

## ПСИХОЛОГИЯ САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ В ОБРАЗОВАНИИ И ПРОФЕССИИ | PSYCHOLOGY OF PERSONAL SELF-DETERMINATION IN EDUCATION AND VOCATIONAL IDENTITY DEVELOPMENT

Научная статья | Original paper

### Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии

И.В. Воробьева ✉, А.И. Матвеева

Уральский государственный педагогический университет, Екатеринбург, Российская  
Федерация

✉ [lorisha@mail.ru](mailto:lorisha@mail.ru)

#### Резюме

**Контекст и актуальность.** Исследование посвящено проблеме эмоционального выгорания молодых педагогов, которое негативно влияет на их профессиональную удовлетворенность и повышает риск ухода из профессии. Актуальность работы обусловлена кризисом педагогических кадров, старением преподавательского состава и высокой текучестью молодых специалистов.

**Цель.** Изучить взаимосвязь эмоционального выгорания с удовлетворенностью трудом и намерением покинуть профессию среди молодых педагогов, а также выявить различия между педагогами разных уровней образования. **Гипотеза.** У молодых педагогов уровень эмоционального выгорания отрицательно связан с профессиональной удовлетворенностью и положительно связан с намерением покинуть педагогическую деятельность. Существуют значимые различия в уровне эмоционального выгорания, профессиональной удовлетворенности и намерении покинуть профессию среди молодых педагогов разных уровней образования (дошкольного, общего среднего, среднего профессионального и высшего). **Методы и материалы.** В исследовании приняли участие 610 молодых педагогов из России: 567 женщин (93%) и 43 мужчины (7%), средний возраст респондентов составил 31,02 года ( $SD = 6,26$ ), а средний стаж педагогической деятельности — 7,29 лет ( $SD = 5,87$ ). Использовались методика ВАТ (“Burnout Assessment Tool”) для оценки выгорания и авторский опросник для измерения удовлетворенности трудом и готовности уйти из профессии. Данные анализировались с помощью корреляционного и дисперсионного анализа. **Результаты.** Обнаружены сильные отрицательные корреляции между эмоциональным выгоранием и удовлетворенностью профессией, а также положительные корреляции с намерением уйти из профессии. Учителя школ

Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

демонстрируют наиболее высокий уровень выгорания, воспитатели детских садов сохраняют высокую удовлетворенность, несмотря на стресс, а преподаватели вузов имеют низкую удовлетворенность при умеренном выгорании. Готовность полностью уйти из профессии сильнее связана с выгоранием, чем намерение сменить место работы или должность. **Выводы.** Исследование подтверждает критическое влияние эмоционального выгорания на профессиональную дезадаптацию педагогов. Результаты подчеркивают необходимость дифференцированных мер профилактики выгорания для разных категорий педагогов, а также важность поддержки профессиональной идентичности для удержания кадров в системе образования.

**Ключевые слова:** эмоциональное выгорание, молодые педагоги, удовлетворенность трудом, текучесть кадров, уход из профессии

**Для цитирования:** Воробьева, И.В., Матвеева, А.И. (2025). Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии. *Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337. <https://doi.org/10.17759/bppe.2025220420>

## The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession

I.V. Vorobyova✉, A.I. Matveeva

Ural State Pedagogical University, Yekaterinburg, Russian Federation

✉ [lorisha@mail.ru](mailto:lorisha@mail.ru)

### Abstract

**Context and relevance.** The study is devoted to the problem of emotional burnout of young teachers, which negatively affects their professional satisfaction and increases the risk of leaving the profession. The relevance of the work is due to the crisis of teaching staff, the aging of the teaching staff and the high turnover of young professionals. **Objective.** To study the relationship of emotional burnout with job satisfaction and the intention to leave the profession among young teachers, as well as to identify differences between teachers of different levels of education. **Hypothesis.** Among young teachers, the level of emotional burnout is negatively associated with professional satisfaction and positively associated with the intention to leave teaching. There are significant differences in the level of emotional burnout, professional satisfaction, and intention to leave the profession among young teachers at different levels of education (preschool, general secondary, vocational secondary, and higher). **Methods and materials.** The study involved 610 young teachers from Russia: 567 women (93%) and 43 men (7%), the average age of the respondents was 31.02 years (SD = 6.26), and the average teaching experience was 7.29 years (SD = 5.87). The BAT ("Burnout Assessment Tool") methodology was used to assess burnout and the

Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых  
педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью  
ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4),  
321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
The relationship of emotional burnout of young  
teachers with job satisfaction and willingness to  
leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*,  
22(4), 321—337.

author's questionnaire to measure job satisfaction and willingness to leave the profession. The data was analyzed using correlation and variance analysis. **Results.** Strong negative correlations were found between emotional burnout and job satisfaction, as well as positive correlations with the intention to leave the profession. School teachers demonstrate the highest level of burnout, kindergarten teachers maintain high satisfaction despite stress, and university teachers have low satisfaction with moderate burnout. The willingness to completely leave the profession is more strongly associated with burnout than the intention to change jobs or positions. **Conclusions.** The study confirms the critical impact of emotional burnout on the professional maladaptation of teachers. The results highlight the need for differentiated burnout prevention measures for different categories of teachers, as well as the importance of professional identity support for staff retention in the education system.

