному «отсеиванию»: ассистент реагирует лишь на те стимулы, которые считает значимыми, игнорируя остальные;

– Стратегии психологической защиты. В условиях хронического стресса ассистенты могут осознанно или неосознанно ограничивать эмоциональный отклик (например, «отключаться» при общении с трудными студентами), что фиксируется как неадекватная избирательность;

По показателю «эмоционально-нравственная дезориентация» второй фазы выгорания самый высокий показатель имеют доценты (199,45). Максимальные показатели у доцентов отражают специфику их профессиональной позиции:

– размывание профессиональной идентичности. От доцента ожидают одновременно глубокой предметной экспертизы, инновационности в преподавании, лояльности к административным решениям;

– давление институциональных норм. Жёсткие КРП (показатели эффективности) в науке и образовании вынуждают доцентов идти на компромиссы (например, формальные публикации, снижение требований к студентам), что порождает чувство нравственной несостоятельности;

– опыт «выгорания середины карьеры». Доценты часто переживают кризис профессионального роста: они уже не новички, но ещё не профессора. Это усиливает ощущение «застоя» и сомнения в собственной компетентности, что проявляется как дезориентация в морально-эмоциональной сфере.

Третья фаза эмоционального выгорания – **истощение**. Ассистенты и учебно-вспомогательный персонал демонстрируют наиболее высокие значения по шкалам данной фазы. Значимые различия проявлены в показателе «эмоциональная отстранённость» ($p = 0,00^*$) у ассистентов и учебно-вспомогательного персонала (218,78 и 213,36, соответственно).

Для ассистентов – это, в первую очередь, дефицит ресурсов (времени, опыта, полномочий) для полноценного эмоционального вовлечения; многозадачность и необходимость «отключаться» от эмоционально насыщенных ситуаций (конфликты со студентами, давление руководства); страх ошибок из-за недостаточной профессиональной уверенности, ведущий к дистанцированию; нечёткость ролевых границ – необходимость выполнять разнородные функции без возможности глубокого погружения в каждую.

Для учебно-вспомогательного персонала – это рутинизация труда: монотонная работа снижает эмоциональную вовлечённость; низкая статусность должности и ощущение недооценённости, провоцирующее «эмоциональное выгорание»; ограниченная автономия – невозможность влиять на процессы ведёт к пассивности и отстранённости; перегрузка административными задачами, вытесняющая личностное взаимодействие.

Таким образом, у обеих групп отстранённость выступает защитным ответом на перегрузку и отсутствие условий для полноценной эмоциональной реализации.

Кроме того, согласно полученным результатам, по третьей фазе выгорания профессора имеют самый высокий показатель по переменной «личностная отстранённость (деперсонализация)» (229,00). Максимальные показатели у профессоров отражают специфику их профессиональной позиции и могут быть обусловлены: эмоциональной перегрузкой от многолетней работы. Длительный стаж в эмоционально насыщенной среде (преподавание, научное руководство, экспертиза) истощает ресурсы эмпатии. Ролевой конфликт проявляется в необходимости сочетать функции наставника, исследователя, администратора; давление КРП (публикации, гранты,

отчётность) вытесняет личностное взаимодействие; происходит разрыв между идеализированными представлениями о профессии и реальными обязанностями.

Помимо этого, проявляется защитный цинизм. Для совладания с профессиональными вызовами профессора могут обесценивать значимость отдельных взаимодействий («это просто работа»); дистанцироваться от студентов и коллег, чтобы избежать эмоционального истощения; сводить общение к формальным шаблонам. Также для профессоров характерно ощущение профессиональной изоляции. Высокий статус нередко сопровождается дефицитом доверительных отношений внутри коллектива, а также необходимостью скрывать уязвимости, что усиливает отчуждение; чувством «одинокости на вершине» – отсутствием равных по статусу собеседников для рефлексии.

Проявление когнитивного диссонанса связано с конфликтом между желанием влиять на образовательный процесс и бюрократическими ограничениями; стремлением к инновациям и консервативными требованиями системы.

Заключение

Проведенное исследование состояния психоэмоционального благополучия позволило выявить существенные особенности проявления эмоционального выгорания у различных категорий сотрудников вуза.

Выявлено дифференцированное проявление эмоционального выгорания в зависимости от должностного статуса. Наиболее уязвимыми категориями оказались ассистенты и учебно-вспомогательный персонал, демонстрирующие высокие показатели по всем фазам выгорания.

Установлено, что ассистенты испытывают наибольшее напряжение из-за внешних травмирующих обстоятельств и профессиональной неопределенности. Учебно-вспомогательный персонал страдает от хронической тревожности и депрессивных состояний, связанных с монотонностью работы и низким статусом. Доценты демонстрируют высокую эмоционально-нравственную дезориентацию, что связано с профессиональным кризисом середины карьеры и конфликтом между различными аспектами деятельности. Профессора показывают наивысшие показатели личностной отстраненности как результат длительного профессионального стажа и накопившегося эмоционального истощения.

