

ОБЩЕСТВЕННОЕ ЗДОРОВЬЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ, СОЦИОЛОГИЯ И ИСТОРИЯ МЕДИЦИНЫ

PUBLIC HEALTH AND HEALTHCARE ORGANIZATION, SOCIOLOGY AND HISTORY OF MEDICINE

ОБЗОРНАЯ СТАТЬЯ
REVIEW ARTICLE

<https://doi.org/10.20340/vmi-rvz.2026.1.OZOZ.1>
УДК 378.124:159.944.4:614.2



ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ФАКТОРЫ

С.А. Бабанов¹, Е.А. Дарюхина², А.В. Жестков³, А.В. Глазистов¹

¹Самарский государственный медицинский университет, ул. Чапаевская, д. 89, г. Самара, 443099, Россия

²Самарская городская больница №5, ул. Республиканская, д. 56, г. Самара, 443051, Россия

³Медицинский университет «Реавиз», ул. Чапаевская, д. 227, г. Самара, 443001, Россия

Резюме. *Введение.* Профессиональное выгорание преподавателей высших учебных заведений представляет собой актуальную медико-психологическую и организационную проблему, негативно влияющую на качество образовательного процесса и здоровье педагогов. Усиление рабочей нагрузки, цифровизация образования и последствия пандемии COVID-19 обусловили рост распространённости синдрома эмоционального истощения в академической среде. *Цель:* систематизировать психологические, социальные и организационные факторы, детерминирующие развитие синдрома профессионального выгорания у преподавателей вузов, и обосновать принципы комплексной профилактики. *Основное содержание.* Рассмотрены ключевые факторы риска выгорания: хроническая перегрузка, ролевая неопределённость, дефицит автономии, низкий уровень институциональной поддержки и межличностные конфликты в коллективе. Проанализированы особенности манифестации синдрома в зависимости от типа учебного заведения – технического, гуманитарного и медицинского профиля. Обоснована необходимость многоуровневой диагностики, сочетающей стандартизированные психологические опросники (MBI, OLBI) с клиническими и соматическими методами оценки. Показана роль цифровизации как самостоятельного фактора эмоционального истощения. Предложены организационные и психологические подходы к профилактике, адаптированные к специфике образовательной среды. *Заключение.* Эффективное противодействие профессиональному выгоранию в академической среде требует интеграции научно обоснованных диагностических инструментов, адресных организационных мер и системной психологической поддержки с учётом профиля конкретного вуза.

Ключевые слова / Keywords [MeSH]: профессиональное выгорание / burnout, professional [D002055]; эмоциональное истощение / emotional exhaustion [D001526]; преподаватели высшей школы / faculty [D005178]; психологические факторы / psychological factors [D011579]; организационный стресс / occupational stress [D013315]; цифровизация образования / education, distance [D004521]; пандемия COVID-19 / COVID-19 [D000086382].

Конфликт интересов. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Финансирование. Исследование проводилось без спонсорской поддержки.

Для цитирования: Бабанов С.А., Дарюхина Е.А., Жестков А.В., Глазистов А.В. Профессиональное выгорание преподавателей высших учебных заведений: психологические и организационные факторы. *Вестник медицинского института «РЕАВИЗ»: Реабилитация, Врач и Здоровье.* 2026;16(1):133-148. <https://doi.org/10.20340/vmi-rvz.2026.1.OZOZ.1>



PROFESSIONAL BURNOUT OF UNIVERSITY EDUCATORS: PSYCHOLOGICAL AND ORGANIZATIONAL FACTORS

Sergey A. Babanov¹, Ekaterina A. Daryukhina², Aleksandr V. Zhestkov³, Anton V. Glazistov¹

¹Samara State Medical University, Chapaevskaya St., 89, Samara, 443099, Russia

²Samara City Hospital No. 5, Respublikanskaya St., 56, Samara, 443051, Russia

³Medical University "Reaviz", Chapaevskaya St., 227, Samara, 443001, Russia

Abstract. *Background.* Burnout among higher education faculty represents a significant occupational health concern with direct implications for teaching quality and institutional performance. The convergence of increased administrative burden, digital transformation, and the COVID-19 pandemic has intensified emotional exhaustion across academic settings worldwide. *Objective.* To systematize the psychological, social, and organizational determinants of professional burnout among university faculty and to substantiate evidence-based principles for its prevention. *Main Content.* Key risk factors examined include chronic work overload, role ambiguity, limited professional autonomy, insufficient institutional support, and interpersonal workplace conflict. Burnout manifestations are analyzed comparatively across technical, humanities, and medical universities. The rationale for multimodal diagnostic approaches – combining standardized instruments (MBI, OLBI) with clinical assessment methods – is discussed. Digital transformation is identified as an independent contributor to emotional exhaustion. Organizational and psychological prevention strategies are proposed, tailored to the characteristics of different academic environments. *Conclusion.* Effective burnout prevention in higher education requires the integration of validated diagnostic tools, targeted institutional interventions, and sustained psychological support adapted to the specific profile of each educational organization.

Competing interests. The authors declare no competing interests.

Funding. This research received no external funding.

Cite as: Babanov SA., Daryukhina E.A., Zhestkov A.V., Glazistov A.V. Professional burnout of university educators: psychological and organizational factors. *Bulletin of the Medical Institute "REAVIZ". Rehabilitation, Doctor and Health.* 2026;16(1):133-148. <https://doi.org/10.20340/vmi-rvz.2026.1.OZOZ.1>

ВВЕДЕНИЕ

Профессиональное выгорание – одно из наиболее актуальных психологических явлений современной педагогической деятельности, оказывающее существенное влияние на здоровье и эффективность работы преподавателей высших учебных заведений. С ростом требований к образовательному процессу, увеличением объёма информации, разнообразием форм работы и социальных ожиданий преподавательский труд сопряжён с высоким уровнем эмоционального и психического напряжения, что приводит к развитию синдрома эмоционального выгорания [1]. Выгорание определяется как комплекс негативных психологических, эмоциональных и физически истощающих состояний, связанных с длительным воздействием профессиональных стрессоров. Для преподавателей вузов это явление представляет особую значимость, поскольку снижает качество преподавания, ухудшает взаимоотношения с обучающимися и снижает общий уровень мотивации к труду [2].

В условиях современной образовательной среды профессия преподавателя высшего учебного заведения подвергается не только профессиональным, но и организационным, социально-психологическим стресс-факторам, способствующим формированию выгорания и негативно влияющим на состояние здоровья [3]. Это создаёт необходимость комплексной оценки рисков, разработки методов диагностики и прогнозирования развития синдрома, а также формирования эффективных профилактических мер, направленных на сохранение профессиональ-

ного здоровья педагогов и повышение результативности образовательного процесса [4].

Последствия профессионального выгорания выходят за пределы личностного уровня, снижая качество преподавания, мотивацию и профессиональную активность, что напрямую отражается на качестве образования и социальных результатах вузовской деятельности [5]. В этом контексте изучение факторов, влияющих на возникновение выгорания, и путей его преодоления приобретает ключевое значение для обеспечения устойчивого развития системы высшего образования и повышения качества жизни преподавателей.

Актуальность исследования профессионального выгорания преподавателей обусловлена масштабностью проблемы и серьёзными последствиями для системы высшего образования в целом. Экспертные оценки свидетельствуют о росте уровня эмоционального выгорания среди преподавателей различных вузов, что требует разработки эффективных инструментов диагностики и профилактики.

Понятие профессионального выгорания возникло в 1970-х годах и было впервые систематизировано психологом Кристиной Маслач (Maslach, 1976, в русскоязычной литературе Водопьянова Н.Е. и Старченкова Е.С.). Синдром эмоционального выгорания определяется как состояние хронического эмоционального истощения, деперсонализации и снижения личных достижений в профессиональной деятельности [6, 7]. Самсонова Е.А. подчёркивает, что профессиональное выгорание у преподавателей вузов проявляется в трёх основных компонентах: эмоциональном истощении, деперсонализации

и снижении чувства личных достижений, что приводит к ухудшению качества педагогической деятельности и отрицательно сказывается на состоянии здоровья [8]. Эти компоненты схожи с международно признанными моделями, где эмоциональное истощение является ядром синдрома выгорания (Maslach, Jackson).

Обзор зарубежных исследований по профессиональному выгоранию преподавателей подтверждают распространённость и серьёзность проблемы профессионального выгорания среди преподавателей высших учебных заведений в разных странах. Исследование J.R. Lackritz (США, 2004) выявило, что значительная доля преподавателей испытывает эмоциональное истощение и деперсонализацию, что напрямую связано с профессиональным перформансом и демографическими особенностями (стаж, возраст, дисциплина преподавания). Были определены как индивидуальные, так и институциональные факторы риска. Работа Rocha и соавт. сфокусирована на психометрической проверке Копенгагенского опросника выгорания в академической среде [68]. Авторы отмечают высокую распространённость выгорания у профессоров и академического персонала, что подтверждается валидностью соответствующих диагностических инструментов.

Эмпирическое исследование В. Токег показало, что среди турецких преподавателей основные причины выгорания связаны с высокой рабочей нагрузкой, недостатком поддержки, а также дисбалансом между работой и личной жизнью [69]. Azeem и Nazir выявили, что индийские преподаватели особенно уязвимы к выгоранию из-за низкого уровня системной поддержки, неудовлетворённости работой и психологических факторов (например, высокий уровень тревожности) [70]. В систематическом обзоре Watts и Robertson анализируются данные международных исследований и подчёркивается универсальность феномена выгорания в высшем образовании независимо от страны [71].

Проблема профессионального выгорания преподавателей универсальна и актуальна для академической среды разных стран. Основными факторами выступают: высокие требования к преподавательской деятельности, хронический стресс, эмоциональное и интеллектуальное перенапряжение, недостаток поддержки. Во всех работах отмечается важность ранней диагностики и реализации комплексных профилактических программ на индивидуальном и организационном уровнях.

Согласно национальным и международным рекомендациям, ранняя диагностика выгорания и внедрение многоуровневых профилактических программ являются ключевыми элементами для сохра-

нения трудового потенциала и повышения качества образовательного процесса [47].

Таким образом, комплексное понимание и систематическое изучение профессионального выгорания преподавателей вузов является важнейшей задачей для сохранения кадрового потенциала, обеспечения здоровья педагогов и развития современной образовательной среды.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Данный обзор выполнен в формате систематического обзора литературы. Для анализа были отобраны научные публикации, посвящённые профессиональному выгоранию преподавателей высших учебных заведений и связанным с ним факторам, методам диагностики и профилактики.

