

Научная статья | Original paper

Мотивационные детерминанты профессионального выгорания преподавателей вузов

Е.В. Камнева¹, Т.В. Труфанов¹, М.М. Симонова¹✉

¹ Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации, Москва, Российская Федерация

✉ mmsimonova@fa.ru

Резюме

Контекст и актуальность. Последние два десятилетия система высшего образования Российской Федерации находится в условиях постоянного реформирования, профессиональная деятельность современных преподавателей стала более сложной из-за роста объема рабочей нагрузки, многозадачности требований руководства, необходимости принятия решений в условиях частой нехватки времени и возросшей ответственности за качество выполнения работы. Исследование детерминантов профессионального выгорания преподавателей ВУЗов позволит провести комплексный анализ взаимосвязи ключевых факторов, непосредственно влияющих на трудовую деятельность, установить значимые причины выгорания, оценить уровни эмоционального истощения, деперсонализации и редукции личных достижений. **Гипотеза.** Оптимальный мотивационный комплекс в сочетании с высоким уровнем осмысленности жизни снижает риск профессионального выгорания. **Методы и материалы.** Методы: опросник выгорания К. Маслач и С. Джексона в адаптации Н.Е. Водопьяновой, тест СЖО в адаптации Д.А. Леонтьева и опросник мотивации профессиональной деятельности К. Замфир в адаптации А.А. Реана. Методы математической статистики: корреляционный и дисперсионный анализ, t-тест Стьюдента и U-тест Манна-Уитни. В исследовании приняли участие 59 респондентов в возрасте 25—70 лет. Все респонденты являются преподавателями вузов Москвы. Из них 72,9% женщины и 27,1% мужчины. **Результаты.** У 54,3% респондентов сформирован высокий или очень высокий уровень эмоционального истощения, 72,9% преподавателей отличаются высоким или очень высоким уровнем деперсонализации. В то же время большинство из них сохраняют низкий уровень редукции личных достижений (55,9%). Выявлены статистически значимые различия между группами с оптимальным и неоптимальным типами мотивационного комплекса личности (МКЛ) и высоким уровнем общего показателя осмысленности жизни по всем шкалам профессионального выгорания: эмоциональному истощению, деперсонализации и редукции личных достижений. Исследование подтверждает связь между показателями выгорания, смысложизненными

Камнева Е.В., Труфанов Т.В., Симонова М.М. (2026)
Мотивационные детерминанты профессионального
выгорания преподавателей вузов
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(1), 172—191.

Kamneva E.V., Trufanov T.V., Simonova M.M. (2026)
Motivational determinants of professional burnout among
university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(1), 172—191.

ориентациями и мотивацией, в частности обратно пропорциональную зависимость между выгоранием и осмысленностью жизни и внутренней мотивацией. **Выводы.** Профилактика профессионального выгорания у преподавателей высших учебных заведений обязательно требует комплексного подхода, включающего улучшение условий труда, создание поддерживающей корпоративной культуры, обеспечение доступа к программам повышения квалификации и психологической помощи.

Ключевые слова: преподаватель высшей школы, профессиональное выгорание, мотивация, профилактика, психологическая поддержка

Для цитирования: Камнева, Е.В., Труфанов, Т.В., Симонова, М.М. (2026). Мотивационные детерминанты профессионального выгорания преподавателей вузов. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 3(1), 172—191. <https://doi.org/10.17759/epps.2026030109>

Motivational determinants of professional burnout among university teachers

E.V. Kamneva¹, T.V. Trufanov¹, M.M. Simonova¹✉

¹ Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russian Federation

Abstract

Context and Relevance. Over the past two decades, the Russian higher education system has been undergoing constant reform. The professional activities of modern teachers have become more complex due to an increased workload, multitasking requirements from management, the need to make decisions under frequent time pressure, and increased responsibility for the quality of work. A study of the determinants of professional burnout among university teachers will allow for a comprehensive analysis of the interrelationships between key factors directly affecting work performance, identify significant causes of burnout, and assess levels of emotional exhaustion, depersonalization, and the reduction of personal values.

Hypothesis. An optimal motivational complex combined with a high level of meaningfulness in life reduces the risk of professional burnout. **Methods and materials.** Methods: K. Maslach and S. Jackson's Burnout Questionnaire adapted by N.E. Vodopyanova, the SJO test adapted by D.A. Leontiev, and K. Zamfir's Professional Motivation Questionnaire adapted by A.A. Rean. Mathematical statistical methods: correlation and variance analysis, Student's t-test, and the Mann-Whitney U-test. The study involved 59 respondents aged 25—70. All respondents are university professors in Moscow. 72.9% were women and 27.1% were men. **Results.** Fifty-four percent of respondents reported high or very high levels of emotional exhaustion, while 72.9% of teachers had high or very high levels of depersonalization. However, the majority of them maintained a low level of diminished personal achievement (55.9%). Statistically significant differences were found between groups with optimal and non-optimal types of motivational personality complex (MPC) and

Камнева Е.В., Труфанов Т.В., Симонова М.М. (2026)
Мотивационные детерминанты профессионального
выгорания преподавателей вузов
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(1), 172—191.

Kamneva E.V., Trufanov T.V., Simonova M.M. (2026)
Motivational determinants of professional burnout among
university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(1), 172—191.

high levels of overall meaning in life across all professional burnout scales: emotional exhaustion, depersonalization, and diminished personal achievement. The study confirms a link between burnout indicators, life purpose orientations, and motivation, specifically an inverse relationship between burnout, meaning in life, and intrinsic motivation. **Conclusions.** Preventing professional burnout among university teachers requires a comprehensive approach, including improving working conditions, creating a supportive corporate culture, and ensuring access to professional development programs and psychological support.

Keywords: university teacher, professional burnout, motivation, prevention, psychological support

For citation: Kamneva, E.V., Trufanov, T.V., Simonova, M.M. (2026). Motivational determinants of professional burnout among university teachers. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 3(1), 172—191. <https://doi.org/10.17759/epps.2026030109>

Введение

Актуальность. В настоящее время, для которого характерно стремительное развитие цифровых технологий, высшее образование становится не просто инструментом передачи знаний, а важнейшим фактором социального прогресса, экономического роста и обеспечения научно-технологического суверенитета страны. Сегодня именно преподаватели вузов находятся на переднем плане этого процесса, формируя интеллектуальный потенциал нации, воспитывая высококвалифицированных специалистов, способных обеспечивать прорывное развитие ключевых отраслей нашей экономики.

В условиях стремления России к технологическому суверенитету роль преподавательского состава многократно возрастает. От каждого преподавателя сейчас требуется не только глубокое знание своей дисциплины, но и умение применять инновационные методики обучения, стимулировать творческое мышление студентов, формировать у них практические навыки, востребованные в реальной экономике. Кроме того, преподаватели вузов должны активно участвовать в научно-исследовательской деятельности, проводить исследования, разрабатывая новые технологии и способствовать, тем самым, укреплению научно-технического потенциала страны (Ефимова, Сорокин, Грибовский, 2021).

