

Научное мнение. 2025. № 11. С. 24–29.

Nauchnoe mnenie. 2025. № 11. P. 24–29.

Научная статья

УДК 37.08

DOI: https://doi.org/10.25807/22224378_2025_11_24

ГЕНДЕРНЫЕ АСПЕКТЫ ВОСПРИЯТИЯ И ПЕРЕЖИВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ СРЕДЕ: ИСТОРИКО-СРАВНИТЕЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ

Юлия Борисовна Берлянд¹, Илья Михайлович Слободчиков²

¹ Институт изучения детства, семьи и воспитания, Москва, Россия

² Московский гуманитарно-технологический университет – Московский архитектурно-строительный институт, Москва, Россия

¹ berlyand@institutdetstva.ru

Аннотация. В статье представлен историко-сравнительный анализ гендерных аспектов профессионального выгорания педагогов с XIX в. до современности. Исследуются трансформация теоретических представлений о выгорании в контексте феминизации педагогической профессии, эволюция научных подходов от биодетерминистских к социокультурным моделям, специфика проявления и факторов риска выгорания у педагогов разного пола. Особое внимание уделяется анализу исторических форм структурной дискриминации и их влиянию на профессиональное выгорание. Выявлены устойчивые гендерные различия в симптоматике: преобладание эмоционального истощения у женщин и деперсонализации у мужчин. На основе историко-теоретического анализа обоснована необходимость интерсекционального подхода к профилактике выгорания, учитывающего взаимовлияние гендерных, профессиональных и социокультурных факторов. Предложены рекомендации по разработке гендерно-сенситивных программ профилактики профессионального выгорания педагогов.

Ключевые слова: профессиональное выгорание педагогов, гендерные аспекты, феминизация педагогической профессии, эмоциональное истощение, деперсонализация, историко-сравнительный анализ, структурная дискриминация, гендерные стереотипы, копинг-стратегии, профилактика выгорания

Original article

GENDER ASPECTS OF THE PERCEPTION AND EXPERIENCE OF PROFESSIONAL BURNOUT AMONG TEACHERS: A HISTORICAL-COMPARATIVE STUDY

Yulia B. Berlyand¹, Ilya M. Slobodchikov²

¹ Institute of Study of Childhood, Family and Education, Moscow, Russia

² Moscow University of Humanities and Technology — Moscow Institute of Architecture and Construction, Moscow, Russia

¹ berlyand@institutdetstva.ru

Abstract. The article presents a historical and comparative analysis of gender aspects of teachers' professional burnout from the 19th century to the present day. The transformation of theoretical ideas about burnout in the context of feminisation of pedagogical profession, evolution

of scientific approaches from biodeterministic to socio-cultural models, specifics of manifestation and risk factors of burnout in teachers of different genders are studied. Special attention is paid to the analysis of historical forms of structural discrimination and their influence on professional burnout. Stable gender differences in symptomatology are revealed: predominance of emotional exhaustion in women and depersonalisation in men. On the basis of historical and theoretical analysis, the authors substantiate the necessity of intersectional approach to burnout prevention, which takes into account the mutual influence of gender, professional and socio-cultural factors. Recommendations for the development of gender-sensitive programmes for the prevention of professional burnout of teachers are proposed.

Keywords: professional burnout of teachers, gender aspects, feminisation of the teaching profession, emotional exhaustion, depersonalisation, historical-comparative analysis, structural discrimination, gender stereotypes, coping strategies, burnout prevention

Введение

Профессиональное выгорание педагогических работников представляет актуальную проблему современного образования, усугубляющуюся в условиях интенсификации труда и возрастающих социальных ожиданий [1–10]. Под профессиональным выгоранием в данном исследовании понимается синдром, включающий эмоциональное истощение, деперсонализацию и редуцирование профессиональных достижений [8].

Историческая трансформация педагогической профессии неразрывно связана с гендерной динамикой. Совершив эволюцию от андроцентричной модели к феминизированной системе XIX–XX вв., педагогическая сфера сформировала уникальный социокультурный контекст. Профессия учителя, изначально являвшаяся прерогативой мужчин, к началу XX в. стала восприниматься как «естественное призвание» женщин, что было обусловлено преимущественно экономическими и социокультурными факторами [3].