Критерии отбора источников включали: публикации, опубликованные с 2015 по 2024 г., рецензируемые статьи, монографии, научные отчёты и рекомендации; исследования, выполненные в российских и зарубежных научных центрах. Поисковая стратегия включала использование следующих баз данных: eLIBRARY.RU, CyberLeninka, PubMed, Scopus и Google Scholar. Поисковые запросы содержали ключевые слова «профессиональное выгорание», «преподаватели вузов», «эмоциональное истощение», «диагностика выгорания» и их вариации. Материал был систематизирован по тематическим направлениям: факторы выгорания, методы диагностики, прогнозирование, профилактика и особенности в различных типах вузов.

Современные факторы профессионального выгорания

Теория профессионального выгорания представляет собой междисциплинарную область, объединяющую психологию труда, социологию и медицину труда. Основываясь на современных концепциях, исследователи подчёркивают необходимость комплексного подхода к изучению и управлению выгоранием у преподавателей вузов, учитывающего индивидуальные, организационные и культурные особенности образовательных учреждений [1, 6, 7].

Теоретические подходы к сущности выгорания педагогов высших учебных заведений обобщают Ляшенко В.Г. и Целютина Т.В., выделяя биопсихосоциальный характер синдрома, в котором интегрируются физиологические, психологические и социальные факторы, влияющие на возникновение и развитие выгорания [7]. Также актуальна концепция когнитивных и эмоциональных ресурсов, дефицит которых ведёт к истощению и снижению эффективности профессиональной деятельности [9].

В педагогической среде выгорание характеризуется особыми проявлениями, связанными с высокой эмоциональной вовлечённостью, постоянной соци-

альной нагрузкой и требованиями к разнообразным коммуникативным функциям преподавателя [10, 11, 12]. Дополнительным фактором является несовпадение профессиональных ожиданий с реальными условиями работы и организационной средой [3, 6].

Исследование особенностей выгорания у преподавателей выявляет непосредственную связь его проявлений с организационными и социальными факторами: высокой нагрузкой, недостаточной поддержкой, конфликтами и неопределённостью ролей [3, 13, 14]. Согласно Каравашкиной Р.И. и соавт., эмоциональное истощение напрямую снижает мотивацию и результативность деятельности, что требует системного подхода к профилактике [5].

Профессиональное выгорание у преподавателей высших учебных заведений формируется под воздействием комплексного комплекса социальных и психологических факторов, которые усиливают стрессовую нагрузку и способствуют ухудшению эмоционального состояния [3, 15, 16].

Среди социологических факторов важную роль играют условия образовательной среды, в том числе организационные характеристики, культура управления и социальные отношения внутри коллектива. Ряд исследователей подчёркивает, что деструктивные стили управления, отсутствие адекватной поддержки и высокий уровень конфликтности значительно повышают риск развития эмоционального выгорания [8, 17]. Замараева Е.И. выделяет конфликтогенность как существенный фактор негативного воздействия на психоэмоциональное состояние преподавателей [18]. Она обращает внимание на роль конфликтогенности в сфере высшего образования, подчеркивая, что рост конфликтных взаимодействий приводит к обесцениванию профессиональной деятельности и усугублению симптомов выгорания. Неблагоприятный эмоциональный климат создаёт условия для стрессового переутомления и снижает психологическую устойчивость преподавателей. Организационные изменения, бюрократизация учебного процесса и рост административной нагрузки также способствуют уменьшению мотивации и увеличению стрессовых реакций [13, 19]. В условиях цифровизации образования преподаватели сталкиваются с дополнительными вызовами, такими как необходимость быстрого освоения новых технологий, что усиливает психоэмоциональное напряжение [20].

На уровне психологических факторов большое значение имеет индивидуальная восприимчивость к стрессу, личностные качества и психоэмоциональная устойчивость. Перфекционизм является одним из факторов, способствующих возникновению синдрома выгорания из-за завышенных требований к собственной деятельности и постоянного внутрен-

него напряжения [15]. Также важна роль жизнестойкости, которая рассматривается как ресурс противодействия выгоранию [21].

Эмоциональный дистресс и снижение эмпатийности формируют цепочку негативных реакций, ухудшающих качество педагогической деятельности [22, 23]. Психологические факторы профессионального здоровья напрямую связаны со стрессоустойчивостью и эффективностью coping-стратегий преподавателей [24].

Важной особенностью является влияние социально-психологической среды вуза, включая поддержку коллег, уровень социального капитала и корпоративной культуры [8, 16]. Недостаток социальной поддержки усиливает ощущение изоляции и способствует развитию деперсонализации. Каяшева О.И. в своих исследованиях выделяет перфекционизм как важный личностный фактор, усиливающий риски эмоционального выгорания [15]. Перфекционистские установки связаны с завышенными требованиями к себе и страхом неудачи, что увеличивает хроническое чувство неудовлетворенности результатами работы и способствует развитию чувства профессиональной неполноценности.

Исследования Березиной Т.Н. и коллег показали, что возрастные группы преподавателей по-разному воспринимают стрессовые ситуации, а также отличаются уровнем эмпатийности и устойчивости к профессиональным вызовам [25]. Это влияет на индивидуальные реакции на рабочие нагрузки и требует адаптации профилактических мер в зависимости от возрастного состава коллектива.

Организационная нагрузка на преподавателей является одним из основных детерминантов риска выгорания. Пряжников Н.С. и Румянцев Л.С. выделяют бюрократизацию образовательного процесса как существенную стресс-детерминанту, которая способствует профессиональному истощению [19]. Преждевременное выгорание здесь связано с не востребованностью творческого потенциала и высоким уровнем рутинной работы, что снижает удовлетворённость трудом и вызывает психологический дискомфорт.

Болтенков Н.В. и Гринько А.А. дополнительно выявляют, что молодые преподаватели особенно подвержены стрессу из-за отсутствия опыта управления профессиональными трудностями и недостаточной адаптации к требованиям профессии [14]. Они выделяют трудности, связанные с неустойчивостью трудового статуса и ожиданием высокой результативности, что усугубляет эмоциональный дисбаланс и приводит к профессиональной деформации. Смагулов Н.К. и коллеги в своих исследованиях подчеркнули, что сочетание социальных и произ-

водственных факторов создаёт кумулятивный эффект, усиливающий вероятность выгорания [26, 27].

Особую значимость приобретают исследования, посвящённые пандемии COVID-19, когда изменение формата работы, изоляция и неопределённость усугубили психоэмоциональные риски для преподавателей [28, 29]. Пандемия COVID-19 резко изменила образовательную среду, спровоцировав переход на дистанционные формы обучения и внедрение цифровых технологий, что существенно повлияло на профессиональное выгорание преподавателей вузов [29, 30]. Дистанционное обучение создало дополнительные психологические и технические трудности, нарушение привычного ритма работы, увеличение времени на подготовку и проведение занятий, а также проблемы с обеспечением обратной связи со студентами [31]. Это, в свою очередь, усилило стресс и эмоциональное истощение педагогов.

Условия труда и организационная среда оказывают значительное влияние на возникновение и развитие профессионального выгорания у преподавателей высших учебных заведений. Исследования показывают, что неудовлетворительные рабочие условия, высокий уровень бюрократии, неразрешённые конфликты и недостаток социальной поддержки являются ключевыми факторами риска [18, 35].

Организационные аспекты нагрузки включают интенсивность рабочего процесса, многозадачность, совмещение научной и педагогической деятельности, а также нечёткость обязанностей [14, 53]. Высокая административная нагрузка и бюрократизация образовательного процесса дополнительно усиливают стресс и способствуют эмоциональному истощению [1, 19]. Организационные проблемы усугубляются недостаточной материальной и нематериальной мотивацией, низким уровнем признания достижений и ограниченными возможностями карьерного роста [54, 55]. При этом эффективное управление и поддержка со стороны администрации способны существенно снизить риски, повысить удовлетворённость трудом и уменьшить уровень выгорания [24, 48]. Также исследования показывают, что цифровизация образования и внедрение смешанных моделей обучения вносят дополнительные психоэмоциональные нагрузки, связанные с необходимостью постоянного обновления профессиональных компетенций и управления виртуальной коммуникацией [20, 45].

Важным фактором является и социально-психологический климат в коллективе: поддержка коллег, взаимопонимание и позитивные межличностные отношения способствуют снижению эмоционального напряжения [16, 22]. Отрицательные

аспекты организационной культуры, напротив, усиливают конфликты и деструктивные установки [8, 18].

Неотъемлемой частью профессионального здоровья преподавателей является оценка санитарно-гигиенических условий труда, особенно в медицинских и технических вузах. Качество организации рабочего места, параметры микроклимата, освещённость и уровень шума оказывают существенное влияние на физическое и психоэмоциональное состояние педагогов [37, 56]. Также следует учитывать специфику работы в отраслевых (ведомственных) вузах, где дополнительные требования и особые условия труда могут повышать вероятность профессионального выгорания [57]. Создание благоприятных организационно-трудовых условий является одним из ключевых направлений профилактики и управления синдромом выгорания. Современные подходы ориентированы на оптимизацию рабочих процессов, повышение уровня мотивации и развитие корпоративной культуры, направленной на поддержку психологического здоровья преподавателей [58].

Подводя итог, можно констатировать, что профессиональное выгорание является результатом взаимовлияния множества факторов – от социальных и организационных до личностных и психологических. Комплексный анализ этих факторов позволяет выработать эффективные стратегии профилактики и коррекции выгорания. Эффективная оценка рисков и своевременная диагностика профессионального выгорания имеют ключевое значение для предотвращения негативных последствий на здоровье и работоспособность преподавательского состава. В научной литературе описаны различные методики и инструменты для выявления ранних признаков и оценки степени выгорания.

Диагностика и прогнозирование профессионального выгорания

Основным инструментом диагностики является опросник Маслач (Maslach Burnout Inventory, MBI), адаптированный для педагогической среды [1, 32]. Кроме MBI, применяются специализированные методы психологического тестирования, анкетирования и интервьюирования [33, 34].

Оценка рисков включает анализ факторов трудового процесса, таких как интенсивность нагрузки, длительность рабочего времени, конфликтогенность, уровень социальной поддержки и организационные условия [35, 36]. Важным элементом является также оценка психофизиологического состояния, включающего психоэмоциональное напряжение и физическую усталость [37, 38].

