

Понимание юмора как индикатор профессиональной деформации учителя

А. Н. Кошелева¹, Д. Д. Польская¹

¹ Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена
191186, Россия, Санкт-Петербург, наб. р. Мойки, д. 48

Сведения об авторах:

Александра Николаевна Кошелева

e-mail: alkosh@inbox.ru

SPIN-код РИНЦ: 3957-8608

Scopus AuthorID: 57193243586

ResearcherID: E-3406-2017

ORCID: 0000-0003-2497-6414

Диана Дмитриевна Польская

e-mail: diana.polskya@yandex.ru

© Авторы (2020).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. В статье представлены результаты исследования, целью которого было изучение взаимосвязей проявлений профессиональной деформации и понимание юмора у учителей. В исследовании приняли участие учителя общеобразовательных школ Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Предмет исследования: стили юмора учителей, профессиональная деформация, эмоциональное выгорание. Гипотезой исследования стало предположение о том, что понимание юмора и предпочитаемые стили использования юмора взаимосвязаны с уровнем выраженности эмоционального выгорания и имеют специфические особенности у учителей с различным уровнем эмоционального выгорания. В качестве методик исследования были использованы: методика экспресс-диагностики эмоционального выгорания у педагогов

О. Л. Гончаровой; опросник стилей юмора Р. Мартина; авторская методика «Анекдоты», предназначенная для определения выраженности различных аспектов профессиональной деформации у учителей. Для математико-статистической обработки полученных данных были использованы Т-критерий Стьюдента для независимых выборок и корреляционный анализ Пирсона. Результаты исследования позволяют говорить о том, что использование юмора в педагогическом процессе помогает учителю противостоять ежедневному стрессу и повышает его адаптивность к условиям образовательной среды. Особенности юмора, используемого учителем, могут рассматриваться как индикатор степени выраженности профессиональной деформации. Педагоги с высоким уровнем эмоционального выгорания старшего возраста стараются избегать ситуаций, в которых они сами становятся объектом для шуток окружающих. Данный стиль юмора в большей степени присущ молодым педагогам. Использование самоподдерживающего стиля юмора выступает в качестве средства противостояния авторитаризму в профессиональной деятельности учителей с высоким уровнем эмоционального выгорания. Оптимистичный взгляд на жизнь позволяет педагогам находить смешное в ситуациях, связанных с проявлением профессиональных деформаций. Молодые учителя с меньшим стажем работы, с невысокой выраженностью эмоционального выгорания демонстрируют склонность к использованию в своей деятельности агрессивного стиля юмора. В качестве самых смешных анекдотов педагоги первой и второй групп выделяют шутки таких категорий, как «чувство истощения и хронической усталости» и «перенос ролевого поведения», что может свидетельствовать о склонности находить смешное в признаках профессиональной деформации, отражающихся на качестве жизни самого педагога.

Ключевые слова: профессиональная деформация, эмоциональное выгорание, понимание юмора, стили юмора, учителя.

Understanding humour as an indicator of teachers' professional deformation

A. N. Kosheleva¹, D. D. Polskaya¹

¹ Herzen State Pedagogical University of Russia
48 Moika River Emb., Saint Petersburg 191186, Russia

Authors:

Aleksandra N. Kosheleva

e-mail: alkosh@inbox.ru

SPIN: 3957-8608

Scopus AuthorID: 57193243586

ResearcherID: E-3406-2017

ORCID: 0000-0003-2497-6414

Diana D. Polskaya

e-mail: diana.polskaya@yandex.ru

Copyright:

© The Authors (2020).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. This article is dedicated to the relationship between teachers' professional deformation and their understanding of humour. Teachers working at secondary schools in St Petersburg and the Leningrad Region took part in the study. The study analysed teachers' humour styles, professional deformation and emotional burnout. The research hypothesis was that teachers' burnout level influences their understanding of humour and preferred humour style. The following methods were used in the study: express tool for emotional burnout assessment in teachers by O. L. Goncharova, R. Martin's Humour Styles Questionnaire and the author's "Jokes" method designed to determine degrees of various professional deformation aspects in teachers. Student's T-test for independent samples and Pearson's correlation coefficient were used for mathematical and statistical testing. The results show that the use of humour in education helps teachers to cope with daily stress and