В этом контексте серьезно возрастает объем рабочей нагрузки современного преподавателя высшей школы, и, как следствие, особенно актуальной становится проблема профессионального выгорания.

Впервые термин «профессиональное выгорание» (burn-out) сформулировал американский психиатр Г. Фрейденбергер в 1974 году в своей работе “Staff Burnout” (Freudenberger, 1974). Он использовал его для описания стрессового состояния сотрудников, работающих в сфере помогающих профессий, таких как медицинские работники, социальные работники, преподаватели и т. д.

Далее американский социальный психолог К. Маслач внесла существенный вклад в изучение феномена профессионального выгорания, эмпирически обосновав концепцию Фрейденбергера. Кристина Маслач в соавторстве с Сьюзен Джексон определила выгорание как синдром эмоционального истощения, цинизма (деперсонализации) и снижения

Камнева Е.В., Труфанов Т.В., Симонова М.М. (2026)
Мотивационные детерминанты профессионального
выгорания преподавателей вузов
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(1), 172—191.

Kamneva E.V., Trufanov T.V., Simonova M.M. (2026)
Motivational determinants of professional burnout among
university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(1), 172—191.

профессиональной эффективности, который развивается в результате длительного воздействия профессиональных стрессоров (Maslach, 1976; Maslach, Jackson, 1981).

В отечественной науке феномен «профессионального выгорания» начал активно исследоваться с 1990-х годов и, продолжает привлекать пристальное внимание ученых все последующие годы. Так, ученый-психолог, профессор Н.Е. Водопьянова определяла «профессиональное выгорание» как «ответную реакцию на длительные рабочие стрессы межличностного общения» (Водопьянова, Старченкова, 2024).

С точки зрения профессора, доктора психологических наук Н.С. Пряжникова, профессиональное выгорание — это «сложное структурно-динамическое образование», которое является негативным следствием “профессионализации” и может способствовать психоэмоциональному истощению, деперсонализации и редукции личностных достижений» (Пряжников, Белоусов, 2023).

В настоящее время научное сообщество — некоторые ученые-философы, психологи и социологи — рассматривают синдром профессионального выгорания прежде всего как защитный механизм личности. Это помогает сегодня, например, преподавателям высших учебных заведений справиться с чрезмерным стрессовым воздействием рабочей среды путем коррекции в первую очередь своих негативных эмоциональных реакций (Зейналов, Стародубцева, Немыкина, 2018; Кокоева, Хетагов, 2019; Миронова, Ковалевская, 2024).

Среди основных особенностей личностных характеристик современного преподавателя, как правило, можно выделить следующие ключевые аспекты.

Во-первых, интеллект и социально-профессиональные компетенции. Это высокий уровень знаний предметной области, умение понятно объяснять сложный материал, используя при этом новейшие цифровые методологии обучения; постоянное стремление делиться профессиональным опытом, готовность оказывать помощь и мотивировать студентов; проведение научно-исследовательской работы, публикации в научных журналах и участие в конференциях и конгрессах (Самсонова, 2022).

Во-вторых, коммуникативные навыки. Это эффективное взаимодействие со студентами, коллегами и руководством. Умение терпеливо и внимательно слушать, эффективно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, обязательно поддерживать конструктивный диалог, создавать позитивную атмосферу в общении со студентами и в трудовом коллективе и, самое важное, грамотно разрешать конфликтные ситуации (Богдан, Самсонова, 2020).

В-третьих, эмоциональные особенности, мотивация и ценности. Это прежде всего, стрессоустойчивость и невозмутимость, высокая работоспособность и дисциплина, объективность и самоконтроль, эмпатия и критическое мышление. Постоянный анализ большого объема информации, высокая мотивированность к непрерывному самообразованию, морально-этические ценности и понимание значимости призвания педагога, а также готовность решать рабочие проблемы в личное свободное время (Dashper, Fletcher, 2019).

Важно подчеркнуть, что в последнее время предметом активного изучения и анализа в научной литературе является влияние личностных характеристик, таких как гендерная роль, возраст и продолжительность трудового стажа, на детерминанты профессионального выгорания у преподавателей вузов. Детальный анализ последних научных публикаций показывает сложную взаимосвязь всех указанных факторов (детерминантов) профессионального выгорания.

Так, некоторые исследования демонстрируют, что по опросам выявляются более высокие уровни эмоционального истощения у женщин-преподавателей, потому что сочетание чрезмерной преподавательской нагрузки и семейных обязанностей вызывает эмоциональное истощение и стресс именно у женщин. Гендерные стереотипы и ожидания от женщин большей эмоциональной отдачи и заботы о других — все это может приводить к эмоциональному перенапряжению у женщин-преподавателей. В результате, чтобы справиться со стрессом и чувствовать себя комфортно на работе, они стараются, как правило, меньше проявлять эмоций, особенно негативных. В то же время мужчины-преподаватели могут быть склонны к цинизму и деперсонализации, что связано с особенностями мужской социализации и с большей ориентацией на достижение личностного успеха в профессиональной сфере (Никулина, 2023; Rocha et al., 2020).

Молодые преподаватели (от 25 до 30 лет) часто сталкиваются с выгоранием на этапе профессиональной адаптации. Основные причины — высокая неопределенность профессионального, карьерного роста, недостаток опыта, чрезмерные ожидания от работодателей, а также трудности в совмещении работы и личной жизни.

Преподаватели среднего возраста (от 30 до 50 лет) обычно показывают наиболее устойчивые результаты. К этому возрасту многие развивают механизмы психологической защиты и навыки управления стрессом, достигают определенного опыта и мотивации в достижении жизненных и профессиональных целей. Однако при чрезмерной нагрузке (например, совмещении преподавания с административной работой) риск выгорания остается высоким.

Преподаватели старшего возраста (от 50 и более лет), испытывают усталость, проблемы со здоровьем, снижение мотивации, разочарование в профессиональных достижениях, усталость от рутинной работы, а также тревогу, связанную с предстоящим выходом на пенсию, так называемый «кризис старшего возраста». Дополнительный фактор — ощущение недостатка признания или изменения в системе высшего образования, которые способствуют увеличению объема не только преподавательских функций, но и административных обязанностей.

Длительный трудовой стаж преподавателя вуза может быть как защитным фактором, так и фактором риска в отношении профессионального выгорания. С одной стороны, накопленный опыт работы позволяет преподавателям развивать эффективные стратегии профилактики стресса, устанавливать хорошие, позитивные взаимоотношения со студентами, коллегами и руководством вуза, достигая высокого уровня личностно-профессиональной компетенции. С другой стороны, длительная работа в условиях высокой нагрузки, хронического стресса и недостаточной поддержки коллег и руководства может приводить к накоплению эмоционального и физического истощения и развитию синдрома профессионального выгорания (Смирнова, Поштарева, 2022; Alwaely, Jarrah, 2020; Gilmour, Sandilos, 2023).