Синдром профессионального выгорания тесно связан с ухудшением психического здоровья, что требует внимания к диагностике тревожных рас-

стройств, депрессий и стрессовых реакций [28, 39]. Современные исследования подчёркивают важность комплексного подхода, сочетающего психологическую диагностику с оценкой условий труда и личностных характеристик [40, 41].

Диагностические мероприятия осуществляются как на индивидуальном, так и на организационном уровнях, включая корпоративные опросы и мониторинг состояния работников [42, 43]. Важным направлением является также использование современных цифровых технологий и онлайн-инструментов для оценки рисков профессионального выгорания своевременного выявления и комплексного анализа, формирования эффективных стратегий профилактики и коррекции [5, 20, 44].

Традиционным и наиболее широко используемым инструментом диагностики является опросник К. Маслач (Maslach Burnout Inventory, MBI), адаптированный для педагогической среды. Он позволяет выявить три основные составляющие синдрома: эмоциональное истощение, деперсонализацию и снижение личных достижений. Применение MBI позволяет эффективно ранжировать степень выгорания и выявлять персональные особенности реакции на профессиональные стрессоры [1, 8]. В исследовании факторов влияния образовательной среды использованы модифицированные версии шкалы MBI, что позволило учесть специфические стрессоры преподавательской деятельности в вузах и их влияние на уровень выгорания. Применение данных опросников обеспечивает надёжную количественную оценку и сравнительный анализ между группами.

Комплексный подход к диагностике предлагает включение медицинских методик, таких как определение уровня кортизола в слюне, электрофизиологические исследования и оценку соматического состояния. Агибалова А.А. и коллеги обнаружили у преподавателей медицинских вузов повышение уровня кортизола – биомаркера хронического стресса, что является объективным признаком высокого риска выгорания [32].

Измеров Н.Ф. и Бухтияров И.В. акцентируют внимание на необходимости мониторинга показателей сердечно-сосудистой системы, уровня артериального давления и показателей нервной системы, которые отражают степень физиологического перенапряжения и могут служить индикаторами профессионального стресса [46].

Для диагностики риска выгорания важно учитывать условия труда и организационный климат. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. предлагают использовать методики экологической гигиены, включая оценку микроклимата, уровня шума и освещённости, которые влияют на функциональное состояние организма преподавателей [1].

Смагулов Н.К. и коллеги подчёркивают роль анкетирования и экспертных оценок в выявлении факторов организационной дистресс-среды, таких как бюрократические барьеры, недостаток ресурсов и поддерживающей среды, которые увеличивают нагрузку и напряжение на персонал [26]. Ляшенко В.Г. и Целютина Т.В. в обзоре теоретических подходов подчёркивают, что использование мультифакторных моделей, включающих анализ эмоционального состояния, условий труда и личностных характеристик, повышает качество диагностики и адаптивность методов [7].

Современные исследования направлены на создание комплексных систем диагностики, объединяющих психологические, медицинские и организационные методы. Такие подходы позволяют выявлять ранние признаки выгорания, предсказывать его развитие и эффективно планировать профилактические мероприятия. Диагностика профессионального выгорания требует комплексного и индивидуализированного подхода, сочетающего стандартизированные психологические инструменты с медицинскими обследованиями и анализом организационной среды. Это обеспечивает не только точную оценку состояния педагогов, но и формирует основу для разработки эффективных программ поддержки и профилактики.

Прогнозирование профессионального выгорания предполагает выявление вероятности и степени развития синдрома на основе анализа факторов риска и ранних диагностических индикаторов. Современные исследования подчёркивают важность комплексного подхода, учитывающего индивидуальные особенности личности, условия труда и психосоциальный климат учебного заведения [31, 42, 47].

Методы прогнозирования основываются на статистическом моделировании, экспертных оценках и психологическом мониторинге. В частности, использование профессиональных опросников, систематического наблюдения и анализа биомаркеров позволяет определять группы риска и прогнозировать динамику выгорания. В научной литературе представлены различные методические подходы, включающие психологические опросники, медицинские обследования и комплексные методики оценки условий труда.

Личностные факторы профилактики связаны с развитием жизнестойкости, осознанности и самооценки, что снижает восприимчивость к эмоциональному истощению [6, 21]. Важным элементом является формирование здорового образа жизни, который способствует снижению симптомов выгорания.

Особое внимание уделяется актуальным вызовам цифровизации и переходу к дистанционному обуче-

нию, требующим адаптации профилактических программ к новым условиям.

Таким образом, успешное прогнозирование и профилактика профессионального выгорания требуют междисциплинарного и системного подхода, ориентированного на поддержку как индивидуальных ресурсов преподавателей, так и оптимизацию организационной среды.

Модели прогнозирования

Одним из ведущих методов является использование многофакторных регрессионных моделей, позволяющих интегрировать данные об субъективных и объективных параметрах. Так, Березина Т.Н. и коллеги в своём исследовании нашли статистически значимую зависимость между уровнем профессионального выгорания и такими переменными, как возраст, характеристики образовательной среды и показатели социальной поддержки [25]. Модель прогноза, построенная на этих данных, позволяет эффективно предсказывать группы с повышенным риском выгорания среди преподавателей.

Актуальны когнитивно-эмоциональные модели, основанные на теории дефицита ресурсов, которые рассматривают выгорание как результат дисбаланса между требованиями профессии и доступными ресурсами индивидуума. Ляшенко В.Г. и Целютина Т.В. подчёркивают важность раннего выявления признаков истощения эмоциональных и когнитивных ресурсов для разработки своевременных профилактических программ [7]. Прогнозирование выгорания неразрывно связано с практикой профилактики. Водопьянова и Старченкова отмечают, что использование диагностических данных для планирования психолого-педагогического сопровождения позволяет снизить вероятность перехода выгорания в хроническую стадию и улучшить адаптивные возможности преподавателей [1].

В современных условиях цифровизации образования прогнозирование профессионального выгорания становится также важным для адаптации к новым форматам работы. Хакимова Н.Р. и соавторы подчёркивают необходимость интеграции цифровых инструментов мониторинга эмоционального состояния преподавателей, что позволяет оперативно выявлять риски и предпринимать меры по их снижению [20].

Профессиональное выгорание преподавателей высших учебных заведений представляет собой многогранное явление, обусловленное взаимодействием эмоциональных, психологических, физиологических и организационных факторов. Анализ представленных исследований подтверждает, что выгорание существенно влияет на качество жизни и здоровье педагогов, снижая их профессиональную

эффективность и ухудшая общее состояние и качество жизни.

Рассмотренные методы диагностики позволяют выявлять признаки выгорания на ранних этапах, что значительно повышает эффективность профилактических мер. Оценка рисков с использованием многофакторных моделей и учёт личностных особенностей помогает формировать индивидуальные стратегии поддержки.

Особое значение имеет влияние условий труда и санитарно-гигиенических факторов, различающихся в медицинских и технических вузах, что требует дифференцированного подхода к мониторингу и коррекции состояния преподавателей. Прогнозирование риска профессионального выгорания на основе данных современных исследований позволяет своевременно внедрять меры, направленные на снижение негативных последствий и сохранение трудового потенциала.

Диагностические методики

Для выявления синдрома профессионального выгорания в сфере высшего образования применяются различные диагностические инструменты, позволяющие определить степень эмоционального истощения, деперсонализации и снижения личной эффективности. Классическим и наиболее распространённым инструментом является опросник Маслач (Maslach Burnout Inventory, MBI), адаптированный для педагогической среды. Он позволяет количественно оценить три ключевых компонента выгорания: эмоциональное истощение, деперсонализацию и снижение профессиональной эффективности [1]. Использование MBI подтверждает возможность стандартизированной и валидированной диагностики, что важно для научных исследований и практической работы с персоналом. Комплексный подход к диагностике профессионального выгорания включает сочетание психометрических методов, биохимических исследований и клинических оценок, что обеспечивает высокую информативность и позволяет разрабатывать индивидуализированные программы профилактики и коррекции [31].

Примеры методик диагностики профессионального выгорания

Maslach Burnout Inventory (MBI). Самая распространённая методика, разработанная К. Маслач и С. Джексоном. Состоит из трёх шкал: эмоциональное истощение, деперсонализация и снижение личной эффективности. Позволяет количественно оценить уровень выгорания и выявить наиболее проблемные компоненты [1].

Интегративный тест тревожности (ИТТ). Стандартный опросник для оценки уровня тревожности у педагогов, что важно для выявления сопутствующей

щих эмоциональных состояний, способных влиять на развитие выгорания.

Опросник «Копинг-стратегии» Лазаруса (адаптированная методика). Позволяет выявить предпочитаемые способы поведения и механизмы совладания с трудными жизненными ситуациями, включая рабочий стресс. Оценивает когнитивные, эмоциональные и поведенческие стратегии преодоления, что помогает понять индивидуальные особенности реакции преподавателей на профессиональную нагрузку.

Неспецифический опросник качества жизни SF-36 (Short Form-36). Этот широко используемый инструмент отражает общее состояние благополучия и степень удовлетворённости различными аспектами жизни, которые могут быть нарушены при наличии профессионального выгорания и стрессовых состояний. Позволяет оценить влияние здоровья на качество жизни преподавателей.

Качество жизни и здоровье преподавателей вузов в контексте профессионального выгорания

Профессиональное выгорание оказывает существенное влияние на качество жизни и состояние здоровья преподавателей высших учебных заведений. Многочисленные исследования подтверждают, что эмоциональное истощение и хронический стресс негативно сказываются как на психическом, так и на физическом здоровье педагогов [61, 62]. Физические проявления выгорания включают ухудшение соматического состояния, повышение риска хронических заболеваний и снижение общего уровня работоспособности [9]. Снижение качества жизни преподавателей связано также с ухудшением социальной активности и нарушением баланса между работой и личной жизнью.

Влияние профессиональных рисков должно рассматриваться в системе доказательной медицины, что подчёркивает необходимость комплексной оценки состояния здоровья и профилактических мер на уровне организации труда.

Психическое здоровье преподавателей тесно связано с уровнем профессионального выгорания. Прослеживается связь между выгоранием и симптомами тревожности, депрессии и снижением когнитивных функций [28]. По данным Уристовой А.К. и соавторов, психологический дистресс существенно влияет на качество педагогической деятельности и удовлетворённость профессией [39].

Поддержка здоровья преподавателей требует комплексного подхода, включающего улучшение условий труда, развитие здорового образа жизни и внедрение программ психолого-педагогического сопровождения [36, 63, 64]. Специалисты подчёркивают важность системной работы с факторами риска и формирования ресурсных стратегий для под-

держания качества жизни и трудоспособности педагогов.