increases their adaptability to the educational environment. Types of humour used by teachers can indicate the degree of their professional deformation. Older teachers with a high level of emotional burnout try to avoid situations where they become the object of other people's jokes. This humour style is more characteristic of younger teachers. For teachers with high burnout levels, a self-supporting humour style counteracts authoritarianism in the professional environment. An optimistic outlook allows teachers to find funny things in situations that involve professional deformation. Younger teachers with fewer years of experience and low emotional burnout level tend to use an aggressive humour style at work. Teachers in the first and second groups consider jokes about "feelings of exhaustion and chronic fatigue" and "role behaviour transfer" as the funniest, which may indicate a tendency to find funny things in signs of professional deformation affecting the teacher's quality of life.

Keywords: professional deformation, emotional burnout, understanding of humour, humour styles, teachers.

Введение

Проблема изучения профессиональной деформации личности остается в центре внимания психологической науки уже длительное время. Актуальным направлением современных исследований является выявление индикаторов профессиональной деформации, что позволит осуществлять более эффективную диагностику и коррекцию.

Любой вид профессиональной деятельности уже на стадии ее освоения в той или иной мере деформирует личность человека. Критерием успешности и эффективности выполнения деятельности выступают профессионально важные качества работника. Однако другие качества человека остаются менее востребованными или невостребованными вовсе (Пряжников, Пряжникова 2009).

Впервые термин «профессиональная деформация» был введен Питиримом Сорокиным для обозначения негативного влияния профессиональной деятельности на человека. Также профессиональные деформации описывались в работах А. К. Марковой (1996), Э. Ф. Зеера (2003), С. П. Безносова (2004). Профессиональные деформации – это изменения сложившейся структуры деятельности, возникающие в процессе выполнения профессиональной деятельности и негативно влияющие на ее продуктивность, а также искажающие личностные качества человека (Зеер 2003).

Деформации личности выражаются в искажении позитивных установок и в усилении негативных, оказывая тем самым влияние на формирование отношения к самому себе и к другим людям. Профессиональная деформация – это перенос рабочих регулирующих норм деятельности профессионала в сферу своей личной жизни и сферу межличностного общения. Они заставляют человека иначе смотреть на мир, оценивать все, что его окружает, с помощью применения своих трудовых навыков и знаний.

Профессия педагога является одной из наиболее подверженных риску профессиональной деформации. От степени развития профессиональной деформации учителя может зависеть личностный и социальный уровень развития ученика, а также и его обучение в целом.

Профессиональная деформация личности педагога на сегодняшний день описывается как состояние, которое возникает у здоровых педагогов в эмоционально напряженной обстановке и отличается наличием психофизических, когнитивных и поведенческих симптомов. Развитие профессиональных деформаций является своеобразным сигналом для организма, говорящим о чрезмерной нагрузке и большом количестве стресса, который испытывает учитель в ходе своей работы.

Применение юмора в профессиональной педагогической деятельности способствует развитию коммуникативных навыков педагога, рефлексии, формированию

новых стилей общения, а также развитию личности и ее росту.

В психологии чувство юмора может иметь различные формы выражения и рассматриваться как определенный паттерн поведения (частый смех и шутки), в качестве способности человека (умение придумывать шутки), как черта темперамента, как отношение (позитивное отношение к юмору), установка или же в качестве копинг-стратегии (Мусийчук 2007). В некоторых исследованиях юмор рассматривают также в качестве инструмента психогигиены. Юмор расценивается как средство, помогающее снять напряжение от возникающих проблем или конфликтов. Он оказывается особенно полезным, если направлен непосредственно на самого человека.

Р. В. Ершова и Р. З. Шарапова отмечают, что в современной психологии чувство юмора является одним из базовых качеств личности необходимым для характеристики профессионала (Ершова, Шарапова 2012).

В контексте данной работы, юмор можно определить как целенаправленное использование смешных фраз или действий педагога в ходе образовательного процесса, при взаимодействии со своими учениками, для управления классом, а также для создания доверительной и более расслабленной атмосферы, как ресурс личности, который позволяет наиболее эффективно справляться со стрессом и трудностями в профессиональной деятельности. Особенности и стиль предпочитаемого юмора (Мартин 2009) могут рассматриваться как своеобразный индикатор, позволяющий сделать предположение о наличии у педагогов тех или иных признаков эмоционального выгорания.