Таким образом, индивидуальные особенности личности создают уникальный «портрет» современного преподавателя высшей школы, от которого во многом зависит качество подготовки будущих специалистов и эффективность работы высших учебных заведений нашей страны

Детерминанты профессионального выгорания можно разделить на внешние и внутренние, особенно в профессиях категории «человек — человек», которые принадлежат к социальной сфере и связаны с постоянным межличностным общением и к которым прежде всего относятся

медицинские работники (врачи и медицинские сестры), работники образовательной сферы (воспитатели, педагоги) и, несомненно, преподаватели вузов.

Внешние факторы (детерминанты) профессионального выгорания — это условия рабочей среды, социальная и психологическая обстановка в коллективе, адаптация к процессам модернизации системы высшей школы, а также экономическая и политическая ситуация в России и в мире.

Внутренние факторы (детерминанты) профессионального выгорания — личностные характеристики, психологические условия жизни, а также материальная и моральная мотивация, цели и установки в профессиональной сфере и в жизни.

Практически во всех научных публикациях последнего времени, посвященных проблеме профессионального выгорания профессорско-преподавательского состава, указывается, что на первом месте по уровню влияния находятся такие внешние детерминанты, как интенсивность труда (рост объема преподавательской, научно-исследовательской и административной нагрузки), неудовлетворительный размер оплаты труда и неблагоприятная социально-психологическая обстановка в коллективе. На втором месте по уровню влияния — внутренние детерминанты, такие особенности личностных характеристик, как перфекционизм, низкая стрессоустойчивость, пол, возраст, длительность трудового стажа и др. (Герасимова, Деменчук, 2021).

Анализ значимых детерминантов профессионального выгорания у преподавателей вузов требует более детального рассмотрения как внешних, так и внутренних факторов, способствующих развитию этого синдрома. Как уже отмечалось, внешняя область детерминантов, связанная с условиями рабочей среды, часто играет первостепенную роль. Анализируя внутреннюю область детерминантов, следует отметить, что личностные особенности играют важную роль в том, как современный преподаватель справляется с профессиональными трудностями.

Профессиональное выгорание у преподавателей высшей школы, как и у других категорий работников, имеет существенные отличия от обычной усталости, как по уровню воздействия на человека, так и по длительности, последствиям и механизмам развития. В то время как усталость — это естественное состояние, возникающее после интенсивной работы и проходящее после отдыха, профессиональное выгорание представляет собой хроническое состояние, которое не исчезает после выходных или отпуска (Блинков, Лебединцева, 2018).

Таким образом, исследование комплекса значимых детерминантов профессионального выгорания у преподавателей вузов — важный шаг на пути к разработке эффективных мер профилактики и коррекции этого синдрома. Необходимо учитывать как внешние факторы, связанные с условиями труда, так и внутренние факторы, связанные с личностными особенностями преподавателей, для того чтобы создать благоприятную рабочую среду и помочь преподавателям сохранить свое здоровье и профессиональную эффективность.

Цель настоящего исследования: анализ детерминантов профессионального выгорания у преподавателей высших учебных заведений.

Гипотеза: оптимальный мотивационный комплекс ($ВМ > ВПМ > ВОМ$ или $ВМ = ВПМ > ВОМ$, где $ВМ$ — внутренняя мотивация, $ВПМ$ — внешняя положительная мотивация, $ВОМ$ — внешняя отрицательная мотивация) в сочетании с высоким уровнем осмысленности жизни выступает защитным фактором от профессионального выгорания (по всем трем шкалам:

эмоциональное истощение, деперсонализация, редукция личных достижений). Благоприятное сочетание мотивации и смысложизненных ориентаций снижает риск выгорания.

Материалы и методы

В исследовании приняли участие 59 респондентов в возрасте 25—70 лет. Все респонденты являются преподавателями вузов Москвы. Из них 72,9% женщины и 27,1% мужчины.

Респонденты представлены четырьмя возрастными группами (рис. 1).

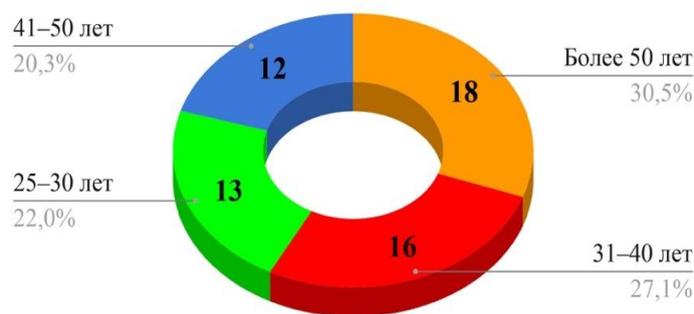


Рис. 1. Распределение респондентов по возрасту
Fig. 1. Distribution of respondents by age

88,1% участников исследования имеют степень кандидата или доктора наук. По стажу работы респонденты разделены на четыре группы (рис. 2).

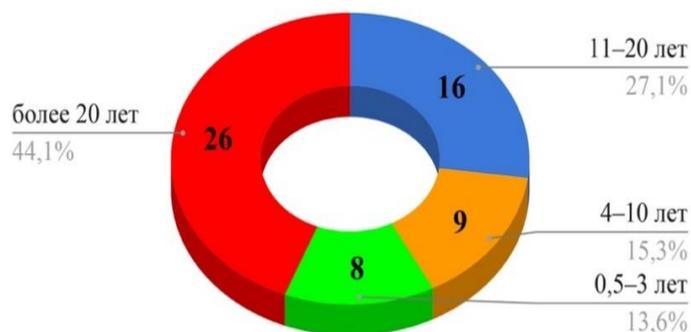


Рис. 2. Распределение респондентов по стажу работы
Fig. 2. Distribution of respondents by length of service

81,4% опрошенных имеют очную форму занятости, 18,6% респондентов совмещают очную и заочную формы работы.

Опрос проведен в 2025 году в онлайн-форме с использованием платформы сервиса Online Test Pad без ограничений по времени, со стороны участников было получено информированное согласие.

В эмпирическом исследовании применялись следующие методики:

1. Опросник профессионального «выгорания» (К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой), предназначенный для диагностики профессионального выгорания и

состоящий из 22 утверждений, которые используются для выявления уровня выгорания по трем шкалам: «Эмоциональное истощение», «Деперсонализация» и «Редукция личных (профессиональных) достижений» (Maslach, Leiter, Schaufeli, 2001).

2. Тест смысложизненных ориентаций в адаптации Д.А. Леонтьева, который включает 20 пар противоположных утверждений и состоит из пяти субшкал (Осин, Кошелева, 2020).