Н.В. Полунина с соавт. исследовали синдром эмоционального выгорания у преподавателей гуманитарных и технических вузов г. Москвы [36, 42, 47]. Было получено, что в среднем один преподаватель имеет 4–5 симптомов выгорания, а заболеваемость женщин выше. Здоровье преподавательского состава гуманитарных вузов имеет менее благоприятные характеристики по сравнению со здоровьем научно-педагогических работников технических вузов. Ведущими отмечены болезни дыхательной и пищеварительной систем, сердечно-сосудистой, костно-мышечной и мочеполовой систем, а также травмы и отравления. Самыми выраженными причинами формирования психологического выгорания авторами установлены высокая напряжённость профессиональной деятельности, длительное вынужденное положение, неудовлетворённость оплатой труда и работой. Важным аспектом является связь возрастающих профессиональных нагрузок с развитием хронических заболеваний у педагогов. Так, исследования показывают распространённость гипертонии, заболеваний опорно-двигательного аппарата и неврологических расстройств у преподавателей медицинских вузов, снижающих качество жизни и работоспособность.

Корчевский А.М. с соавт. расширяют понимание здоровья педагогов, выделяя физические и психические аспекты, важные для сохранения качества образования и устойчивости сотрудников вузов [9].

Агибалова А.А. и коллеги выявили корреляцию между уровнем выгорания и появлением заболеваний сердечно-сосудистой системы, ухудшением сна и снижением иммунитета, что подтверждает необходимость комплексного медицинского мониторинга состояния сотрудников [32].

Кроме того, хроническое эмоциональное перенапряжение способствует возникновению соматических синдромов, таких как головные боли, повышенное артериальное давление и нарушение обмена веществ. Такое воздействие подтверждается результатами исследований Измерова Н.Ф. и Бухтиярова И.В., которые акцентируют внимание на важности своевременного выявления признаков профессионального выгорания для предотвращения развития серьёзных заболеваний [35, 36].

В результате исследования выявлено, что у многих преподавателей вузов уровень здоровья ниже среднего [48]. Основные факторы риска – вредные привычки, низкая личная ответственность за здоровье, большая нагрузка, малая физическая активность и высокий стресс. Эксперты выделили приоритеты: формирование здорового образа жизни, профилактика заболеваний и психологическая по-

мощь. Эти факторы представляют собой области, управляемые посредством внутренних (личностных) и внешних (административных) ресурсов. Для мотивации преподавателей вести здоровый образ жизни важны осознание ответственности и поддержка администрации. Психологическая служба должна помогать справляться с профессиональными трудностями, такими как хроническая усталость, неудовлетворённость работой и профессиональные изменения личности.

Отдельные работы посвящены мониторингу вредных привычек у педагогов. Влияние стресса и профессионального давления на формирование негативных привычек подтверждается в исследованиях Хакимовой Н.Р. и соавторов [20]. Они показывают, что стрессовые условия, связанные в том числе с digital-трансформацией образования, повышают вероятность появления курения, злоупотребления алкоголем и нарушений сна, усугубляя эмоциональное истощение.

По данным исследования Мишкич И.А. с соавт., выявлено, что значительная часть преподавателей сталкивается с неблагоприятными производственными условиями, включая недостаточный уровень искусственного освещения, повышенный электромагнитный фон, обширное воздействие биологических факторов и контакт с наркотическими анальгетиками [40]. Эти факторы вместе с высокой нагрузкой оказывают негативное влияние на состояние здоровья сотрудников. У преподавателей старших возрастных групп здоровье значительно ухудшается, при этом болезни сердечно-сосудистой системы, глаз, эндокринной и костно-мышечной систем являются наиболее распространёнными хроническими заболеваниями. Риск фатальных сердечно-сосудистых осложнений по шкале SCORE возрастает с возрастом, достигая высоких показателей у мужчин и женщин после 40 лет и особенно у пожилых преподавателей. По результатам анкетного опроса установлены приоритетные поведенческие факторы риска у преподавателей медицинских вузов: недостаточная физическая активность, недостаточная продолжительность сна, нарушение режима питания и табакокурение.

Анализ качества жизни и здоровья преподавателей раскрывает многоаспектный характер влияния профессионального выгорания и требует интегрированных усилий для создания условий, способствующих сохранению и укреплению профессионального здоровья.

Таким образом, комплекс факторов – от неблагоприятных условий труда и высокого профессионального стресса до личностных поведенческих рисков – формирует высокий уровень хронических

заболеваний и значительный риск серьёзных осложнений у преподавателей вузов.

Особенности профессионального выгорания у преподавателей технических, гуманитарных и медицинских вузов

Профессиональное выгорание проявляется по-разному в зависимости от специфики образовательной области и особенностей педагогической деятельности в разных типах вузов. Выявление особенностей выгорания у преподавателей технических, гуманитарных и медицинских вузов позволяет выделить уникальные факторы риска и стратегии профилактики.

Преподаватели технических вузов характеризуются высокими требованиями к точности и концентрации на сложных технических знаниях, а также необходимостью постоянного обновления профессиональных компетенций в условиях быстрых технологических изменений [65]. Частыми факторами выгорания здесь являются высокая учебная нагрузка, недостаток ресурсов и бюрократические ограничения [57]. Многозадачность, совмещение педагогической и научной работы, а также динамичная смена технологий усложняют управление рабочими ресурсами [53].

С другой стороны, организации технического образования часто предлагают развитую инфраструктуру поддержки и возможности карьерного роста, что может служить ресурсом для снижения выгорания [66]. Однако характерные стрессоры остаются связанными с интенсивностью работы и требовательностью образовательного процесса.

Гуманитарное образование характеризуется высокой эмоциональной нагрузкой, связанной с взаимодействием с широкими социальными и культурными контекстами, что усиливает эмоциональное истощение преподавателей. Высокая демотивирующая ситуация, связанная с бюрократическими барьерами и снижением престижа профессии, также влияет на появление синдрома выгорания [8, 15, 42].

Эмоциональное выгорание здесь проявляется часто в форме цинизма и снижения мотивации к преподаванию, что негативно сказывается на качестве образовательного процесса [22, 24]. Часто встречаются трудности с управлением межличностными конфликтами и организационными изменениями, что требует усиления психолого-педагогической поддержки [34].

Преподаватели медицинских вузов сталкиваются с уникальными стресс-факторами, связанными с совмещением педагогической и клинической деятельности, высокой ответственностью за подготовку будущих специалистов в области здравоохранения [32, 39]. Утомление, эмоциональное напряжение и высокий уровень психоэмоционального дистресса

являются типичными проявлениями выгорания среди данной категории [40, 49].

Особое значение в медицинских вузах имеют профилактические программы психолого-педагогического сопровождения и развития стрессоустойчивости [50, 51]. В условиях пандемии COVID-19 нагрузка на медицинских преподавателей существенно возросла, что усугубило проявления выгорания [29, 30].

В медицинском вузе диагностируются более выраженные симптомы эмоционального истощения и деперсонализации по сравнению с преподавателями других направлений, что требует специфического подхода к мониторингу и коррекции [64].

Сравнительный анализ состояния здоровья и условий труда в медицинских и технических вузах выявляет различия в факторах риска и проявлениях профессионального выгорания. В медицинских вузах доминируют эмоциональные и физические перегрузки, в частности за счёт интенсивного общения с пациентами и высокой ответственности, что подтверждается результатами работ Агибаловой А.А. и коллег [32, 45]. В технических вузах же большее влияние имеют монотонность профессиональной деятельности и организационные стрессоры, которые также негативно сказываются на психофизиологическом состоянии преподавателей.

Таким образом, профессиональное выгорание проявляется с учётом специфики учебной дисциплины и особенностей трудовой деятельности. Учитывая уникальные особенности технических, гуманитарных и медицинских вузов, необходимо разрабатывать адаптивные модели оценки, профилактики и коррекции выгорания, направленные на специфику каждой образовательной среды.

Профилактика профессионального выгорания

Профилактика выгорания включает организационные, психолого-педагогические и личностные меры. Организационные мероприятия направлены на оптимизацию трудовой нагрузки, повышение мотивации, создание благоприятной корпоративной культуры и эффективного управления образовательным процессом.

Психолого-педагогические стратегии включают развитие стрессоустойчивости, обучение методам саморегуляции и эмоциональной разгрузки, а также формирование адаптивных навыков [48, 49]. Академическая и социальная поддержка, а также программы психолого-педагогического сопровождения способствуют укреплению резистентности преподавателей к стрессу [50, 51].

Исследование Самсоновой Е.А. демонстрирует, что методы профилактики, ориентированные на развитие устойчивости к стрессу и улучшение условий труда, способствуют не только снижению инди-

видуального риска, но и повышению устойчивости образовательной системы в целом [52].

Профилактические меры по снижению риска профессионального выгорания преподавателей высших учебных заведений можно разделить на три уровня: индивидуальный, организационный и системный.

Индивидуальный уровень предполагает развитие личностных ресурсов и навыков саморегуляции. Важное значение имеют обучение методам стрессоустойчивости, эмоциональной разгрузки и тайм-менеджмента. Повышение жизнестойкости, формирование осознанности и поддержание здорового образа жизни способствуют снижению восприимчивости к эмоциональному истощению. Практические рекомендации для преподавателей включают регулярные физические упражнения, методы релаксации, а также развитие навыков эффективного взаимодействия с коллегами и студентами.

Организационный уровень направлен на оптимизацию условий труда и создание поддерживающей корпоративной культуры. Ключевыми мерами являются уменьшение бюрократической нагрузки, чёткое распределение обязанностей, повышение материальной и нематериальной мотивации, а также обеспечение психолого-педагогической поддержки. Важной составляющей является развитие культуры взаимопомощи и коллективной ответственности, что снижает конфликтность и способствует улучшению эмоционального климата.

Системный уровень включает разработку и внедрение программ профилактики выгорания на уровне образовательных учреждений и государственных органов. Это может включать регулярный мониторинг психоэмоционального состояния преподавателей, внедрение электронных инструментов для диагностики и обратной связи, а также проведение обучающих семинаров и тренингов. Разработка нормативных документов и стандартов в области охраны труда и психического здоровья преподавателей способствует формированию устойчивой системы поддержки.