Немалую роль юмор может сыграть в процессе адаптации учителя, а также оказывать терапевтическое воздействие, выступая средством снятия напряжения и помогая при решении межличностных или внутриличностных конфликтов.

Целью нашего исследования стало изучение взаимосвязи характеристик профес-

сиональной деформации и понимания юмора учителями. Гипотезой исследования стало предположение о том, что понимание юмора и предпочитаемые стили использования юмора взаимосвязаны с уровнем выраженности эмоционального выгорания и имеют специфические особенности у учителей с различным уровнем эмоционального выгорания

Материалы и методы

В исследовании принимали участие 35 учителей общеобразовательных школ. Выборка была разделена на 2 группы: 16 человек – педагоги с высоким уровнем эмоционального выгорания и 19 человек – со средним или низким уровнем эмоционального выгорания. Использовались следующие методики:

- Экспресс-диагностика эмоционального выгорания у педагогов (Гончарова 2016);
- Опросник стилей юмора Р. Мартина (Иванова, Митина, Зайцева и др. 2013);
- Авторская методика «Анекдоты» (методика направлена на выявление юмористических предпочтений у педагогов и позволяет установить, проявление каких признаков профессиональной деформации учителя находят для себя более или менее смешными).

Для обработки результатов исследования были применены методы количественного анализа: анализ средних значений с использованием Т-критерия Стьюдента для независимых выборок, корреляционный анализ с использованием коэффициента линейной корреляции Пирсона

Результаты и их обсуждение

С целью выявления отношения учителей к различным аспектам своей профессиональной деятельности была проведена методика «Анекдоты». Затем был составлен рейтинг анекдотов, основанный на средних оценках. Основываясь на полученных данных, можно говорить о том, что педагоги с высоким и низким уровнем выраженности эмоционального выгорания

в качестве самых смешных анекдотов выделяют шутки, отражающие такие признаки эмоционального выгорания, как «чувство истощения и хронической усталости» (средняя оценка 6,1) и «перенос ролевого поведения» (средняя оценка 5,3). Данные анекдоты демонстрируют проблему чрезмерной нагрузки педагогов, акцентируют внимание на нехватке энергетических ресурсов для выполнения своей профессиональной деятельности. Также смешными учителям кажутся анекдоты, в которых присутствуют проявления особенностей ролевого поведения педагога во вне рабочее время. Это может свидетельствовать о склонности находить смешное в признаках профессиональной деформации, отражающихся на качестве жизни самого педагога

Наименее смешными каждой группе учителей кажутся анекдоты, отражающие такие симптомы профессиональной деформации, как «авторитаризм» (средняя оценка 2,9) и «некомпетентность» (средняя оценка 3,3) педагога. Учителя находят менее смешными шутки, которые отражают властное поведение педагога, отличающееся стратегией подавления, и анекдоты, демонстрирующие равнодушие и безразличие к учебному процессу, некорректное поведение педагога и нарушение им профессиональной этики. Можно говорить о защитном отношении к признакам профессиональной деформации, которые негативно сказываются на взаимодействии с учениками и качестве выполняемой работы

Сравнительный анализ средних значений по Т-критерию Стьюдента подтверждает вышеописанные результаты. Были обнаружены значимые различия в оценке анекдотов у учителей с высоким и низким уровнем выраженности эмоционального выгорания. Учителя с высоким уровнем эмоционального выгорания оценивают как более смешные анекдоты, отражающие такие проявления профессиональной деформации, как некомпетентность и перенос ролевого поведения, что позволяет рассматривать юмор как компенсаторный

механизм, способствующий снижению эмоционального напряжения.

С целью изучения взаимосвязи показателей эмоционального выгорания, используемых педагогами стилей юмора и их юмористических предпочтений был проведен корреляционный анализ. Показатели связались множественными связями ($p \leq 0,05$, $p \leq 0,01$).

В группе учителей с высоким уровнем эмоционального выгорания показатель профессионального выгорания связан с предпочтением агрессивного стиля юмора. Учителя с высоким уровнем эмоционального выгорания склонны видеть смешное в различных признаках профессиональной деформации при выраженной стратегии использования самоподдерживающего юмора. При оптимистичном взгляде на жизнь, выраженном умении сохранять чувство юмора перед лицом трудностей и проблем, учителю легче увидеть смешное в ситуациях, связанных с проявлениями профессиональной деформации.