Три из них — «Цели», «Процесс», «Результат» — отражают смысложизненные ориентации в будущем, настоящем и прошлом соответственно. Две другие субшкалы — «Локус контроля — Я» и «Локус контроля — Жизнь» — характеризуют разные стороны внутреннего локуса контроля. Кроме того, рассчитывается общий показатель осмысленности жизни, являющийся интегральным показателем, путем суммирования баллов по всем 20 утверждениям методики.

3. Опросник мотивации профессиональной деятельности К. Замфир в адаптации А.А. Реана, содержащий 7 мотивов профессиональной деятельности (в том числе профессионально-педагогической), которым нужно было дать оценку (Реан, 1999). На основании этих оценок рассчитывались показатели внутренней мотивации (ВМ), внешней положительной мотивации (ВПМ) и внешней отрицательной мотивации (ВОМ). Затем по полученным результатам определялся тип мотивационного комплекса личности. К оптимальным мотивационным комплексам относят следующие типы сочетаний: $ВМ > ВПМ > ВОМ$ и $ВМ = ВПМ > ВОМ$.

При анализе данных применялась описательная статистика. Для обработки и анализа данных были использованы корреляционный (коэффициент ранговой корреляции Спирмена) и однофакторный дисперсионный анализ ANOVA, независимыми переменными являлись показатели мотивации профессиональной деятельности и показатели осмысленности жизни, а зависимой переменной — показатели профессионального выгорания (эмоциональное истощение, деперсонализация и редукция личных достижений).

При сравнении групп использовались: параметрические методы при подтверждении предположения о нормальности распределения (t-тест Стьюдента) и непараметрические методы (U-тест Манна-Уитни). Обработка данных осуществлена с использованием программ JASP и Excel.

Результаты

На первом этапе мы выделили группы педагогов по особенностям профессиональной мотивации. За основу мы взяли соотношение типов по опроснику мотивации профессиональной деятельности К. Замфир и показателя осмысленности жизни.

Группа 1 включала с себя педагогов, имеющих оптимальные типы мотивационного комплекса личности (МКЛ) и высокий уровень общего показателя осмысленности жизни (ОЖ).

Группа 2 включала в себя педагогов с неоптимальным типом МКЛ и низким уровнем общего показателя ОЖ.

На рис. 3 представлено распределение респондентов по типам мотивационного комплекса личности.

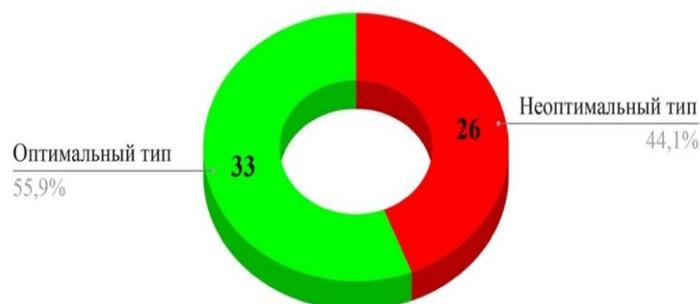


Рис. 3. Распределение респондентов по типам мотивационного комплекса личности
Fig. 3. Distribution of respondents by types of motivational personality complex

Анализ результатов проведения опросника профессионального «выгорания» показал, что у 54,3% респондентов сформирован высокий или очень высокий уровень эмоционального истощения.

Далее мы сравнили показатели профессионального выгорания у выделенных групп.

При сравнении уровня эмоционального истощения между двумя группами был применен t-тест Стьюдента, так как предположение о нормальности не нарушено (табл. 1).

Таблица 1 / Table 1

Результаты t-теста Стьюдента и U-критерий Манна-Уитни для групп с оптимальным и неоптимальным типом мотивационного комплекса личности
Results of the Student's t-test and the Mann-Whitney U-test for groups with optimal and non-optimal types of motivational personality complex

Показатели профессионального выгорания (ОПВ) / Indicators of professional burnout (PBQ)	Test	Statistic	df	p	Средние значения группы 1 / Average values of group 1	Средние значения группы 2 / Average values of group 2
Эмоциональное истощение / Emotional exhaustion	Student	-4,131*	23	< ,001	21,4	33,2
Деперсонализация / Depersonalization	Mann-Whitney	8,000		0,012	8,1	12,6
Редукция личных достижений / Reduction of personal achievements	Mann-Whitney	75,800		0.020	32,5	23,7

Примечание: ОПВ — Опросник профессионального выгорания; «*» — $p < 0,01$; критические значения коэффициента — $p < 0,001$ —3,7676.

Note: PBQ — Professional Burnout Questionnaire; «*» — $p < 0.001$; critical values of the coefficient — $p < 0.001$ —3.7676.

Результаты теста ($t = -4,131, df = 23, p < 0,001$) однозначно указывают на то, что существует статистически значимая разница в уровне эмоционального истощения между группой 1 и группой 2. Респонденты с оптимальным типом МКЛ и высоким общим показателем ОЖ демонстрируют значительно более низкий уровень эмоционального истощения (табл. 1).

При сравнении деперсонализации между двумя группами был применен U-критерий Манна-Уитни, так как предположение о нормальности нарушено в группе 1 и погранично в группе 2. Результаты теста ($U = 8,000, p = 0,012$) показывают, что существует статистически значимая разница в уровне деперсонализации между группами 1 и 2, причем группа с оптимальным типом МКЛ и высоким общим показателем ОЖ демонстрирует более низкий уровень деперсонализации (табл. 1).

При сравнении редукции личных достижений между двумя группами был применен U-критерий Манна-Уитни (табл. 2), так как предположение о нормальности нарушено в группе 2. Полученные данные ($U = 73,500, p = 0,020$) свидетельствуют о статистически значимой разнице в уровне редукции личных достижений между двумя группами. Респонденты с оптимальным типом МКЛ и высоким общим показателем ОЖ демонстрируют значительно более высокий уровень редукции личных достижений (табл. 1).

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о статистически значимых различиях между двумя группами по всем трем шкалам, что подтверждает гипотезу о том, что оптимальный мотивационный комплекс совместно с высоким уровнем осмысленности жизни защищает от профессионального выгорания.

Также проведена проверка на значимость такого фактора, влияющего на уровень профессионального выгорания, как пол. Результаты проведенного сравнения различий показателей профессионального выгорания по t-тесту Стьюдента и U-критерию Манна-Уитни между преподавателями мужского и женского пола представлены в табл. 2.

Таблица 2 / Table 2

Различия показателей профессионального выгорания преподавателей в зависимости от пола

Differences in teacher burnout rates by gender

Показатели профессионального выгорания (ОПВ) / Indicators of professional burnout (PBQ)	Test	Statistic	df	p	Средние значения респондентов в мужского пола / Average values of male respondents	Средние значения респондентов в женского пола / Average values of female respondents
Эмоциональное истощение / Emotional exhaustion	Student	0,728*	5 7	> 0,0 5	25,69	26,47
Деперсонализация / Depersonalization	Mann-Whitney	0,397		≥ 0,05	15,38	13,35

Редукция личных достижений / Reduction of personal achievements	Mann-Whitney	0,952	\geq 0,05	35,25	35,30
---	--------------	-------	----------------	-------	-------

Примечание: ОПВ — Опросник профессионального выгорания; «*» — $p > 0,05$; критические значения коэффициента — $p < 0,05$ —2,0040.