**Keywords:** emotional burnout, young teachers, job satisfaction, staff turnover, retirement from the profession

**For citation:** Vorobyova, I.V., Matveeva, A.I. (2025). The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession. *Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/bppe.2025220420>

## Введение

В последние годы достаточно остро стоит задача обеспеченности кадрами педагогической профессии, решение которой невозможно без глубокого понимания сложившейся ситуации и определения факторов, оказывающих на нее потенциальное влияние. Так, помимо привлечения абитуриентов к выбору профессии педагога, внимание общественности сосредоточено на вопросах сохранения и поддержания педагогических кадров при непосредственном выполнении профессиональной деятельности. В данном аспекте многие специалисты констатируют закономерное «старение» педагогического сообщества. По некоторым прогнозам, к 2025 году каждый третий педагог общеобразовательной школы будет старше 55 лет, а к 2030 году — старше 60 лет (Васильева, Лебедев, Суменова, 2021). При этом опросы выпускников педагогических колледжей и вузов показывают, что после окончания обучения по профессии планируют работать чуть более половины из них (Фетюков, Леонидова, 2024). С учетом этого необходимость закрепления молодых специалистов в профессии становится актуальной оперативной и стратегической задачей (Бычинская, 2023), которая стоит перед администрацией образовательных учреждений, органами управления образованием, педагогическими вузами и колледжами, занимающимися подготовкой будущих педагогов (Радченко, Сахариева, 2024).

Причины, по которым выпускники педагогических вузов и молодые педагоги уходят из профессии, имеют сложный характер. Так, в частности зарубежные (Кочетков и др., 2023; Wright и др., 2019) и отечественные (Воскресасенко, 2023) авторы подчеркивают, что программы подготовки учителей не дают им навыков для адаптации к динамичной школьной среде и формирования профессиональной стрессоустойчивости (Хадарцев, Токарев, Трефилова, 2019), поскольку фокусируются на удовлетворении потребностей учеников. При

Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

этом последние научные исследования показывают, что, сталкиваясь с рядом сложностей, именно молодые педагоги становятся наиболее уязвимой группой к эмоциональному выгоранию (Молчанова, 2024). Молодые специалисты, полные энтузиазма и стремления к самореализации, сталкиваются с рядом специфических трудностей, которые в совокупности приводят к эмоциональному истощению, снижению мотивации и, как следствие, к уходу из профессии (Терюшкова, 2024). Начало карьеры связано с адаптацией к новым условиям, высоким уровнем ответственности, необходимостью осваивать сложные методики, выстраивать отношения с учениками, родителями и коллегами (Семенов, Герлис, 2022). Неопытность и отсутствие развитых стратегий преодоления стресса делают молодых педагогов особенно восприимчивыми к профессиональному истощению. Это ставит под угрозу их мотивацию (Мамонова, Сидорина, Атласова, 2024), энтузиазм и способность эффективно выполнять свою работу. Недостаток опыта и поддержки со стороны более опытных коллег усугубляет ситуацию, делая адаптацию к новым условиям еще более сложной. Молодые учителя часто чувствуют себя одинокими и беспомощными в решении возникающих проблем, что приводит к повышению уровня стресса и тревожности и, как следствие, уходу из профессии. Кроме того, высокие требования и ожидания со стороны администрации школы, учеников и их родителей создают дополнительное давление, вынуждая молодых педагогов постоянно доказывать свою компетентность (Борисов, 2023). Страх совершить ошибку, неуверенность в своих силах и стремление соответствовать высоким стандартам приводят к перегрузке и истощению эмоциональных ресурсов. Низкая заработная плата и недостаточная социальная поддержка также являются важными факторами, снижающими устойчивость профессионального выбора молодого специалиста (Канаева, Рондолева, 2023). Финансовая нестабильность и отсутствие признания со стороны общества снижают мотивацию к работе и создают ощущение несправедливости. В результате молодые учителя, не получив своевременной поддержки и не научившись эффективно справляться со стрессом, либо переходят в теневой сегмент образования (репетиторство), либо вовсе уходят из профессии. Такого рода «текучесть кадров» влечет за собой нестабильность в образовательных учреждениях и снижение качества образования, что, в свою очередь, препятствует эффективному внедрению современных образовательных стандартов.

Настоящее исследование направлено на изучение эмоционального выгорания в контексте профессиональной удовлетворенности и намерений покинуть педагогическую деятельность среди молодых педагогов, а также на выявление его специфики у педагогов разных уровней образования. Для достижения поставленной цели были сформулированы следующие исследовательские вопросы:

1. Какова взаимосвязь эмоционального выгорания, удовлетворенности профессиональной деятельностью и готовности покинуть профессию у молодых педагогов?
2. Существуют ли различия в уровне эмоционального выгорания и удовлетворенности профессией, а также сформированности намерений покинуть педагогическую деятельность у молодых педагогов дошкольного, общего среднего, среднего профессионального и высшего образования?

Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

### Материалы и методы

Данные были собраны в мае—июне 2025 года посредством онлайн-опроса молодых педагогов Российской Федерации, осуществляющих свою профессиональную деятельность в образовательных организациях дошкольного образования (детские сады), общего среднего образования (школы, лицеи, гимназии), среднего специального образования (колледжи, техникумы), а также образовательных организациях высшего образования. В исследовании приняли участие 610 молодых педагогов, из которых 43 мужчины и 567 женщины. Средний возраст — 31,02 года ( $\sigma = 6,26$ ), средний стаж педагогической деятельности — 7,29 лет ( $\sigma = 5,87$ ).

Для выявления уровня эмоционального выгорания и степени выраженности отдельных его симптомов была использована стандартизированная методика — Тест оценки выгорания “Burnout Assessment Tool” — BAT (Schaufeli, De Witte, Desart, 2020). Согласно концепции авторов, структура эмоционального выгорания включает в себя 4 основных компонента (истощение, внутреннее дистанцирование, когнитивные затруднения, эмоциональные затруднения) и 2 вторичных (сопутствующих) симптома (психологические и психосоматические жалобы). По итогам заполнения теста также рассчитывается общий интегративный показатель уровня эмоционального выгорания.

Для оценки уровня удовлетворенности профессией и сформированности намерений покинуть педагогическую деятельность был создан авторский опрос, в котором респондентам было предложено оценить по 10-балльной шкале общую удовлетворенность выбранной профессией/конкретной образовательной организацией/должностью и обязанностями, а также готовность сменить профессию/образовательную организацию/должность в текущей организации. На основании полученных результатов были рассчитаны средние арифметические значения уровня удовлетворенности профессиональной деятельностью и готовности сменить профессию.

Полученные данные обрабатывались методами математико-статистического анализа (однофакторный дисперсионный анализ; корреляционный анализ, критерий Спирмена) с использованием статистического пакета SPSS Statistics.

### Результаты

Для проверки гипотез, связанных с первым исследовательским вопросом, был проведен корреляционный анализ (коэффициент ранговой корреляции Спирмена) между показателями эмоционального выгорания (общий показатель и отдельные компоненты по методике BAT), 4 показателями удовлетворенности профессией и 4 показателями намерения покинуть педагогическую деятельность (см. табл. 1).

Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
 Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
 The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

Таблица 1 / Table 1

**Связь между выраженностью эмоционального выгорания и показателями удовлетворенности профессиональной деятельностью и готовности покинуть профессию у молодых педагогов (N = 610)**

**The relationship between the severity of emotional burnout and indicators of professional satisfaction and willingness to leave the profession among young teachers (N=610)**

Переменная / Variable	Шкалы BAT / BAT scales						
	Истощение / Exhaustion	Внутреннее дистанцирование / Internal distancing	Когнитивные затруднения / Cognitive difficulties	Эмоциональные затруднения / Emotional difficulties	Психологические жалобы / Psychological complaints	Психосоматические жалобы / Psychosomatic complaints	Общий балл ЭВ / The general level of emotional burnout
Удовлетворенность выбранной профессией / Satisfaction with the chosen profession	-,432*	-,471*	-,291*	-,352*	-,305*	-,225*	-,426*
Удовлетворенность конкретной образовательной организацией / Satisfaction with a specific educational organization	-,400*	-,404*	-,281*	-,318*	-,291*	-,249*	-,399*
Удовлетворенность должностью и обязанностями / Satisfaction with the position and responsibilities	-,456*	-,448*	-,292*	-,325*	-,327*	-,248*	-,437*
Готовность сменить профессию / Willingness to change professions	,300*	,429*	,271*	,281*	,223*	,200*	,348*
Готовность сменить образовательную организацию / Willingness	,242*	,309*	,237*	,220*	,171*	,200*	,281*

Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
 Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
 The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

to change educational organizations							
Готовность сменить должность в текущей образовательной организации / Willingness to change positions in the current educational organization	,157*	,292*	,187*	,200*	,097	,145*	,216*
Общий уровень удовлетворенности профессиональной деятельностью / Overall level of professional satisfaction	-,494*	-,506*	-,335*	-,381*	-,364*	-,281*	-,487*
Общий уровень готовности покинуть профессию / The general level of willingness to leave the profession	,282*	,405*	,275*	,274*	,202*	,214*	,337*

*Примечание:* «\*» — корреляция значима на уровне 0,01 (двусторонняя).  
*Note:* «\*» — correlation is significant at the 0,01 level (two-sided).