Учителя с низким уровнем выраженности эмоционального выгорания имеющие меньший стаж работы, проявляют склонность к использованию в своей деятельности агрессивного стиля юмора. Наличие большего стажа работы положительно взаимосвязано с предпочтениями учителями самоподдерживающего стиля юмора,

направленного на них самих и являющегося способом регуляции эмоциональных проявлений и механизмом совладания со стрессом.

Выводы

Таким образом, установлено, что особенности юмора, используемого учителем, могут расцениваться как индикатор степени выраженности профессиональной деформации.

Учителя с высоким уровнем эмоционального выгорания оценивают как более смешные анекдоты, отражающие такие проявления профессиональной деформации, как некомпетентность и перенос ролевого поведения, что позволяет рассматривать юмор как компенсаторный механизм, способствующий снижению эмоционального напряжения.

Опытные учителя с невысоким уровнем эмоционального выгорания предпочитают самоподдерживающий стиль юмора, который является для них способом регуляции эмоциональных проявлений и механизмом совладания со стрессом. Молодые учителя с невысокой выраженностью эмоционального выгорания демонстрируют склонность к использованию в своей деятельности агрессивного стиля юмора.

Литература

- Безносков, С. П. (2004) *Профессиональная деформация личности*. СПб.: Речь, 272 с.
- Гончарова, О. Л. (2016) *Диагностический инструментарий психолога*. М.: Принт-Издат, 161 с.
- Ершова, Р. В., Шарапова, Р. З. (2012) Представление о чувстве юмора в психологии. *Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика*, № 3, с. 16–22.
- Иванова, Е. М., Митина, О. В., Зайцева, А. С. и др. (2013) Русскоязычная адаптация опросника стилей юмора Р. Мартина. *Теоретическая и экспериментальная психология*, № 2, с. 71–85.
- Зеер, Э. Ф. (2008) *Психология профессий*. М.: Академический проект; Фонд «Мира», 329 с.
- Мартин, Р. (2009) *Психология юмора*. СПб.: Питер, 480 с.
- Мусийчук, М. В. (2007) Аксиологическая функция юмора. *Вестник Томского государственного университета*, № 295, с. 91–94.
- Пряжников, Н. С., Пряжникова Е. Ю. (2009) *Психология труда*. М.: Академия, 480 с.

References

- Beznosov, S. P. (2004) *Professional'naya deformatsiya lichnosti [Professional deformation of personality]*. Saint Petersburg: Rech' Publ., 272 p. (In Russian)
- Ershova, R. V, Sharapova, R. Z. (2012) Predstavlenie o chuvstve yumora v psikhologii [An idea of a sense of humour in psychology]. *Vestnik Rossiiskogo universiteta druzhby narodov. Seriya: Psikhologiya i pedagogika*, no. 3, pp. 16–22. (In Russian)
- Goncharova, O. L. (2016) *Diagnosticheskie instrumentarii pedagoga- psikhologa [Diagnostic tools for pedagogue-psychologist]*. Moscow: Print-Izdat Publ., 161 p. (In Russian)
- Ivanova, E. M., Mitina, O. V., Zaitseva, A. S. et al. (2013) Russkoyazychnaya adaptatsiya oprosnika stilei yumora R. Martina [Russian adaptation of R. Martin's Humour Style questionnaire]. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya*, vol. 2, no. 2, pp. 71–85. (In Russian)
- Martin, R. (2009) *Psikhologiya yumora [Psychology of Humour]*. Saint Petersburg: Piter Publ., 480 p. (In Russian)
- Musiichuk, M. V. (2007) Aksiologicheskaya funktsiya yumora [Axiological function of humour]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta — Tomsk State University Bulletin*, no. 295, pp. 91–94. (In Russian)
- Pryazhnikov, N. S, Pryazhnikova, E. Yu. (2009) *Psikhologiya truda [Psychology of work]*. Moscow: Akademiya Publ., 480 p. (In Russian)
- Zeer, E. F. (2008) *Psikhologiya professii [Psychology of professions]*. Moscow: Academic project Publ.; Fond "Mira" Publ., 2008, 329 p. (In Russian)