Note: PBQ — Professional Burnout Questionnaire; «*» — $p > 0.05$; critical values of the coefficient — $p < 0.05$ —2.0040.

На основе проведенного анализа можно заключить, что в выборке преподавателей пол респондентов не является значимым фактором, влияющим на уровень профессионального выгорания. У респондентов мужского и женского пола не выявлены различия в уровнях выгорания по всем трем шкалам: эмоциональному истощению, деперсонализации и редукции личных достижений.

Была проведена проверка значимости стажа как фактора, влияющего на уровень профессионального выгорания; результаты представлены в табл. 3.

Таблица 3 / Table 3

Результаты однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA) показателей профессионального выгорания с разным стажем работы
Results of one-way analysis of variance (ANOVA) of professional burnout indicators with different length of service

Показатели профессионального выгорания (ОПВ) / Indicators of professional burnout (PBQ)	Показатели ANOVA / ANOVA indicators		Средние значения (стаж работы) / Average values (work experience)			
	F	p	0,5–3 лет / 0,5–3 years	4–10 лет / 4–10 years	11–20 лет / 11–20 years	более 20 лет / more than 20 years
Эмоциональное истощение / Emotional exhaustion	0,399	$p > 0,05$	30,13	25,89	24,50	26,27
Деперсонализация / Depersonalization	0,784	$p > 0,05$	15,25	14,33	13,44	13,62
Редукция личных достижений / Reduction of personal achievements	0,828	$p > 0,05$	35,25	35,44	36,06	34,77

Примечание: ОПВ — Опросник профессионального выгорания; «*» — $p > 0,05$; критические значения коэффициента — $p < 0,05$ —2,0040.

Note: PBQ — Professional Burnout Questionnaire; «*» — $p > 0.05$; critical values of the coefficient — $p < 0.05$ —2.0040.

Проведенный дисперсионный анализ (ANOVA) не выявил статистически значимого влияния стажа работы ни на одну из трех шкал профессионального выгорания.

Результаты проведенного корреляционного анализа (коэффициент ранговой корреляции Спирмена) показывают сложную взаимосвязь между показателями профессионального выгорания и смысложизненными ориентациями (табл. 4) и показателями профессионального выгорания и мотивацией (табл. 5).

Таблица 4 / Table 4

Показатели корреляции профессионального выгорания и смысложизненных ориентаций респондентов (N = 59)

Correlation indicators of professional burnout and life-purpose orientations of respondents (N = 59)

Показатели профессионального выгорания (ОПВ) / Indicators of professional burnout (PBQ)	Показатели смысложизненных ориентаций (ОСЖО) / Indicators of life-meaning orientations (QMLO)	Spearman's Rho		p
Эмоциональное истощение / Emotional exhaustion	Цели / Goals	-0.565	***	< .001
Эмоциональное истощение / Emotional exhaustion	Процесс / Process	-0.454	***	< .001
Эмоциональное истощение / Emotional exhaustion	Результат / Result	-0.533	***	< .001
Эмоциональное истощение / Emotional exhaustion	Локус контроля — я / Locus of control — I	-0.553	***	< .001
Эмоциональное истощение / Emotional exhaustion	Локус контроля — жизнь / Locus of control is life	-0.503	***	< .001
Эмоциональное истощение / Emotional exhaustion	Общий показатель ОЖ / Overall meaning LS	-0.603	***	< .001
Деперсонализация / Depersonalization	Цели / Goals	-0.497	***	< .001
Деперсонализация / Depersonalization	Процесс / Process	-0.436	***	< .001
Деперсонализация / Depersonalization	Результат / Result	-0.422	***	< .001
Деперсонализация / Depersonalization	Локус контроля — я / Locus of control — I	-0.456	***	< .001
Деперсонализация / Depersonalization	Локус контроля — жизнь / Locus of control is life	-0.485	***	< .001
Деперсонализация / Depersonalization	Общий показатель ОЖ / Overall meaning LS	-0.489	***	< .001
Редукция личных достижений / Reduction of personal achievements	Цели / Goals	0.449	***	< .001
Редукция личных достижений / Reduction of personal achievements	Процесс / Process	0.404	**	0.002

Редукция личных достижений / Reduction of personal achievements	Результат / Result	0.276	*	0.034
Редукция личных достижений / Reduction of personal achievements	Локус контроля — я / Locus of control — I	0.364	**	0.005
Редукция личных достижений / Reduction of personal achievements	Локус контроля — жизнь / Locus of control is life	0.353	**	0.006
Редукция личных достижений / Reduction of personal achievements	Общий показатель ОЖ / Overall meaning LS	0.408	**	0.001

Примечание: ОПВ — Опросник профессионального выгорания; ОЖО — Опросник смысложизненных ориентаций; «*» — $p < 0,05$; критические значения коэффициента $p < 0,05—0,256$; «**» — $p < 0,01$; критические значения коэффициента $p < 0,01—0,333$; «***» — $p < 0,001$; критические значения коэффициента $p < 0,001—0,418$.

Note: PBQ — Professional Burnout Questionnaire; QMLO — Questionnaire of meaning in life orientations; «*» — $p < 0.05$; critical values of the coefficient $p < 0.05—0.256$; «**» — $p < 0.01$; critical values of the coefficient $p < 0.01—0.333$; «***» — $p < 0.001$; critical values of the coefficient $p < 0.001—0.418$.

Таблица 5 / Table 5

Показатели корреляции профессионального выгорания и мотивации респондентов (N = 59)

Correlation indicators of professional burnout and motivation of respondents (N = 59)

Показатели профессионального выгорания (ОПВ) / Indicators of professional burnout (PBQ)	Показатели мотивации (ОМПД) / Motivation indicators (QPM)	Spearman's Rho		p
Эмоциональное истощение / Emotional exhaustion	Внутренняя мотивация / Intrinsic motivation	-0.330	*	0.011
Эмоциональное истощение / Emotional exhaustion	Внешняя положительная мотивация / External positive motivation	-0.007		0.958
Эмоциональное истощение / Emotional exhaustion	Внешняя отрицательная мотивация / External negative motivation	0.005		0.970
Деперсонализация / Depersonalization	Внутренняя мотивация / Intrinsic motivation	-0.200		0.129
Деперсонализация / Depersonalization	Внешняя положительная мотивация / External positive motivation	0.093		0.484
Деперсонализация / Depersonalization	Внешняя отрицательная мотивация / External negative motivation	0.009		0.945
Редукция личных достижений / Reduction of personal achievements	Внутренняя мотивация / Intrinsic motivation	0.226		0.086

Редукция личных достижений / Reduction of personal achievements	Внешняя положительная мотивация / External positive motivation	0.267	*	0.041
Редукция личных достижений / Reduction of personal achievements	Внешняя отрицательная мотивация / External negative motivation	-0.152		0.251

Примечание: ОПВ — Опросник профессионального выгорания; ОМПД — Опросник мотивации профессиональной деятельности; «*» — $p < 0,05$; критические значения коэффициента $p < 0,05—0,256$.