Эффективность профилактических программ подтверждается исследованиями, указывающими на снижение уровня эмоционального истощения и улучшение общего психологического состояния при комплексном подходе, объединяющем все три уровня мер. Для успешной профилактики важна адаптация программ с учётом специфики различных типов вузов, а также индивидуальных особенностей педагогов. Последовательное внедрение профилактических мер способствует сохранению профессионального здоровья преподавателей и повышению качества образовательного процесса.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Профессиональное выгорание преподавателей высших учебных заведений является сложным многоаспектным феноменом, который обусловлен как организационными, так и психологическими факторами. Ключевую роль играют рабочая нагрузка, многозадачность, бюрократизация, эмоциональное истощение, недостаток мотивации, а также изменения в образовательной среде, такие как цифровизация, дистанционное обучение.

Для своевременного выявления выгорания необходимы комплексные методы диагностики, включающие психологические опросники, клинические и биохимические маркеры, мониторинг психофизиологических показателей и условий труда. Эти методы позволяют не только оценить степень синдрома, но и прогнозировать его развитие, что важно для профилактики и коррекции. Диагностика и оценка рисков выгорания играют ключевую роль в обеспечении своевременного выявления и комплексного подхода к решению проблемы. Разработка превентивных программ и организационных мер способствует снижению уровня выгорания и укреплению психоэмоционального здоровья преподавателей, что, в свою очередь, влияет на качество образовательной деятельности и устойчивость вузовской системы.

Эффективная профилактика должна осуществляться на нескольких уровнях: индивидуальном, где акцент делается на развитие навыков саморегуляции, стрессоустойчивости и здорового образа жизни; организационном, включающем оптимизацию условий труда, снижение бюрократической нагрузки, поддержку академического коллектива и повышение мотивации; системном, предусматривающем внедрение нормативных актов, регулярный мониторинг здоровья преподавателей и создание устойчивых программ поддержки.

Особенности профессионального выгорания варьируются в зависимости от типа образовательного учреждения, где предъявляются различные требования и создаются специфические условия, которые влияют на профиль рисков и способы профилактики. Особую важность приобретает анализ профессионального выгорания с учётом профиля образовательного учреждения. В технических вузах стрессовые нагрузки связаны со сложностью и интенсив-

ностью профессиональных задач, а также быстрым прогрессом технологий. В гуманитарных вузах на первый план выходят эмоционально-напряжённые взаимодействия и снижение престижа профессии. Медицинские вузы характеризуются сочетанием когнитивных и эмоциональных нагрузок, связанных с обучением будущих специалистов, что делает риск выгорания особенно высоким в данной сфере.

Синдром эмоционального истощения негативно отражается на физическом и психическом здоровье преподавателей, снижая качество их жизни и профессиональную эффективность. Это подчёркивает важность системного подхода к охране здоровья и психологической поддержке педагогов.

Необходимо развитие адаптивных программ профилактики с учётом различных профессиональных и организационных факторов, а также проведение эмпирических исследований для оценки эффективности таких программ в российском и зарубежном контекстах. Особое внимание следует уделять количественной оценке распространённости выгорания и разработке критериев диагностики, адаптированных к специфике отечественной системы образования. Вместе с тем, выявленные пробелы в исследованиях указывают на необходимость дальнейшего углубления знаний о механизмах и последствиях выгорания в различных образовательных контекстах, а также разработки адаптивных моделей диагностики и профилактики с учётом современных тенденций и индивидуальных особенностей педагогов.

Для успешной реализации профилактики требуется активное вовлечение администраций вузов и государственных органов, что позволит создать систему поддержки преподавателей, способствующую сохранению их здоровья и улучшению образовательных результатов.

Таким образом, решение проблемы профессионального выгорания у преподавателей вузов требует интеграции научных знаний, практических мер и организационного управления, направленных на создание здоровой, поддерживающей и мотивирующей образовательной среды. Это станет основой для повышения качества педагогической деятельности, улучшения качества жизни преподавателей и устойчивого развития системы высшего образования в условиях глобальных вызовов и перемен.

Литература [References]

- 1 Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика: практическое пособие. 3-е изд., испр. и доп. М.: Изд-во Юрайт. 2018:343. Vodopyanova N.E., Starchenkova E.S. Sindrom vygoraniya. Diagnostika i profilaktika: prakticheskoye posobiye. 3-e izd., ispr. i dop. M.: Izd-vo Yurayt. 2018:343. (In Russ.)
- 2 Ильина И.Ю. Профессиональное выгорание преподавателей вузов: факторы возникновения и способы предотвращения. *Экономика. Социология. Право*. 2022;3(27):22-27. Ilina I.Yu. Professional burnout of university teachers: factors of occurrence and ways of prevention. *Economy. Sociology. Right*. 2022;3(27):22-27. (In Russ.). <https://doi.org/10.22281/2542-1697-2022-01-03-22-27>

- 3 Самсонова Е.А. Социологические факторы влияния образовательной среды на профессиональное выгорание преподавателей вузов. *Вестник Института социологии*. 2022;13(3):179-192. Samsonova E.A. Sociological factors of the influence of the educational environment on the professional burnout of university teachers. *Bulletin of the Institute of Sociology*. 2022;13(3):179-192. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsiologicheskie-factory-vliyaniya-obrazovatelnoy-sredy-na-professionalnoe-vygoranie-prepodavateley-vuzov>
- 4 Антонова А.П., Кашевская А.М., Нарусова Е.Ю., Стручалин В.Г. Профессиональное здоровье работников высшей школы в современных условиях трудового процесса. XXI век: итоги прошлого и проблемы настоящего плюс. 2022;11(3(59)):176-181. Antonova A.P., Kashevskaya A.M., Narusova E.Yu., Struchalin V.G. Professional health of higher education employees in modern conditions of the labor process. 21st century: results of the past and problems of the present plus. 2022;11(3(59)):176-181. (In Russ.). <https://doi.org/10.46548/21vek-2022-1159-0027>
- 5 Каравашкина Р.И., Гуро-Фролова Ю.Р., Федотова Е.М. Снижение последствий влияния синдрома эмоционального выгорания на результативность работы преподавателя и вуза в целом. *Экономика труда*. 2022;9(9):1453-1472. Karavashkina R.I., Guro-Frolova Yu.R., Fedotova E.M. Reducing the Impact of Emotional Burnout Syndrome on the Performance of a Teacher and the University as a Whole. *Labor Economics*. 2022;9(9):1453-1472. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/snizhenie-posledstviy-vliyaniya-sindroma-emotsionalnogo-vygoraniya-na-rezultativnost-raboty-prepodavatelya-i-vuza-v-tselom>
- 6 Мельникова А.А., Короткина Т.И. Профессиональное выгорание педагогов в теоретическом и эмпирическом исследованиях: факторы, динамика, последствия и личностные ресурсы совладания. *Психологическое здоровье и технологии здоровьесбережения в современной образовательной среде: коллективная монография*. Санкт-Петербург; 2019. С. 91-109. Melnikova A.A., Korotkina T.I. Professional Burnout of Teachers in Theoretical and Empirical Research: Factors, Dynamics, Consequences, and Personal Coping Resources. In: *Psychological Health and Health-Saving Technologies in the Modern Educational Environment: A Collective Monograph*. Saint Pyotrsburg; 2019. P. 91-109. (In Russ.).
- 7 Ляшенко В.Г., Целютина Т.В. Концептуальные модели и факторы профессионального выгорания педагогов в учреждении высшего образования. *StudNet*. 2020;3(8):51-58. Lyashenko V.G., Tselyutina T.V. Conceptual Models and Factors of Professional Burnout of Teachers in Higher Education Institutions. *StudNet*. 2020;3(8):51-58. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kontseptualnye-modeli-i-factory-professionalnogo-vygoraniya-pedagogov-v-uchrezhdenii-vysshego-obrazovaniya>
- 8 Самсонова Е.А. Профессиональное выгорание преподавателей вузов как следствие деструктивного управления образовательной деятельностью. *Общество: социология, психология, педагогика*. 2022;(1(93)):63-69. Samsonova E.A. Professional Burnout of University Teachers as a Consequence of Destructive Management of Educational Activities. *Society: Sociology, Psychology, Pedagogy*. 2022;(1(93)):63-69. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-vygoranie-prepodavateley-vuzov-kak-sledstvie-destrukktivnogo-upravleniya-obrazovatelnoy-deyatelnostyu>
- 9 Корчевский А.М., Токарь Е.В. Повышение качества жизни преподавателей университета: исследования российских ученых и авторский подход к решению проблемы. *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. 2020;9(187):167-169. Korkevsky A.M., Tokar E.V. Improving the Quality of Life of University Teachers: Research by Russian Scientists and the Authors' Approach to Solving the Problem. *Scientific Notes of P.F. Lesgaft University*. 2020;9(187):167-169. (In Russ.). <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2020.9.p167-170>
- 10 Корнева В.В. Эмоциональное психологическое выгорание представителей педагогической сферы. Факторы возникновения и оптимальные методы профилактики. *Голос и коммуникации в современном мире*. 2020;С. 151-156. Korneva V.V. Emotional and Psychological Burnout of Representatives of the Pedagogical Sphere: Factors of Occurrence and Optimal Prevention Methods. In: *Voice and Communications in the Modern World*. 2020; P. 151-156. (In Russ.).
- 11 Федотова Н.И. Психологические особенности эмоционального выгорания преподавателей высшей школы. *Проблемы современного педагогического образования*. 2017;(55-10):319-329. Fedotova N.I. Psychological Features of Emotional Burnout of Higher School Teachers. *Problems of Modern Pedagogical Education*. 2017;(55-10):319-329. (In Russ.).
- 12 Федотова Н.И. Причины возникновения профессиональной деформации у преподавателей вуза. *Проблемы современного педагогического образования*. 2017;(55-11):334-341. Fedotova N.I. Causes of Professional Deformation in University Teachers. *Problems of Modern Pedagogical Education*. 2017;(55-11):334-341. (In Russ.).
- 13 Болтенков Н.В., Гринько А.А. Профессиональные деформации преподавателей региональных вузов. *Педагогика. Вопросы теории и практики*. 2022;7(1):83-89. Boltenkov N.V., Grinko A.A. Professional Deformations of Teachers at Regional Universities. *Pedagogy. Questions of Theory and Practice*. 2022;7(1):83-89. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnye-deformatsii-prepodavateley-regionalnyh-vuzov>
- 14 Болтенков Н.В., Гринько А.А. Профессиональные трудности молодых преподавателей (на примере вузов Амурской области). *Педагогика. Вопросы теории и практики*. 2022;7(6):655-662. Boltenkov N.V., Grinko A.A. Professional Difficulties of Young Teachers (on the Example of Universities in the Amur Region). *Pedagogy. Questions of Theory and Practice*. 2022;7(6):655-662. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnye-trudnosti-molodyh-prepodavateley-na-primere-vuzov-amurskoy-oblasti>
- 15 Каяшева О.И. Перфекционизм как фактор развития синдрома эмоционального выгорания преподавателей высшей школы. *Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология*. 2018;(4):64-70. Kayasheva O.I. Perfectionism as a Factor in the Development of Emotional Burnout Syndrome in Higher School Teachers. *Science Vector of Togliatti State University. Series: Pedagogy, Psychology*. 2018;(4):64-70. (In Russ.).
- 16 Каяшева О.И. Социально-психологическая среда вуза как фактор развития эмоционального выгорания преподавателей. *Человеческий капитал*. 2024;(1):136-147. Kayasheva O.I. The Socio-Psychological Environment of a University as a Factor in the Development of Emotional Burnout in Teachers. *Human Capital*. 2024;(1):136-147. (In Russ.). URL: https://humancapital.su/wp-content/uploads/2024/01/202401_p136-147.pdf
- 17 Амбалова С.А. Синдром психического выгорания как следствие профессионального кризиса у педагогов. *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. 2020;9(1(30)):321-324. Ambalova S.A. The Syndrome of Mental Burnout as a Consequence of a Professional Crisis in Teachers. *Azimuth of Scientific Research: Pedagogy and Psychology*. 2020;9(1(30)):321-324. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sindrom-psiicheskogo-vygoraniya-kak-sledstvie-professionalnogo-krizisa-u-pedagogov>
- 18 Замараева Е.И. Причины конфликтогенности и условия ее снижения в сфере высшего образования. *Казанский педагогический журнал*. 2021;3(146):275-281. Zamaraeva E.I. Causes of Conflictogenicity and Conditions for Its Reduction in Higher Education. *Kazan Pedagogical Journal*. 2021;3(146):275-281. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-konfliktogennosti-i-usloviya-ee-snizheniya-v-sfere-vysshego-obrazovaniya>