Результаты корреляционного анализа выявили устойчивые и статистически значимые связи между уровнем эмоционального выгорания, показателями удовлетворенности трудом и готовностью покинуть профессию у молодых педагогов. Было обнаружено, что все компоненты эмоционального выгорания отрицательно коррелируют с удовлетворенностью профессиональной деятельностью. Наиболее сильные обратные связи зафиксированы у общего уровня удовлетворенности профессиональной деятельностью с интегральным показателем эмоционального выгорания (-0,487) и внутренним дистанцированием (-0,506). Компоненты истощения и эмоциональных затруднений также продемонстрировали существенную отрицательную связь с удовлетворенностью, в то время как психосоматические жалобы оказали наименьшее влияние.

Что касается готовности покинуть профессию, здесь были выявлены положительные корреляции со всеми аспектами эмоционального выгорания. Внутреннее дистанцирование и общий балл выгорания показали наиболее выраженную связь с намерением сменить профессию (0,405 и 0,337 соответственно). При этом готовность уйти из профессии в целом сильнее связана с выгоранием, чем намерение сменить образовательную организацию или должность в рамках текущего места работы.

Для ответа на второй исследовательский вопрос о различиях в уровне эмоционального выгорания, профессиональной удовлетворенности и намерений покинуть профессию был

Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
 Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
 The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

проведен однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA) с последующим сравнением средних значений. Результаты представлены в табл. 2.

Таблица 2 / Table 2

**Различия в уровне эмоционального выгорания и удовлетворенности профессией, а также сформированности намерений покинуть педагогическую деятельность у педагогов разного уровня образования (N = 610)**

**Differences in the level of emotional burnout and satisfaction with the profession, as well as the formation of intentions to leave teaching among teachers of different levels of education (N = 610)**

Параметры / Parameters	F	Значимость / Significance	Среднее значение / The average value			
			Дошкольное образование / Pre-school education	Общее среднее образование / General secondary education	Средне профессиональное образование / Secondary vocational education	Высшее образование / Higher education
Показатели BAT / BAT scales						
Истощение / Exhaustion	8,381	0	21,63	24,69	22,29	22,77
Внутреннее дистанцирование / Internal distancing	4,697	,003	9,88	11,28	10,94	11,5
Психологические жалобы / Psychological complaints	8,436	0	11,35	13,43	12,33	12,73
Психосоматические жалобы / Psychosomatic complaints	8,16	0	11,02	12,83	11,76	11,62
Общий балл эмоционального выгорания / The general level of emotional burnout	7,268	0	73,85	83,82	78,27	80,61



Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
 Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых  
 педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью  
 ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4),  
 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
 The relationship of emotional burnout of young  
 teachers with job satisfaction and willingness to  
 leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*,  
 22(4), 321—337.

<b>Показатели уровней удовлетворенности профессиональной деятельности и готовности покинуть профессию / Indicators of levels of professional satisfaction and willingness to leave the profession</b>						
Удовлетворенность выбранной профессией / Satisfaction with the chosen profession	5,098	,002	<b>8,30</b>	7,66	8,14	<b>7,38</b>
Удовлетворенность должностью и обязанностями / Satisfaction with the position and responsibilities	4,707	,003	<b>8,36</b>	7,69	7,81	<b>7,65</b>
Общий уровень удовлетворенности / Overall satisfaction level	4,681	,003	<b>8,3</b>	7,73	7,91	<b>7,46</b>

Результаты дисперсионного анализа выявили статистически значимые различия в уровне эмоционального выгорания и профессиональной удовлетворенности у педагогов разных уровней образования. Наиболее сложная ситуация наблюдается у учителей общего среднего образования, которые продемонстрировали наивысшие показатели по всем компонентам эмоционального выгорания. Особенно выраженными оказались уровни истощения ( $X_{cp} = 24,69$ ), психологических ( $X_{cp} = 13,43$ ) и психосоматических ( $X_{cp} = 12,83$ ) жалоб, что существенно превышает аналогичные показатели других групп. При этом их общий балл выгорания ( $X_{cp} = 83,82$ ) оказался достоверно выше, чем у коллег из других образовательных учреждений.

Воспитатели дошкольных образовательных учреждений, несмотря на относительно высокие показатели выгорания ( $X_{cp} = 78,85$ ), сохраняют наибольший уровень как общей удовлетворенностью профессией ( $X_{cp} = 8,30$ ), так и удовлетворенностью конкретной должностью и выполняемыми обязанностями ( $X_{cp} = 8,36$ ).

Преподаватели высшей школы показали специфический профиль: при средних значениях по большинству компонентов выгорания у них отмечается наиболее выраженное внутреннее дистанцирование ( $X_{cp} = 11,50$ ) и одновременно самая низкая профессиональная удовлетворенность как выбранной профессией ( $X_{cp} = 7,38$ ), так и конкретной должностью и выполняемыми обязанностями ( $X_{cp} = 7,65$ ). Данный результат требует дополнительного изучения, так как может отражать особенности академической среды.

Педагоги среднего профессионального образования занимают промежуточное положение по всем исследуемым параметрам, не демонстрируя ни крайне высоких, ни крайне низких показателей. Их профиль можно охарактеризовать как наиболее сбалансированный среди всех исследуемых групп.

Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

Стоит отметить, что результаты однофакторного дисперсионного анализа указывают на то, что показатели готовности покинуть профессиональную деятельность (включая готовность сменить профессию, образовательную организацию, должность в текущей организации, а также общий уровень готовности уйти) не продемонстрировали статистически значимых различий между педагогами разных уровней образования.

### Обсуждение результатов

Настоящее исследование было направлено на изучение взаимосвязи эмоционального выгорания с профессиональной удовлетворенностью и намерениями покинуть педагогическую деятельность среди молодых педагогов, а также на выявление различий между педагогами разных уровней образования. Полученные результаты позволяют сделать ряд важных выводов, которые согласуются с существующими теоретическими представлениями, но также выявляют некоторые специфические закономерности, требующие дополнительного осмысления.

В первую очередь, необходимо констатировать подтверждение выраженной отрицательной связи между эмоциональным выгоранием и удовлетворенностью профессией, а также положительной связи с намерением покинуть педагогическую профессию. Это согласуется с моделью BAT (Schaufeli, De Witte, Desart, 2020), где выгорание рассматривается как процесс дезадаптации, ведущий к снижению вовлеченности и увеличению дистанцирования от работы. Наиболее значимыми предикторами неудовлетворенности оказались истощение и внутреннее дистанцирование, что соответствует данным о роли эмоционального истощения как ключевого компонента выгорания (Maslach, Leiter, 2016). Однако важно отметить, что даже при высоком выгорании часть педагогов (особенно в дошкольном образовании) сохраняет относительно высокую удовлетворенность своим трудом. Это может объясняться наличием компенсаторных факторов, таких как привязанность к детям (Воробьева, 2022), высокий эмоциональный отклик или автономия в работе. Полученные результаты подтверждают, что эмоциональное выгорание, особенно его основные компоненты, существенно влияют на профессиональную дезадаптацию молодых педагогов, снижая их удовлетворенность работой и повышая вероятность ухода из профессии.

Также была обнаружена закономерность, указывающая на то, что молодые педагоги, имеющие высокий уровень эмоционального выгорания, как правило, в большей степени демонстрируют готовность полностью уйти из педагогической профессии, чем намерение сменить образовательную организацию или должность в рамках текущего места работы. Данный факт может быть объяснен через призму модели профессиональной деформации. Когда педагог сталкивается с начальными симптомами выгорания (эмоциональным истощением, снижением профессиональной эффективности), он сначала пытается решить проблему через «горизонтальную» мобильность — смену места работы или должностных обязанностей. Эти стратегии представляют собой адаптивные попытки сохранить профессиональную идентичность, изменив лишь внешние условия деятельности. Однако при нарастании и хронификации симптомов выгорания, особенно при усилении когнитивных затруднений и внутреннего дистанцирования, происходит качественный сдвиг — утрачивается сама профессиональная идентичность педагога. В этом случае работник уже не

Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

видит возможности решения проблем через внутренние изменения в профессии и начинает рассматривать только вариант полного ухода из сферы образования.

В результате сравнения профилей эмоционального выгорания и уровней удовлетворенности профессией, а также сформированности намерений покинуть педагогическую деятельность был выявлен ряд различий между педагогами, осуществляющими свою профессиональную деятельность в образовательных организациях разного уровня.

Так, педагоги общего среднего образования демонстрируют наиболее тревожную картину: максимальные уровни выгорания (особенно истощения и психосоматических жалоб) при среднем уровне удовлетворенности профессией. Это может быть связано с высокой нагрузкой, бюрократизацией и общей эмоциональной напряженностью работы в школах.

Воспитатели дошкольных учреждений, несмотря на относительно высокий уровень выгорания (Нижегородцева, Сизова, 2021), сохраняют наибольшую удовлетворенность профессией. Возможным объяснением может быть высокая эмоциональная отдача от работы с детьми дошкольного возраста, которая компенсирует профессиональные трудности, а также ограниченными возможностями профессиональной реализации вне педагогической сферы для данной категории специалистов.

Преподаватели вузов показали неожиданно низкую удовлетворенность своим трудом при умеренном уровне эмоционального выгорания (Мурафа, Баркова, Карпенко, 2024). Это может отражать специфику академической среды: высокие требования к научной, научно-методической деятельности и публикационной активности при низкой обратной связи от студентов (Смирнова, Поштарева, 2022).

Полученные результаты подтверждают существование значимых различий в профессиональном благополучии педагогов разных образовательных уровней, что требует дифференцированного подхода к профилактике выгорания и поддержке различных категорий педагогических работников. Несмотря на различия в выгорании и удовлетворенности, готовность покинуть профессию не различалась между группами. Это указывает на то, что решение об уходе определяется не только текущим эмоциональным состоянием, но и внешними факторами: уровнем зарплат, престижем профессии или альтернативными возможностями на рынке труда. Данный результат согласуется с теорией «профессионального застоя», согласно которой педагоги могут долго оставаться в профессии даже при низкой удовлетворенности из-за отсутствия альтернатив.