Note: PBQ — Professional Burnout Questionnaire; QPAM — Questionnaire of professional activity motivation; «*» — $p < 0.05$; critical values of the coefficient $p < 0.05—0.256$.

Исходя из полученных данных, можно сделать вывод об обратно пропорциональной зависимости эмоционального истощения и всех субшкал СЖО и общего показателя осмысленности жизни, а также внутренней мотивации. Таким образом, высокий уровень эмоционального истощения имеет связь с низкими показателями осмысленности жизни, включая цели, процесс, результат, локус контроля и общий показатель ОЖ, и низким уровнем внутренней мотивации.

Также выявлены обратно пропорциональные зависимости деперсонализации и всех субшкал СЖО и общего показателя осмысленности жизни. Следует отметить отсутствие значимых взаимосвязей с показателями мотивации.

Выявлены взаимосвязи редукции личных достижений со всеми субшкалами СЖО, а также с внутренней мотивацией. С учетом того, что шкала редукции личных достижений реверсивная, чем выше уровень редукции личных достижений респондента, тем ниже показатели смысложизненных ориентаций и внутренней мотивации.

Следует отметить, что наиболее сильные связи со смысложизненными ориентациями присущи эмоциональному истощению.

Обсуждение результатов

Исследование, проведенное среди 59 преподавателей вузов (72,9% женщин, 27,1% мужчин) с разным стажем работы и преимущественно высшим образованием второй и третьей степени, было направлено на изучение влияния мотивации и смысложизненных ориентаций на профессиональное выгорание.

Результаты показали, что более половины респондентов испытывают высокий или очень высокий уровень эмоционального истощения и деперсонализации. В то же время большинство из них сохраняют низкий уровень редукции личных достижений. Большинство опрошенных преподавателей характеризуются оптимальным типом мотивационного комплекса с преобладанием внутренней мотивации.

Сравнение группы респондентов с оптимальным мотивационным комплексом личности в сочетании с высоким уровнем осмысленности жизни и группы респондентов с неоптимальным мотивационным комплексом личности в сочетании с низким уровнем осмысленности жизни подтвердило гипотезу исследования: оптимальный мотивационный комплекс совместно с высоким уровнем осмысленности жизни выступает защитным фактором от профессионального выгорания по всем трем шкалам: эмоциональное истощение,

Камнева Е.В., Труфанов Т.В., Симонова М.М. (2026)
Мотивационные детерминанты профессионального
выгорания преподавателей вузов
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(1), 172—191.

Kamneva E.V., Trufanov T.V., Simonova M.M. (2026)
Motivational determinants of professional burnout among
university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(1), 172—191.

деперсонализация, редукция личных достижений. Пол респондентов не оказал статистически значимого влияния на уровень выгорания. Влияние стажа работы также не было статистически значимым, хотя наблюдалась тенденция к снижению эмоционального истощения и деперсонализации с увеличением стажа.

Корреляционный анализ подтвердил связь между показателями выгорания, смысложизненными ориентациями и мотивацией, в частности отрицательную связь выгорания с осмысленностью жизни и внутренней мотивацией. Таким образом, респонденты, не имеющие четких целей в будущем, не воспринимающие процесс своей жизни как интересный и наполненный смыслом, позитивно не оценивающие продуктивность уже прожитой жизни и не уверенные в своих силах и способности контролировать свою жизнь, более подвержены профессиональному выгоранию.

Заключение

Результаты исследования подтвердили основную гипотезу эмпирического исследования, что оптимальный тип мотивационного комплекса личности (МКЛ) и высокий уровень общего показателя осмысленности жизни снижает риск профессионального выгорания преподавателей вузов. Основная цель исследования выполнена, задачи исследования были решены. В ходе исследования были выявлены статистически значимые различия между группами с оптимальным и неоптимальным типами мотивационного комплекса личности (МКЛ) и высоким уровнем общего показателя осмысленности жизни по всем шкалам профессионального выгорания: эмоциональному истощению, деперсонализации и редукции личных достижений. Респонденты, имеющие четкие цели в будущем, воспринимающие процесс своей жизни как интересный и наполненный смыслом, позитивно оценивающие продуктивность уже прожитой жизни и уверенные в своих силах и способности контролировать свою жизнь, менее подвержены эмоциональному истощению.

Не обнаружено статистически значимого влияния пола и стажа работы на уровень профессионального выгорания. Хотя описательная статистика указывала на некоторые различия между группами с разным стажем, дисперсионный анализ не подтвердил их статистическую значимость.

Корреляционный анализ выявил значимые связи между показателями выгорания, смысложизненными ориентациями и мотивацией. В частности, была подтверждена отрицательная связь между выгоранием (особенно эмоциональным истощением и деперсонализацией) и осмысленностью жизни, а также положительная связь между редукцией личных достижений и внутренней, а также внешней положительной мотивацией. Респонденты, не имеющие четких целей в будущем, не воспринимающие процесс своей жизни как интересный и наполненный смыслом, позитивно не оценивающие продуктивность уже прожитой жизни и не уверенные в своих силах и способности контролировать свою жизнь, более подвержены профессиональному выгоранию. Эти результаты подчеркивают важность развития смысложизненных ориентаций и поддержания внутренней мотивации для профилактики профессионального выгорания у преподавателей вузов.

Важно подчеркнуть, что профилактика профессионального выгорания у преподавателей высших учебных заведений обязательно требует комплексного подхода, включающего улучшение условий труда, создание поддерживающей корпоративной культуры, обеспечение доступа к программам повышения квалификации и психологической помощи. Особое

Камнева Е.В., Труфанов Т.В., Симонова М.М. (2026)
Мотивационные детерминанты профессионального
выгорания преподавателей вузов
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(1), 172—191.

Kamneva E.V., Trufanov T.V., Simonova M.M. (2026)
Motivational determinants of professional burnout among
university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(1), 172—191.

внимание необходимо уделять балансу между рабочими обязанностями и личной жизнью, а также совершенствованию навыков саморегуляции и стрессоустойчивости (Пожарская, 2017; Романова, 2021). Кроме того, необходимо внедрять программы наставничества и обмена опытом среди преподавателей, чтобы стимулировать профессиональный рост и поддержку внутри коллектива. Также стоит рассмотреть возможность введения удобного гибкого графика работы для каждого преподавателя.