Выявлены специфические механизмы защиты для каждой категории: ассистенты используют избирательное эмоциональное реагирование; доценты сталкиваются с нравственной дезориентацией; профессора применяют деперсонализацию как защитный механизм; учебно-вспомогательный персонал развивает эмоциональную отстраненность.

Полученные результаты подчеркивают необходимость комплексного подхода к проблеме эмоционального выгорания в образовательной среде и важность учета должностных особенностей при разработке профилактических мер.

Эффективная профилактика требует комплексного подхода, включающего как организационные изменения, так и индивидуальную психологическую поддержку.

Перспективами дальнейшего исследования является выделение сравнительных характеристик эмоционального выгорания у сотрудников разных возрастов и стажа; выявление взаимосвязи эмоционального выгорания и потребностей сотрудников в профессиональной деятельности.

Литература

1. Белоусова С.С. Характеристики профессионального выгорания административно-управленческого персонала российских образовательных организаций в условиях внедрения инновационных технологий // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. 2021. Т. 18, № 1. С. 194–216. DOI 10.22363/2313-1683-2021-18-1-194-216.
2. Виданова Ю.И. Особенности психического выгорания и преодолевающего поведения у административных работников государственной службы: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.03 [Место защиты: Рос. гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена]. Санкт-Петербург, 2008. 25 с.

3. Гречкина Т.Т. Исследование: самоотношение и выгорание руководителей [Электронный ресурс]. URL: <https://www.b17.ru/article/673831/>
4. Кисова В.В., Катушенко О.А. Исследование синдрома эмоционального выгорания у менеджеров коммерческой организации // Международный студенческий научный вестник. 2017. № 5 [Электронный ресурс]. URL: <https://eduherald.ru/ru/article/view?id=17789>
5. Михайлова О.Б. Эмоциональное выгорание: специфика проявлений у работников городской администрации / О.Б. Михайлова, И.А. Медведева, М.И. Кущазли // Человеческий капитал. 2022. № 6(162). С. 125–131. DOI 10.25629/НС.2022.06.15.
6. Форманюк Т. В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя // Вопросы психологии. 1994. № 6. С. 57–64.
7. Canter M.B., Freudenberger L. Herbert J. Freudenberger (1926–1999) // American Psychologist, 2001. Vol. 56, No. 12. P. 1171.
8. Mangels J.A., Butterfield B., Lamb J., Good C., Dweck C.S. Why do beliefs about intelligence influence learning success? A social cognitive neuroscience model // Social Cognitive and Affective Neuroscience. 2006. Vol. 1, No. 2. P. 75–86. DOI 10.1093/scan/nsl013.

DOI: 10.34773/EU.2026.4.30

К вопросу о демографической ситуации в Республике Башкортостан в 2025 году*

On the Issue of Demography of the Republic of Bashkortostan in 2025

В. ПРУДНИКОВ, Д. РЯБУХА

Прудников Вадим Борисович, канд. техн. наук, доцент кафедры статистики и бизнес-информатики ФГБОУ ВО «Уфимский университет науки и технологий» (УУНиТ). E-mail: prudnikov.bgu@mail.ru
Рябуха Дарья Сергеевна, студент кафедры статистики и бизнес-информатики УУНиТ. E-mail: dashariabuha@gmail.com.

Аннотация. В рамках данного исследования проведён сравнительный анализ демографической структуры населения Республики Башкортостан и Российской Федерации 2025 г. в сравнении с 1990 г., а также моделей рождаемости (1990 и 2022 гг.) на основе данных официальной статистики. Результаты анализа позволяют выявить специфику демографического развития Башкортостана в сравнении с общероссийскими трендами, а также сформулировать ключевые выводы, требующие учёта при разработке региональной и федеральной социально-демографической политики.

Ключевые слова: демография, структура населения, смертность, рождаемость, Республика Башкортостан.

Abstract. This study conducted a comparative analysis of the demographic structure of the Republic of Bashkortostan and the Russian Federation in 2025 compared to 1990, as well as fertility patterns (1990 and 2022) based on official statistics. The results of the analysis allow us to identify the specific features of Bashkortostan's demographic development in comparison with national trends, and to formulate key conclusions that require consideration in the development of regional and federal socio-demographic policies.

Key words: demography, population structure, mortality, fertility, Republic of Bashkortostan.

* Ссылка на статью: Прудников В.Б., Рябуха Д.С. К вопросу о демографической ситуации в Республике Башкортостан в 2025 году // Экономика и управление: научно-практический журнал. 2026. № 4. С. 166–170. DOI: 10.34773/EU.2026.4.30.