- 19 Пряжников Н.С., Румянцева Л.С. Бюрократизация образовательного процесса как фактор «эмоционального выгорания» педагогов и психологов. *Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Педагогика и психология*. 2015;(3(33)):45-62. Pryazhnikov N.S., Rumyantseva L.S. Bureaucratization of the Educational Process as a Factor in the "Emotional Burnout" of Teachers and Psychologists. *Bulletin of the Moscow City Pedagogical University. Series: Pedagogy and Psychology*. 2015;(3(33)):45-62. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/byurokratizatsiya-obrazovatel'nogo-protssessa-kak-faktor-emotsionalnogo-vygoraniya-pedagogov-i-psihologov>
- 20 Хакимова Н.Р., Матлаш В.Д., Григорьева Е.В. Профессиональное выгорание педагогов в условиях цифровизации образования. *Профессиональное образование в России и за рубежом*. 2022;1(45):169-174. Khakimova N.R., Matlash V.D., Grigorieva E.V. Professional Burnout of Teachers in the Context of Digitalization of Education. *Professional Education in Russia and Abroad*. 2022;1(45):169-174. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-vygoranie-pedagogov-v-usloviyah-tsifrovizatsii-obrazovaniya>
- 21 Богдан М.С., Бура Л.В. Жизнестойкость как направление современных психологических исследований. *Проблемы современного педагогического образования*. 2025;(86-1):443-446. Bogdan M.S., Bura L.V. Resilience as a Direction of Modern Psychological Research. *Problems of Modern Pedagogical Education*. 2025;(86-1):443-446. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zhiznestoykost-kak-napravlenie-sovremennyh-psihologicheskikh-issledovaniy>
- 22 Бусыгина Т.А. Эмоционально-дезадаптивный аспект профессионального выгорания преподавателя вуза. *Вестник Мининского университета*. 2024;12(4(49)):12. Busygina T.A. Emotional and Maladaptive Aspect of Professional Burnout of a University Teacher. *Bulletin of Minin University*. 2024;12(4(49)):12. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalno-dezadaptatsionnyy-aspekt-professionalnogo-vygoraniya-prepodavatelya-vuza>
- 23 Саламатина Ю.В. Факторы, влияющие на уровень эмпатийной культуры преподавателей вузов в условиях поликультурного образовательного пространства. *Человеческий капитал*. 2019;12:176-182. Salamatina Yu.V. Factors Influencing the Level of Empathic Culture of University Teachers in a Multicultural Educational Environment. *Human Capital*. 2019;12:176-182. (In Russ.). URL: https://humancapital.ru/wp-content/uploads/2019/12/201912_p176-182.pdf
- 24 Никифоров Г.С., Водопьянова Н.Е., Березовская Р.А. и др. Психологические факторы профессионального здоровья преподавателей высшей школы. *Вестник Санкт-Петербургского университета Социология*. 2015;4:42-54. Nikiforov G.S., Vodopyanova N.E., Berезovskaya R.A. et al. Psychological Factors of Professional Health of Higher School Teachers. *Vestnik St Pyotrsburg University Sociology*. 2015;4:42-54. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-factory-professionalnogo-zdorovya-prepodavatelyevysshey-shkoly>
- 25 Березина Т.Н., Деулин Д.В., Сечко А.В. и др. Взаимосвязь профессионального выгорания с показателями возраста и характеристиками образовательной среды. *Психология и право*. 2023;13(3):193-210. Berezina T.N., Deulin D.V., Sechko A.V. et al. The Relationship Between Professional Burnout and Age Indicators and Characteristics of the Educational Environment. *Psychology and Law*. 2023;13(3):193-210. (In Russ.). URL: https://psyjournals.ru/journals/psylaw/archive/2023_n3/psylaw_2023_n3_Berezina_Deulin_Sechko_Rosenova.pdf
- 26 Смагулов Н.К., Лысакова Т.Н., Адилбекова А.А. и др. Профессиональная деятельность преподавателей вуза и эмоциональное выгорание. *Гигиена и санитария*. 2022;101(4):398-405. Smagulov N.K., Lysakova T.N., Adilbekova A.A. et al. Professional Activity of University Teachers and Emotional Burnout. *Hygiene and Sanitation*. 2022;101(4):398-405. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnaya-deyatelnost-prepodavatelyevuza-i-emotsionalnoe-vygoranie>
- 27 Смагулов Н.К., Адилбекова А.А. Актуальные проблемы сохранения здоровья преподавателей вуза (обзор). *Вестник Тюменского государственного университета. Серия: Экология и природопользование*. 2019;5(1):116-128. Smagulov N.K., Adilbekova A.A. Current Issues of Preserving the Health of University Teachers (Review). *Bulletin of Tyumen State University. Series: Ecology and Environmental Management*. 2019;5(1):116-128. (In Russ.). URL: https://elib.utmn.ru/jspui/bitstream/ru-tsu/2837/1/116_128.pdf
- 28 Рябова Т.В., Петрова Р.Г. Психическое здоровье преподавателей вузов в условиях пандемии: факторы риска и способы их преодоления. *Неврологический вестник*. 2021;53(1):23-27. Ryabova T.V., Pyotrova R.G. Mental Health of University Teachers in a Pandemic: Risk Factors and Ways to Overcome Them. *Neurological Bulletin*. 2021;53(1):23-27. (In Russ.). <https://doi.org/10.17816/nb58190>
- 29 Журавлева Н.А., Зарубина Е.В., Ручкин А.В. и др. Профессиональное выгорание преподавателей вузов в период пандемии COVID-19. *Образование и право*. 2021;7:300-306. Zhuravleva N.A., Zarubina E.V., Ruchkin A.V. et al. Professional Burnout of University Teachers During the COVID-19 Pandemic. *Education and Law*. 2021;7:300-306. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-vygoranie-prepodavatelyevuzov-v-period-pandemii-covid-19>
- 30 Кабылбекова З., Парманкулова П. Профессиональное выгорание преподавателей в условиях дистанционного обучения в период пандемии COVID-19. *Annali d'Italia*. 2021;(22-2):27-32. Kabylbekova Z., Parmankulova P. Professional Burnout of Teachers in the Context of Distance Learning During the COVID-19 Pandemic. *Annali d'Italia*. 2021;(22-2):27-32. (In Russ.).
- 31 Мурафа С.В., Баркова Н.Н., Карпенко А.В. Проблемы эмоционального выгорания преподавателей высшей школы и практические пути их решения. *Вестник практической психологии образования*. 2024;21(2):102-112. Murafa S.V., Barkova N.N., Karpenko A.V. Problems of Emotional Burnout of Higher School Teachers and Practical Ways to Solve Them. *Bulletin of Practical Psychology of Education*. 2024;21(2):102-112. (In Russ.). URL: https://psyjournals.ru/journals/bppe/archive/2024_n2/bppe_2024_n2_Murafa_Barkova_Karpenko.pdf
- 32 Агибалова А.А., Устименко О.А., Байрамова Б.Ф. Профессиональное выгорание преподавателей вуза (на примере медицинского университета). *Международный журнал экспериментального образования*. 2021;2:52-58. Agibalova A.A., Ustimenko O.A., Bayramova B.F. Professional Burnout of University Teachers (On the Example of a Medical University). *International Journal of Experimental Education*. 2021;2:52-58. (In Russ.). <https://doi.org/10.17513/mjeo.12026>
- 33 Осыкина А.С., Мясникова Н.И., Васильева Л.П. Факторы риска и развития эмоционального выгорания преподавателя высшей школы. *Актуальные вопросы современного медицинского образования: материалы II Международной научно-практической конференции*. Ижевск; 2021:21-25. Osykina A.S., Myasnikova N.I., Vasilyeva L.P. Risk Factors and Development of Emotional Burnout of a Higher School Teacher. *Current Issues of Modern Medical Education: Materials of the II International Scientific and Practical Conference*. Izhevsk; 2021:21-25. (In Russ.).
- 34 Кулешова О.С., Неверова О.П., Степанов А.В. и др. Проблема эмоционального выгорания студентов и преподавателей: профилактика через организацию учебного процесса. *Право и управление*. 2024;(12):381-385. Kuleshova O.S., Neverova O.P., Stepanov A.V. et al. The Problem of Emotional Burnout of Students and Teachers: Prevention Through the Organization of the Educational Process. *Law and Management*. 2024;(12):381-385. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-emotsionalnogo-vygoraniya-studentov-i-prepodavatelyevprofilaktika-cherez-organizatsiyu-uchebnogo-protssessa>