Перспективы исследования. Полученные в ходе проведенного исследования данные могут быть использованы для дополнения практических рекомендаций по профилактике и коррекции профессионального выгорания у преподавательского состава. Но из-за небольшой выборки результаты сложно экстраполировать на всю генеральную совокупность. Необходимо продолжать дальнейшие исследования по детальному изучению механизмов взаимосвязи между выгоранием, мотивацией и смысложизненными ориентациями, а также разработку эффективных программ психологической поддержки преподавателей вузов.

Список источников / References

1. Блинков, А.Н., Лебединцева, О.И. (2018). Профессиональное выгорание как следствие дефицита профессиональной готовности (на основе анализа научной литературы). *Акмеология. Безопасность профессиональной деятельности*, 1, 27—32. Blinkov, A.N., Lebedintseva, O.I. (2018). Professional burnout as a consequence of a lack of professional readiness (based on the analysis of scientific literature). *Acmeology. Safety of professional activities*. 1, 27—32. (In Russ.).
2. Богдан, Н.Н., Самсонова, Е.А. (2020). Эмоциональное выгорание у преподавателей вузов: способы выявления и предупреждения. *МНИЖ*, 6-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-vygoranie-u-prepodavateley-vuzov-sposoby-vyuavleniya-i-preduprezhdeniya> (дата обращения: 22.02.2026). Bogdan, N.N., Samsonova, E.A. (2020). Emotional burnout among university teachers: methods of detection and prevention. *MNIZH*, 6-2. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-vygoranie-u-prepodavateley-vuzov-sposoby-vyuavleniya-i-preduprezhdeniya> (viewed: 22.02.2026).
3. Водопьянова, Н.Е., Старченкова, Е.С. (2024). *Синдром выгорания. Диагностика и профилактика: практическое пособие*. 3-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт. Vodopyanova, N.E., Starchenkova, E.S. (2024). *Burnout syndrome. Diagnostics and prevention: a practical guide*. 3rd ed., rev. and expanded. Moscow: Yurait Publishing House. (In Russ.).
4. Герасимова, И.В., Деменчук, И.О. (2021). Синдром выгорания у преподавателей вузов в аспекте психологического отчуждения и утраты смыслов. *Письма в Эмиссия. Оффлайн (The Emissia.Offline Letters): электронный научный журнал*, 3, 2936. URL: <http://emissia.org/offline/2021/2936.htm> (дата обращения: 22.02.2026). Gerasimova, I.V., Demenchuk, I.O. (2021). Burnout syndrome in university teachers in the aspect of psychological alienation and loss of meaning. *The Emissia. Offline Letters: electronic scientific journal*, 3, 2936. (In Russ.). URL: <http://emissia.org/offline/2021/2936.htm> (viewed: 22.02.2026).
5. Ефимова, Г.З., Сорокин, А.Н., Грибовский, М.В. (2021). Идеальный педагог высшей школы: личностные качества и социально-профессиональные компетенции.

Камнева Е.В., Труфанов Т.В., Симонова М.М. (2026) Мотивационные детерминанты профессионального выгорания преподавателей вузов *Экстремальная психология и безопасность личности*, 3(1), 172—191.

Kamneva E.V., Trufanov T.V., Simonova M.M. (2026) Motivational determinants of professional burnout among university teachers *Extreme Psychology and Personal Safety*, 3(1), 172—191.

- Образование и наука*, 23(1), 202—230. <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2021-1-202-230>
- Efimova, G.Z., Sorokin, A.N., Gribovsky, M.V. (2021). Ideal teacher of higher education: personal qualities and socio-professional competencies. *Education and Science*, 23(1), 202—230. (In Russ.). <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2021-1-202-230>
6. Зейналов, Г.Г., Стародубцева, Л.В., Немыкина, О.И. (2018). Понятие «профессиональное выгорание» в научном измерении. Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки, 9, 24—26. Zeynalov, G.G., Starodubtseva, L.V., Nemykina, O.I. (2018). The concept of “professional burnout” in the scientific dimension. *Humanitarian, socio-economic and social sciences*, 9, 24—26. (In Russ.).
7. Кокоева, Р.Т., Хетагов, В.К. (2019). Профессиональные компетенции преподавателя высшей школы. *Современные проблемы науки и образования*, 3. <https://doi.org/10.17513/spno.28800> Kokoeva, R.T., Khetagov, V.K. (2019). Professional competencies of a higher education teacher. *Modern problems of science and education*, 3. (In Russ.). <https://doi.org/10.17513/spno.28800>
8. Леонтьев, Д.А. *Тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО)*. 2-е изд. М.: Смысл, 2006. Leontiev, D.A. *Test of life-meaning orientations (MLO)*. 2nd ed. Moscow: Smysl, 2006. (In Russ.).
9. Миронова, О.И., Ковалевская, Е.А. (2024). Взаимосвязь профессионального выгорания и ранних дезадаптивных схем у экстремальных психологов. *Психология и право*, 14(2), 185—198. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2024140214> Mironova, O.I., Kovalevskaya, E.A. (2024). The relationship of professional burnout to early maladaptive schemas in emergency psychologists. *Psychology and Law*, 14(2), 185—198. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/psylaw.2024140214>
10. Никулина, И.В. (2023). Профессиональное выгорание преподавателей вуза. *Известия Самарского научного центра Российской академии наук. Социальные, гуманитарные, медико-биологические науки*, 25(90), 32—37. <https://doi.org/10.37313/2413-9645-2023-25-90-32-37> Nikulina, I.V. (2023). Professional burnout of university teachers. *Bulletin of the Samara Scientific Center of the Russian Academy of Sciences. Social, humanitarian, medical and biological sciences*, 25(90), 32—37. (In Russ.). <https://doi.org/10.37313/2413-9645-2023-25-90-32-37>
11. Осин, Е.Н., Кошелева, Н.В. (2020). Тест смысло-жизненных ориентаций: новые данные о структуре и валидности. *Вопросы психологии*, 66(6), 150—163. Osin, E.N., Kosheleva, N.V. (2020). Test of meaning-based orientations: new data on the structure and validity. *Questions of Psychology*, 66(6), 150—163. (In Russ.).
12. Пожарская, Е.Л., Камнева, Е.В., Мочалов, Е.В., Елдин, М.А. (2017). Профилактика «эмоционального выгорания» как средство сохранения здоровья преподавателей. *Психология спорта*, 9, 51—53. Pozharskaya, E.L., Kamneva, E.V., Mochalov, E.V., Eldin, M.A. (2017). Prevention of “Emotional Burnout” as a Means of Maintaining the Health of Teachers. *Sport Psychology*, 9, 51—53. (In Russ.).

Камнева Е.В., Труфанов Т.В., Симонова М.М. (2026)
Мотивационные детерминанты профессионального
выгорания преподавателей вузов
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(1), 172—191.

Kamneva E.V., Trufanov T.V., Simonova M.M. (2026)
Motivational determinants of professional burnout among
university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(1), 172—191.