### **Заключение**

Проведенное исследование позволило сделать ряд важных выводов, имеющих значение как для теории эмоционального выгорания, так и для практики управления педагогическими кадрами. Полученные данные убедительно подтвердили существование тесной взаимосвязи между уровнем эмоционального выгорания, профессиональной удовлетворенностью и намерением покинуть педагогическую деятельность. Особенно выраженное влияние на эти процессы оказывают такие компоненты выгорания как истощение и внутреннее

Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

дистанцирование, что полностью соответствует современным научным представлениям о природе профессионального стресса.

Анализ различий между педагогами разных образовательных уровней выявил несколько характерных профилей. Учителя общеобразовательных школ демонстрируют наиболее тревожную картину с максимальными показателями выгорания при средней степени удовлетворенности. Воспитатели дошкольных учреждений, несмотря на достаточно высокий уровень выгорания, сохраняют относительно высокую профессиональную удовлетворенность. Преподаватели высшей школы представляют особый случай — при умеренных показателях выгорания они демонстрируют наиболее низкий уровень удовлетворенности профессией.

Особого внимания заслуживает обнаруженная закономерность, согласно которой готовность полностью уйти из педагогической профессии имеет более тесную связь с выгоранием, чем намерение сменить место работы или должность. Этот факт указывает на критическую важность сохранения профессиональной идентичности как фактора удержания кадров в системе образования.

С научной точки зрения проведенное исследование вносит вклад в понимание специфики эмоционального выгорания в различных образовательных контекстах и подтверждает сложный, нелинейный характер взаимосвязи между выгоранием и профессиональной мобильностью. С практической стороны полученные результаты обосновывают необходимость разработки дифференцированных программ профилактики выгорания для педагогов разных уровней образования, создания систем раннего выявления педагогов группы риска, а также более глубокого изучения факторов, способствующих удержанию специалистов в профессии.

## Список источников / References

1. Борисов, И.Г. (2023). Психолого-педагогическое сопровождение молодого учителя. *Перспективы науки*, 10(169), 159—162. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?ysclid=mgtcv5o92m595582439&id=56953972> (дата обращения: 15.06.2025).  
Borisov, I.G. (2023). Psychological and pedagogical support for early-career teachers. *Science Prospects*, 10(169), 159—162. (In Russ.). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?ysclid=mgtcv5o92m595582439&id=56953972> (viewed: 15.06.2025).
2. Бычинская, А.В. (2023). Изучение и анализ проблемы сохранения молодых учителей в школе: региональный аспект. *Мир педагогики и психологии*, 7(84), 1. URL: <https://www.elibrary.ru/psjrw> (дата обращения: 15.06.2025).  
Bychinskaya, A.V. (2023). Study and analysis of the problem of retaining young teachers at school: A regional perspective. *World of Pedagogy and Psychology*, 7(84), 1. (In Russ.). URL: <https://www.elibrary.ru/psjrw> (viewed: 15.06.2025).
3. Васильева, Л.В., Лебедев, К.В., Суменова, Е.С. (2021). Среднесрочный прогноз возрастной структуры педагогических работников общеобразовательных школ в

Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

- субъектах Российской Федерации. *Образование и наука*, 23(2), 140—169.  
<https://doi.org/10.17853/1994-5639-2021-2-140-169>
- Vasilyeva, L.V., Lebedev, K.V., Sumenova, E.S. (2021). Medium-term forecast of the age structure of teaching staff in secondary schools in the subjects of the Russian Federation. *Education and science*, 23(2), 140-169. (In Russ.). <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2021-2-140-169>
4. Воробьева, В.С. (2022). Основания психологического сопровождения профессионально-личностного развития молодых педагогов: обзор научной литературы. *Проблемы современного педагогического образования*, 75(4), 348—351. URL: <https://www.elibrary.ru/nmjdx> (дата обращения: 15.06.2025).  
Vorobyeva, V.S. (2022). Foundations of psychological support for professional-personal development of early-career teachers: A literature review. *Problems of Modern Pedagogical Education*, 75(4), 348—351. (In Russ.). URL: <https://www.elibrary.ru/nmjdx> (viewed: 15.06.2025).
5. Воскрекасенко, О.А., Варникова, О.В., Константинов, В.В., Пашин, А.А., Пашковская, С.С. (2023). Проблема индивидуализации профессионального образования будущих педагогов в высшей школе. *Современные проблемы науки и образования*, № 6, 1—9. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=33162> (дата обращения: 27.06.2025).  
Voskresensko, O.A., Varnikova, O.V., Konstantinov, V.V., Pashin, A.A., Pashkovskaya, S.S. (2023). The problem of individualization of professional education of future teachers in higher education. *Modern Problems of Science and Education*, No. 6, 1—9. (In Russ.). URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=33162> (viewed: 27.06.2025).
6. Канаева, Д.С., Рондолева И.В. (2023). Оплата труда как основной фактор формирования мотивации современного преподавателя. *Гипотеза*, 1(22), 20—25. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=68564733&ysclid=mgtdcvfxa8470577003> (дата обращения: 17.06.2025).  
Kanaeva, D.S., Rondoleva, I.V. (2023). Salary as the key factor of motivation formation for modern teachers. *Hypothesis*, 1(22), 20—25. (In Russ.). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=68564733&ysclid=mgtdcvfxa8470577003> (viewed: 17.06.2025).
7. Кочетков, Н.В., Маринова, Т.Ю., Орлов, В.А., Расходчикова, М.Н., Хаймовская, Н.А. (2023). Актуальные зарубежные исследования профессионального выгорания у учителей. *Современная зарубежная психология*, 12(2), 43—52. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2023120204>  
Kochetkov, N.V., Marinova, T.Yu., Orlov, V.A., Raskhodchikova, M.N., Haymovskaya, N.A. (2023). Contemporary international research on teachers' professional burnout. *Journal of Modern Foreign Psychology*, 12(2), 43—52. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/jmfp.2023120204>

Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

8. Мамонова, Е.Б., Сидорина, Е.В., Атласова, Н.М. (2024). Взаимосвязь мотивационной сферы и эмоционального выгорания у молодых специалистов образовательных учреждений. *Проблемы современного педагогического образования*, 83(2), 485—487. URL: <https://www.elibrary.ru/eifdyw> (дата обращения: 17.06.2025).  
Mamontova, E.B., Sidorina, E.V., Atlasova, N.M. (2024). Relationship between motivational sphere and emotional burnout in early-career specialists of educational institutions. *Problems of Modern Pedagogical Education*, 83(2), 485—487. (In Russ.). URL: <https://www.elibrary.ru/eifdyw> (viewd: 17.06.2025).
9. Молчанова, Л.Н., Кузнецова, А.А., Касьянова, К.В., Малихова, Л.Н. (2024). Особенности эмоционального выгорания личности на различных стадиях субъектогенеза молодых педагогов. *Перспективы науки и образования*, 3(69), 558—572. <https://doi.org/10.32744/pse.2024.3.34>  
Molchanova, L.N., Kuznetsova, A.A., Kasyanova, K.V., Malikhova, L.N. (2024). Features of emotional burnout of personality at various stages of subjectogenesis of young teachers. *Perspectives of Science and Education*, 3(69), 558—572. (In Russ.). <https://doi.org/10.32744/pse.2024.3.34>
10. Мурафа, С.В., Баркова, Н.Н., Карпенко, А.В. (2024). Проблемы эмоционального выгорания преподавателей высшей школы и практические пути их решения. *Вестник практической психологии образования*, 21(2), 102—112. <https://doi.org/10.17759/bppe.2024210213>  
Murafa, S.V., Barkova, N.N., Karpenko, A.V. (2024). Issues of emotional burnout among university teachers and practical solutions. *Bulletin of Practical Psychology of Education*, 21(2), 102—112. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/bppe.2024210213>
11. Нижегородцева, Н.В., Сизова, А.А. (2021) Совладающее поведение педагогов дошкольного образования с разным уровнем профессионального. *Ярославский педагогический вестник*, 5(122), 174—184. <https://doi.org/10.20323/1813-145X-2021-5-122-174-184>  
Nizhegorodtseva, N.V., Sizova, A.A. (2021). Coping behavior of preschool teachers with different levels of professional experience. *Yaroslavl Pedagogical Bulletin*, 5(122), 174—184. (In Russ.). <https://doi.org/10.20323/1813-145X-2021-5-122-174-184>
12. Радченко, Н.Н., Сахариева, С.Г. (2024). Барьеры на пути становления молодого педагога. *Управление образованием: теория и практика*, 14(5-1), 260—268. <https://doi.org/10.25726/u4486-6523-2426-n>  
Radchenko, N. N., Sakharieva, S. G. (2024). Barriers on the path of young teacher development. *Education Management: Theory and Practice*, 14(5-1), 260—268. (In Russ.). <https://doi.org/10.25726/u4486-6523-2426-n>
13. Семенов, В.Ю., Герлис, Я.П. (2022). Факторы риска возникновения эмоционального выгорания среди молодых специалистов-педагогов общеобразовательных. *Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена*, № 205, 245—253. <https://doi.org/10.33910/1992-6464-2022-205-245-253>

Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

- Semenov, V.Yu., Gerlis, Ya.P. (2022). Risk factors of emotional burnout in young teachers of secondary general education schools. *Izvestia: Herzen University Journal of Humanities & Sciences*, № 205, 245—253. (In Russ.). <https://doi.org/10.33910/1992-6464-2022-205-245-253>
14. Смирнова, Е.В., Поштарева, Т.В. (2022) Исследование профессионального выгорания преподавателей. *Вестник Северо-Кавказского федерального университета*, 5(92), 219—227  
<https://doi.org/10.37493/2307-907X.2022.5.25>  
Smirnova, E. V., Poshtareva, T. V. (2022). Study of professional burnout among teachers. *Bulletin of North-Caucasus Federal University*, 5(92), 219—227. (In Russ.). <https://doi.org/10.37493/2307-907X.2022.5.25>
15. Терюшкова, Ю.Ю. (2024) Профилактика эмоционального выгорания молодых педагогов. *Мир педагогики и психологии*, 4(93). 284—291. URL: <https://www.elibrary.ru/ofcnny> (дата обращения: 17.06.2025).  
Teryushkova, Yu.Yu. (2024). Prevention of emotional burnout among young university teachers. *World of Pedagogy and Psychology*, 12(4), 284—291. (In Russ.). URL: <https://www.elibrary.ru/ofcnny> (viewd: 17.06.2025).
16. Фетюков, А.В., Леонидова, Г.В. (2024). Готовность к трудоустройству по профессии (на данных опроса выпускников педагогических направлений подготовки). *Социальное пространство*, 10(1), 1—18. <https://doi.org/10.15838/sa.2024.1.41.4>  
Fetyukov, A.V., Leonidova, G.V. (2024) Professional readiness for employment (based on a survey of graduates of pedagogical training areas). *Social space*, 10(1), 1—18. (In Russ.). <https://doi.org/10.15838/sa.2024.1.41.4>
17. Хадарцев, А.А., Токарев, А.Р., Трефилова И.Л. (2019). Профессиональный стресс у преподавателей (обзор литературы). *Вестник новых медицинских технологий*, 26 (4), 122—128. <https://doi.org/10.24411/1609-2163-2019-16586>  
Khadartsev, A.A., Tokarev, A.R., & Trefilova, I.L. (2019). Professional stress among teachers: A literature review. *Bulletin of New Medical Technologies*, 26(4), 122—128. (In Russ.). <https://doi.org/10.24411/1609-2163-2019-16586>
18. Maslach, C., Leiter, M.P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, № 15, 103—111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
19. Schaufeli, W.B., De Witte, H., Desart, S. (2020). *Burnout Assessment Tool (BAT). Development, Validity, and Reliability / Int. J. Environ. Res. Public Health*, 17(24), 9495. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249495>
20. Wright, D.S., Balgopal, M.M., Sample McMeeking, L.B., Weinberg, A.E. (2019.) Developing Resilient K-12 STEM Teachers. *Advances in Developing Human Resources*, 21(1), 16—34. <https://doi.org/10.1177/1523422318814483>



Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

## Информация об авторах

*Ирина Владимировна Воробьева*, кандидат психологических наук, начальник управления научных исследований и проектной деятельности, Уральский государственный педагогический университет (ФГАОУ ВО УрГПУ), Екатеринбург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0561-3888>, e-mail: [lorisha@mail.ru](mailto:lorisha@mail.ru)

*Алена Игоревна Матвеева*, научный сотрудник управления научных исследований и проектной деятельности, Уральский государственный педагогический университет (ФГАОУ ВО УрГПУ), Екатеринбург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9595-3458>, e-mail: [lyonchik\\_7777@list.ru](mailto:lyonchik_7777@list.ru).

## Information about the authors

*Irina V. Vorobyeva*, Candidate of Science (Psychology), Head of the Department of Scientific Research and Project Activities, Ural State Pedagogical University, Yekaterinburg, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0561-3888> , e-mail: [lorisha@mail.ru](mailto:lorisha@mail.ru)

*Alyona I. Matveeva*, Researcher at the Department of Scientific Research and Project Activities, Ural State Pedagogical University, Yekaterinburg, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9595-3458> , e-mail: [lyonchik\\_7777@list.ru](mailto:lyonchik_7777@list.ru) .

## Вклад авторов

Воробьева И.В. — концептуализация, идея исследования; планирование исследования; контроль за проведением исследования; написание и оформление рукописи.

Матвеева А.И. — сбор и анализ данных; применение статистических, математических методов для анализа данных, администрирование данных, написание и оформление рукописи.

Все авторы приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

## Contribution of the authors

*Irina V. Vorobyeva* — conceptualization, idea of research; planning of research; control of research; writing and registration of the manuscript.

*Alyona I. Matveeva* — data collection and analysis; application of statistical and mathematical methods for data analysis, data administration, writing and formatting of a manuscript.

All authors participated in the discussion of the results and approved the final text of the manuscript.

## Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

## Conflict of interest

The authors declare no conflict of interest.



Воробьева И.В., Матвеева А.И. (2025)  
Взаимосвязь эмоционального выгорания молодых педагогов с удовлетворенностью трудом и готовностью ухода из профессии  
*Вестник практической психологии образования*, 22(4), 321—337.

Vorobyova I.V., Matveeva A.I. (2025)  
The relationship of emotional burnout of young teachers with job satisfaction and willingness to leave the profession  
*Bulletin of Psychological Practice in Education*, 22(4), 321—337.

Поступила в редакцию 30.06.2025  
Поступила после рецензирования 03.09.2025  
Принята к публикации 07.11.2025  
Опубликована 26.12.2025

Received 2025.06.30

Revised 2025.09.03

Accepted 2025.11.07

Published 2025.12.26