- 35 Измеров Н.Ф., Бухтияров И.В., Денисов Э.И. Оценка профессиональных рисков для здоровья в системе доказательной медицины. *Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья*. 2016;(1):14–20. Izmerov N.F., Bukhtiyarov I.V., Denisov E.I. Assessment of Occupational Health Risks in the Evidence-Based Medicine System. *Issues of School and University Medicine and Health*. 2016;(1):14–20. (In Russ.)
- 36 Полунина Н.В., Солтамакова Л.С. Факторы, определяющие здоровье преподавателей высших учебных заведений, и мероприятия по улучшению их здоровья. *Сеченовский вестник*. 2016;1(23):58–64. Polunina N.V., Soltamakova L.S. Factors Determining the Health of Teachers of Higher Educational Institutions and Measures to Improve Their Health. *Sechenovsky Vestnik*. 2016;1(23):58–64. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/factory-opredelyayuschie-zdorovie-prepodavateley-vysshih-uchebnyh-zavedeniy-i-meropriyatiya-pou-luchsheniyu-ih-zdorovya>
- 37 Анищенко Е.Б., Транковская Л.В., Важенина А.А., Мирошниченко И.Р. Гигиеническая оценка напряжённости трудового процесса и эмоционального состояния профессорско-преподавательского состава медицинского вуза. *Санитарный врач*. 2020;(10):18–25. Anishchenko E.B., Trankovskaya L.V., Vazhenina A.A., Miroshnichenko I.R. Hygienic Assessment of the Intensity of the Work Process and the Emotional State of the Teaching Staff of a Medical University. *Sanitary Doctor*. 2020;(10):18–25. (In Russ.). <https://doi.org/10.33920/med-08-2010-02>
- 38 Бухтияров И.В., Юшкова О.И., Матюхин В.В., Кузьмина Л.П., Капустина А.В. Физиологические особенности формирования психоэмоционального перенапряжения у работников умственного труда и его профилактика. *Российский физиологический журнал им. И.М. Сеченова*. 2014;100(11):1324–1334. Bukhtiyarov I.V., Yushkova O.I., Matyukhin V.V., Kuzmina L.P., Kapustina A.V. Physiological Features of the Formation of Psycho-Emotional Overstrain in Mental Workers and Its Prevention. *Russian Physiological Journal named after I.M. Sechenov*. 2014;100(11):1324–1334. (In Russ.)
- 39 Уристемова А.К., Мысаев А.О., Мигина Л.Е., Маутканова А.О. Психологический дистресс среди профессорско-преподавательского состава медицинских университетов. Обзор литературы. *Наука и здравоохранение*. 2021;23(6):214–223. Uristemova A.K., Mysaev A.O., Migina L.E., Mautkanova A.O. Psychological Distress Among the Teaching Staff of Medical Universities. Literature Review. *Science and Healthcare*. 2021;23(6):214–223. (In Russ.). <https://doi.org/10.34689/SH.2021.23.6.023>
- 40 Мишкич И.А., Баймаков Е.А., Юшкова О.И. и др. Влияние нервно-эмоциональной напряжённости трудового процесса на организм педагогических и медицинских работников. *Медицина труда и промышленная экология*. 2021;61(4):218–223. Mishkic I.A., Baymakov E.A., Yushkova O.I. et al. The Influence of Nervous and Emotional Tension of the Work Process on the Organism of Pedagogical and Medical Workers. *Occupational Medicine and Industrial Ecology*. 2021;61(4):218–223. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyaniye-nervno-emotsionalnoy-napryazhyonnosti-trudovogo-protssessa-na-organizm-pedagogicheskikh-i-meditsinskih-rabotnikov>
- 41 Скородумова Е., Полянок О.В. Предпосылки эмоционального выгорания у преподавателей вузов. Материалы Международной научно-практической конференции «Уральская горная школа-регионам». Екатеринбург; 2021:466–467. Skorodumova E., Polyank O.V. Prerequisites for Emotional Burnout in University Teachers. Materials of the International Scientific and Practical Conference "Ural Mining School - Regions". Yekaterinburg; 2021:466–467. (In Russ.)
- 42 Полунина Н.В., Солтамакова Л.С. Профилактика синдрома эмоционального выгорания у преподавателей гуманитарных высших учебных заведений. *Вестник РГМУ*. 2018;(5):35–41. Polunina N.V., Soltamakova L.S. Prevention of Emotional Burnout Syndrome in Teachers of Humanitarian Higher Educational Institutions. *Bulletin of RSMU*. 2018;(5):35–41. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/profilaktika-sindroma-emotsionalnogo-vygoraniya-u-prepodavateley-gumanitarnyh-vysshih-uchebnyh-zavedeniy>
- 43 Новоселова А.С. Эмоциональное выгорание преподавателей вуза как один из факторов формирования организационной патологии в ситуации неопределённости. В: *Человеческий капитал как фактор инновационного развития общества: материалы Международной научно-практической конференции*. Магнитогорск. 2019;2:189–193. Novoselova A.S. Emotional Burnout of University Teachers as One of the Factors in the Formation of Organizational Pathology in a Situation of Uncertainty. In: *Human Capital as a Factor of Innovative Development of Society: Materials of the International Scientific and Practical Conference*. Magnitogorsk. 2019;2:189–193. (In Russ.)
- 44 Каспаров И.В., Фокина Т.А. К вопросу об эмоциональном выгорании преподавателей вузов: монография. Модернизация современного образования: анализ опыта и тенденций. Петрозаводск. 2022:263–279. Kasparov I.V., Fokina T.A. On the Issue of Emotional Burnout of University Teachers: monograph. Modernization of Modern Education: Analysis of Experience and Trends. Pyetrozavodsk. 2022:263–279. (In Russ.)
- 45 Стяжкова Н.М., Питанова М.Е. Эмоциональное «выгорание» преподавателей высшей школы во время пандемии COVID-19: обзор зарубежных исследований. Воспитание в современных условиях: региональный аспект: сборник статей V Всероссийской научно-практической конференции. Пенза, 2022:243–251. Styazhkova N.M., Pitanova M.E. Emotional "Burnout" of Higher School Teachers During the COVID-19 Pandemic: a Review of Foreign Studies. Education in Modern Conditions: Regional Aspect: Collection of Articles V All-Russian Scientific and Practical Conference – Penza, 2022:243–251. (In Russ.)
- 46 Измеров Н.Ф., Бухтияров И.В., Прокопенко Л.В., Измерова Н.И., Кузьмина Л.П. Труд и здоровье. М.: Литтера, 2014:215. Izmerov N.F., Bukhtiyarov I.V., Prokopenko L.V., Izmerova N.I., Kuzmina L.P. Labor and Health. M.: Lettera, 2014:215. (In Russ.)
- 47 Полунина Н.В., Солтамакова Л.С., Беспалюк Г.Н., Полунин В.С., Оприщенко С.А. Предупреждение синдрома эмоционального выгорания у преподавателей вузов. *Российский медицинский журнал*. 2022;28(1):11–16. Polunina N.V., Soltamakova L.S., Bepalyuk G.N., Polunin V.S., Oprishchenko S.A. Prevention of Emotional Burnout Syndrome in University Teachers. *Russian Medical Journal*. 2022;28(1):11–16. <https://doi.org/10.17816/medjrf108907>
- 48 Артюхов И.П., Горбач Н.А., Лисняк М.А. Здоровье профессорско-преподавательского состава вузов: проблемы и возможности управления (экспертная оценка). *Здравоохранение Российской Федерации*. 2015;59(4):44–48. Artyukhov I.P., Gorbach N.A., Lisnyak M.A. Health of the Teaching Staff of Universities: Problems and Management Opportunities (Expert Assessment). *Healthcare of the Russian Federation*. 2015;59(4):44–48. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zdorovie-professorsko-prepodavatel'skogo-sostava-vuzov-problemy-i-vozmozhnosti-upravleniya-ekspertnaya-otsenka>
- 49 Воробьева Е.Е., Родионова О.А. Исследование факторов синдрома эмоционального выгорания и способы его коррекции (на примере преподавателей медицинского института). *Бюллетень медицинских интернет-конференций*. 2015;5(8):1082–1084. Vorobyeva E.E., Rodionova O.A. Study of the Factors of Emotional Burnout Syndrome and Methods of Its Correction (on the Example of Teachers of a Medical Institute). *Bulletin of Medical Internet Conferences*. 2015;5(8):1082–1084. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-faktorov-sindroma-emotsionalnogo-vygoraniya-i-sposoby-ego-korreksii-na-primere-prepodavateley-meditsinskogo-instituta>
- 50 Абдуллаева А.С., Абдулхамидов М.А., Гильманова А.Б. Реализация программы психолого-педагогического сопровождения преподавателей медицинского вуза. Мир науки, Педагогика и психология. 2023;1. Abdullaeva A.S., Abdulhamidov M.A., Gilmanova A.B. Implementation of a Program of Psychological and Pedagogical Support for Teachers of a Medical University. *World of Science, Pedagogy and Psychology*. 2023;1. (In Russ.). URL: <https://mir-nauki.com/PDF/19PSMN123.pdf>