13. Пряжников, Н.С., Белоусов, М.В. (2023). Феномен профессионального выгорания личности специалиста в процессе профессиогенеза. *Вестник Тверского государственного университета. Серия «Педагогика и психология»*, 3, 76—86. <https://doi.org/10.26456/vtppsyped/2023.3.076>
Pryazhnikov, N.S., Belousov, M.V. (2023). The phenomenon of professional burnout of a specialist's personality in the process of profession genesis. *Bulletin of Tver State University. Series "Pedagogy and Psychology"*, 3, 76—86. (In Russ.). <https://doi.org/10.26456/vtppsyped/2023.3.076>
14. Реан, А.А. (1999). *Психология изучения личности: учебное пособие*. СПб.: Изд-во Михайлова В.А.
Rean, A.A. (1999). *Psychology of the Study of Personality: A Textbook*. St. Petersburg: Mikhailov V.A. Publishing House. (In Russ.).
15. Романова, Е.В., Пронина, Н.А. (2021). Построение эффективной модели управления стрессом в образовательном процессе у преподавателей вузов. *Научно-методический электронный журнал. Педагогические науки*, 4, 67.
Romanova, E.V., Pronina, N.A. (2021). Building an effective model of stress management in the educational process for university teachers. *Scientific and methodological electronic journal. Pedagogical sciences*, 4, 67. (In Russ.).
16. Самсонова, Е.А. (2022). Социологические факторы влияния образовательной среды на профессиональное выгорание преподавателей вузов. *Вестник Института социологии*, 13(3), 179—192. <https://doi.org/10.19181/vis.2022.13.3.837>
Samsonova, E.A. (2022). Sociological factors of the influence of the educational environment on the professional burnout of university teachers. *Bulletin of the Institute of Sociology*, 13(3), 179—192. (In Russ.). <https://doi.org/10.19181/vis.2022.13.3.837>
17. Смирнова, Е.В., Поштарева, Т.В. (2022). Исследование профессионального выгорания преподавателей. *Вестник Северо-Кавказского федерального университета*, 5, 219—227. <https://doi.org/10.37493/2307-907X.2022.5.25>
Smirnova, E.V., Poshtareva, T.V. (2022). Study of professional burnout of teachers. *Bulletin of the North Caucasus Federal University*, 5, 219—227. (In Russ.). <https://doi.org/10.37493/2307-907X.2022.5.25>
18. Alwaely, S.A., Jarrah, H. (2020). Occupational Burnout and its relation to Academic Staff Performance at Al Ain University, College of Education (Evaluation Study). *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 8(3), 19—28. <https://doi.org/10.23947/2334-8496-2020-8-3-19-28>
19. Dashper, K., Fletcher, T. (2019). "Don't call me an Academic": Professional identity and struggles for legitimacy within the vocational field of events management higher education. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*, 25(2), 1—10. <https://doi.org/10.1016/j.jhlste.2019.100201>
20. Gilmour, A.F., Sandilos, L.E. (2023). The Crucial Role of Administrators in Shaping Working Conditions for Teachers of Students with EBD. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 31(1), 109. <https://doi.org/10.1177/10634266221149933>
21. Freudenberger, H.J. (1974). Staff Burn-out. *Journal of Social Issues*, 30, 159—165. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>

Камнева Е.В., Труфанов Т.В., Симонова М.М. (2026)
Мотивационные детерминанты профессионального
выгорания преподавателей вузов
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(1), 172—191.

Kamneva E.V., Trufanov T.V., Simonova M.M. (2026)
Motivational determinants of professional burnout among
university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(1), 172—191.

22. Maslach, C. (1976). Burned-out. *Human Behavior*, 5(9), 16—22. <https://doi.org/10.1007/BF03286725>
23. Maslach, C., Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2(2), 97—113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
24. Maslach, C., Leiter, M.P., Schaufeli, W.B. (2001). Job burnout. *Annual review of psychology*, 52, 397—422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
25. Rocha, F.L.R., de Jesus, L.C., Marziale, M.H.P., Henriques, S.H., Marôco, J. Campos, J.A.D. (2020). Burnout syndrome in university professors and academic staff members: psychometric properties of the Copenhagen Burnout Inventory — Brazilian version. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 33:11. <https://doi.org/10.1186/s41155-020-00151-y>

Информация об авторах

Елена Владимировна Камнева, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии и развития человеческого капитала, Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации (ФГБОУ ВПО «Финансовый университет при Правительстве РФ»), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6165-1339>, e-mail: ekamneva@fa.ru

Тимофей Владиславович Труфанов, студент факультета социальных наук и массовых коммуникаций, Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации (ФГБОУ ВПО «Финансовый университет при Правительстве РФ»), Москва, Российская Федерация, e-mail: 225119@edu.fa.ru

Маргарита Михайловна Симонова, кандидат социологических наук, доцент, доцент кафедры психологии и развития человеческого капитала, Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации (ФГБОУ ВПО «Финансовый университет при Правительстве РФ»), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2232-6920>, e-mail: mmsimonova@fa.ru

Information about the authors

Elena V. Kamneva, PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Psychology and Human Capital Development, Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6165-1339>, e-mail: ekamneva@fa.ru

Timofey V. Trufanov, student of the Faculty of Social Sciences and Mass Communications, Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russian Federation, e-mail: 225119@edu.fa.ru

Margarita M. Simonova, PhD in Sociology, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Psychology and Human Capital Development, Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2232-6920>, e-mail: mmsimonova@fa.ru

Вклад авторов

Камнева Е.В. — идея, организация исследования.

Симонова М.М. — написание статьи.

Камнева Е.В., Труфанов Т.В., Симонова М.М. (2026)
Мотивационные детерминанты профессионального
выгорания преподавателей вузов
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(1), 172—191.

Kamneva E.V., Trufanov T.V., Simonova M.M. (2026)
Motivational determinants of professional burnout among
university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(1), 172—191.

Симонова М.М., Труфанов Т.В. — сбор данных, обработка данных.

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

Contribution of the authors

Elena V. Kamneva — study concept, organization.

Margarita M. Simonova — article writing.

Margarita M. Simonova, Timofey V. Trufanov — data collection, data processing.

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.

Декларация об этике

Исследование проведено в соответствии с Хельсинкской декларацией и одобрено этической комиссией совета кафедры психологии и развития человеческого капитала Финансового университета при Правительстве Российской Федерации (протокол № 4 от 12.11.2025).

Ethics statement

The study was conducted in accordance with the Declaration of Helsinki and approved by the Ethics Committee of the Council of the Department of Psychology and Human Capital Development of Financial University under the Government of the Russian Federation (report no. 4, 2025/11/12).

Поступила в редакцию 05.01.2026

Поступила после рецензирования 14.02.2026

Принята к публикации 15.02.2026

Опубликована 31.03.2026

Received 2026.01.05.

Revised 2026.02.14.

Accepted 2026.02.15.

Published 2026.03.31.