- 51 Неговская С.Г., Жукова Н.В. Профилактика профессионального выгорания преподавателя как задача службы психолого-педагогического сопровождения в вузе. *Интегративный подход к психологии человека и социальному взаимодействию людей: материалы VII Всероссийской научно-практической конференции*. Санкт-Петербург. 2017;2:194-202. Negovskaya S.G., Zhukova N.V. Prevention of Professional Burnout of a Teacher as a Task of the Psychological and Pedagogical Support Service at a University. In: *Integrative Approach to Human Psychology and Social Interaction: Materials of the VII All-Russian Scientific and Practical Conference*. Saint Pyotrsburg. 2017;2:194-202. (In Russ.).
- 52 Самсонова Е.А. Профилактика профессионального выгорания у преподавателей вузов как один из факторов повышения устойчивости системы российского образования. *Управление устойчивым развитием регионов России в условиях новой реальности: сборник трудов Всероссийской научно-практической конференции*. Челябинск; 2021:248-253. Samsonova E.A. Prevention of Professional Burnout in University Teachers as a Factor in Increasing the Stability of the Russian Education System. In: *Management of Sustainable Development of Russian Regions in the Context of the New Reality: Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference*. Chelyabinsk; 2021:248-253. (In Russ.).
- 53 Борисова А.А., Озерникова Т.Г., Шастова В.А. Многозадачность в работе преподавателя: влияние функциональной специализации на уровень выгорания. *Перспективы науки и образования*. 2024;5(71):767-789. Borisova A.A., Ozernikova T.G., Shastova V.A. Multitasking in the Work of a Teacher: The Influence of Functional Specialization on the Level of Burnout. *Perspectives of Science and Education*. 2024;5(71):767-789. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/mnogozadachnost-v-rabote-prepodavatelya-vliyanie-funksionalnoy-spetsializatsii-na-uroven-vygoraniya>
- 54 Ореховская Н.А., Деникин А.В., Деникина З.Д. Опыт материального и нематериального стимулирования преподавателей в российских и зарубежных вузах: цели, методы, итоги. *Гуманитарные науки. Вестник Финансового университета*. 2024;14(2):36-45. Orekhovskaya N.A., Denikin A.V., Denikina Z.D. Experience of Material and Non-Material Incentives for Teachers in Russian and Foreign Universities: Goals, Methods, Results. *Humanities. Bulletin of the Financial University*. 2024;14(2):36-45. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/opyt-materialnogo-i-nematerialnogo-stimulirovaniya-prepodavateley-v-rossiyskih-i-zarubezhnyh-vuzah-tseli-metody-itogi>
- 55 Соколова Е.В. Профессиональное выгорание педагогов высшей школы. *ЦИТИСЭ*. 2024;(3):40-48. Sokolova E.V. Professional Burnout of Higher School Teachers. *CITISE*. 2024;(3):40-48. (In Russ.). URL: https://ma123.ru/wp-content/uploads/2024/07/Sokolova_CITISE_3-2024.pdf
- 56 Смагулов Н.К., Евневич А.М., Адилбекова А.А. и др. Роль психосоциальных и производственных факторов в развитии профессионального выгорания преподавателей вуза. *Современные технологии в медицинском образовании: международная научно-практическая конференция*. Минск; 2021:1896-1899. Smagulov N.K., Evnevich A.M., Adilbekova A.A. et al. The Role of Psychosocial and Industrial Factors in the Development of Professional Burnout in University Teachers. In: *Modern Technologies in Medical Education: International Scientific and Practical Conference*. Minsk; 2021:1896-1899. (In Russ.).
- 57 Булгаков В.В. Факторы, снижающие эффективность преподавательской деятельности в ведомственном вузе МЧС. *Непрерывное образование: XXI век*. 2021;3(35):147-159. Bulgakov V.V. Factors Reducing the Effectiveness of Teaching Activities in the Departmental University of the Ministry of Emergency Situations. *Lifelong Education: XXI Century*. 2021;3(35):147-159. (In Russ.).
- 58 Озерникова Т.Г., Литвинцева Г.П., Борисова А.А. Сохранение трудового потенциала организации в условиях трудodefицитной конъюнктуры рынка: профилактирование выгорания сотрудников. *Вестник Омского университета. Серия «Экономика»*. 2024;(3):62-71. Ozernikova T.G., Litvintseva G.P., Borisova A.A. Preservation of the Labor Potential of an Organization in a Labor-Deficient Market Environment: Prevention of Employee Burnout. *Vestnik Omskogo Universiteta. Series 'Economics'*. 2024;(3):62-71. (In Russ.).
- 59 Сорокина Г.П., Широкова Л.В. Современные мотивационные факторы и способы стимулирования труда преподавателей вузов при переходе к модели смешанного обучения в ракурсе научных теорий. *Modern Economy Success*. 2021;(3):84-90. Sorokina G.P., Shirokova L.V. Modern Motivational Factors and Methods of Stimulating the Work of University Teachers During the Transition to a Blended Learning Model in the Perspective of Scientific Theories. *Modern Economy Success*. 2021;(3):84-90. (In Russ.).
- 60 Самсонова Е.А. Профессиональные факторы выгорания преподавателей вузов. *Вестник Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена*. 2020;(1(204)):122-130. Samsonova E.A. Professional Factors of Burnout in University Teachers. *Bulletin of the Russian State Pedagogical University named after A.I. Herzen*. 2020;(1(204)):122-130. (In Russ.).
- 61 Трегубова Е.С. Качество жизни преподавателей медицинских вузов. *Профилактическая и клиническая медицина*. 2011;(1(38)):17-21. Tregubova E.S. Quality of Life of Medical University Teachers. *Preventive and Clinical Medicine*. 2011;(1(38)):17-21. (In Russ.).
- 62 Магзумова Р.З., Божеева И.М., Жетимкаринов Н.Е. Качество жизни преподавателей медицинского вуза. *Медицина (Алматы)*. 2019;4(202):14-17. Magzumova R.Z., Bozheeva I.M., Zhetimkarinov N.E. Quality of Life of Medical University Teachers. *Medicine (Almaty)*. 2019;4(202):14-17. (In Russ.). <https://doi.org/10.31082/1728-452X-2019-202-4-14-17>
- 63 Катаманова Е.В., Ефимова Н.В., Сливницына Н.В. и др. Условия труда и состояние здоровья у педагогов. Пилотное исследование. *Гигиена и санитария*. 2020;99(10):1100-1105. Katamanova E.V., Efimova N.V., Slivnitsyna N.V. et al. Working Conditions and Health Status of Teachers. Pilot Study. *Hygiene and Sanitation*. 2020;99(10):1100-1105. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/usloviya-truda-i-sostoyanie-zdorovya-u-pedagogov-pilotnoe-issledovanie>
- 64 Антипина У.Д., Алексеева С.Н., Антипин Г.П. и др. Синдром профессионального выгорания. *Вестник Северо-Восточного федерального университета им. М.К. Аммосова. Серия: Медицинские науки*. 2017;1(6):99-105. Antipina U.D., Alekseeva S.N., Antipin G.P. et al. Professional Burnout Syndrome. *Bulletin of the North-Eastern Federal University named after M.K. Ammosov. Series: Medical Sciences*. 2017;1(6):99-105. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sindrom-professionalnogo-vygoraniya>
- 65 Соколова Е.В. Мотивирующие и демотивирующие факторы в профессиональной деятельности педагога. *ЦИТИСЭ*. 2024;(2):64-73. Sokolova E.V. Motivating and Demotivating Factors in the Professional Activity of a Teacher. *CITISE*. 2024;(2):64-73. (In Russ.). URL: https://ma123.ru/wp-content/uploads/2024/04/Sokolova_CITISE_2-2024.pdf
- 66 Корчевский А.М., Самсоненко И.В. Динамика физического и психического компонентов качества жизни преподавателей университета. *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. 2014;6(112):98-100. Korkevsky A.M., Samsonenko I.V. Dynamics of Physical and Mental Components of Quality of Life of University Teachers. *Scientific Notes of P.F. Lesgaft University*. 2014;6(112):98-100. (In Russ.).
- 67 Lackritz JR. Exploring burnout among university faculty: incidence, performance, and demographic issues. *Teach Teach Educ*. 2004;20(7):713-729. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2004.07.003>
- 68 Rocha FLR, Jesus de LC, Marziale MHP, Henriques SH, Marôco J, Campos JADB. Burnout syndrome in university professors and academic staff members: psychometric properties of the Copenhagen Burnout Inventory—Brazilian version. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. 2020;33:11. <https://doi.org/10.1186/s41155-020-00149-5>

- 69 Toker B. Burnout among university academicians: an empirical study on the universities of Turkey. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*. 2011;12(1):114-127.
- 70 Azeem SM, Nazir NA. A study of job burnout among university teachers. *Psychology and Developing Societies*. 2008;20(1):51-64. <https://doi.org/10.1177/097133360802000104>
- 71 Watts J, Robertson N. Burnout in university teaching staff: a systematic literature review. *Educ Res*. 2011;53(1):33-50. <https://doi.org/10.1080/00131881.2010.524643>

Авторская справка**Бабанов Сергей Анатольевич**

Д-р мед. наук, профессор, заведующий кафедрой профессиональных болезней и клинической фармакологии имени заслуженного деятеля науки Российской Федерации, профессора Косарева В.В., Самарский государственный медицинский университет.

ORCID 0000-0002-1667-737X; s.a.babanov@mail.ru

Вклад автора: разработка концепции и дизайна, редактирование текста статьи.

Дарюхина Екатерина Александровна

Аспирант кафедры профессиональных болезней и клинической фармакологии имени заслуженного деятеля науки Российской Федерации, профессора Косарева В.В., Самарский государственный медицинский университет.

ORCID 0009-0008-9637-3632; 2249800@gmail.com

Вклад автора: сбор и обработка литературы.

Жестков Александр Викторович

Д-р мед. наук, профессор, заведующий кафедрой клинической медицины, Медицинский университет «Реавиз».

ORCID 0000-0002-3960-830X; SCOPUS Author ID: 25935582600; avzhestkov2015@yandex.ru

Вклад автора: редактирование текста статьи.

Глазистов Антон Владимирович

Канд. мед. наук, старший преподаватель кафедры профессиональных болезней и клинической фармакологии имени заслуженного деятеля науки Российской Федерации, профессора Косарева В.В., Самарский государственный медицинский университет.

aglazistov@list.ru

Вклад автора: сбор и обработка литературы.

Author's reference**Sergey A. Babanov**

Dr. Sci. (Med.), Professor, Head of the Department of Occupational Diseases and Clinical Pharmacology named after Honored Scientist of the Russian Federation, Professor V.V. Kosarev, Samara State Medical University.

ORCID 0000-0002-1667-737X; s.a.babanov@mail.ru

Author's contribution: concept and design development, editing of the article.

Ekaterina A. Daryukhina

Postgraduate student, Department of Occupational Diseases and Clinical Pharmacology named after Honored Scientist of the Russian Federation, Professor V.V. Kosarev, Samara State Medical University.

ORCID 0009-0008-9637-3632; 2249800@gmail.com

Author's contribution: literature collection and processing.

Aleksandr V. Zhestkov

Dr. Sci. (Med.), Professor Professor, Head of the Department of Clinical Medicine, Reaviz Medical University.

ORCID 0000-0002-3960-830X; SCOPUS Author ID: 25935582600; avzhestkov2015@yandex.ru

Author's contribution: editing the article.

Anton V. Glazistov

Cand. Sci. (Med.), Senior Lecturer, Department of Occupational Diseases and Clinical Pharmacology named after Honored Scientist of the Russian Federation, Professor V.V. Kosarev, Samara State Medical University.

aglazistov@list.ru

Author's contribution: literature collection and processing.