Гендерная асимметрия в образовании, зафиксированная еще в XIX в., сохраняет актуальность и сегодня. Если изначально дискриминационные практики (целибат для учительниц, запреты на совмещение семьи и работы) создавали открытые формы структурного насилия, то современный этап характеризуется более скрытыми механизмами — гендерными стереотипами и неравномерным распределением эмоциональной работы.

Научное осмысление профессионального выгорания эволюционировало от индивидуально-психологических концепций к

комплексным моделям, учитывающим организационные и социокультурные факторы. Однако историческая перспектива гендерных аспектов выгорания в педагогике остается недостаточно изученной [7].

Проблема настоящего исследования заключается в противоречии между накопленным эмпирическим материалом о гендерных различиях в проявлениях выгорания и отсутствием целостного историко-теоретического осмысления трансформации этих различий. Цель исследования — выявить историческую динамику гендерных аспектов профессионального выгорания педагогов и определить их влияние на современные стратегии профилактики.

Эволюция представлений о гендерных аспектах педагогической профессии и профессиональном выгорании: историко-теоретический анализ

Историческая трансформация педагогической профессии неотделима от гендерной динамики, определявшей как социальный статус педагогов, так и специфику профессиональных нагрузок. В европейском контексте педагогика прошла путь от андроцентричной модели, закреплённой античными и средневековыми традициями, к феминизированной системе, сформированной под влиянием индустриализации, войн и социальных реформ XIX–XX вв. Изначально исключительная прерогатива мужчин (монахов, священников, университетских выпускников), профессия учителя к началу XX в. стала восприниматься как «естественное призвание» женщин, что было обусловлено не столько педагогиче-

скими, сколько экономическими и социокультурными факторами. Дискурс «материнского предназначения» легитимировал привлечение женщин в начальные школы, но одновременно закреплял гендерную иерархию: мужчины доминировали в университетах и управлении образованием, тогда как женщины занимали подчиненные позиции с ограниченными карьерными перспективами и заработной дискриминацией [3]. В Германии этот процесс сопровождался институциональным сопротивлением — введением целибата, квот на трудоустройство, запретами на совмещение семьи и работы, что создавало хронический стресс, однако в исторических исследованиях долгое время игнорировалось как фактор профессионального выгорания.

Эволюция научных представлений о профессиональном выгорании отражает смену парадигм в понимании гендерных ролей. Ранние работы фокусировались на индивидуальных психологических ресурсах, не учитывая структурное неравенство [7]. В педагогике, ставшей к середине XX в. «женской» профессией, выгорание часто объясняли эмоциональной уязвимостью женщин, воспроизводя стереотипы о «природной чувствительности» [6]. Такие трактовки игнорировали влияние двойной нагрузки (профессиональные обязанности и неоплачиваемый домашний труд), ограниченной автономии и институциональной дискриминации. Например, в Германии до 1950-х гг. замужние женщины-педагоги принудительно увольнялись, что усиливало тревожность и неуверенность в завтрашнем дне, но не становилось предметом академического анализа.

Сравнительный анализ теоретических подходов выявляет их зависимость от гендерных идеологий эпохи. В XIX — начале XX в. доминировал биодетерминизм: педагогическое выгорание женщин связывали со «слабостью нервной системы», тогда как мужчины-учителя рассматривались как жертвы «переутомления от интеллектуальных нагрузок». Со второй половины XX в., с развитием феминистской критики, акцент сместился на социокультурные факторы — ролевые конфликты, гендерную сегрегацию в образовании, нерав-

ный доступ к ресурсам. Однако даже современные концепции редко учитывают историческую инерцию гендерных стереотипов, влияющих на распределение обязанностей в школах: женщины чаще сталкиваются с эмоциональным истощением из-за воспитательной работы, мужчины — с деперсонализацией в условиях маргинализации в «женском» коллективе [8].

Критический анализ историографии выявляет следующие «слепые зоны»:

- Невидимость структурного насилия — ранние исследования не рассматривали дискриминацию (целибат, зарплатное неравенство) как системный источник стресса.
- Игнорирование мужского опыта — фокус на феминизации профессии затенял специфику выгорания мужчин-педагогов, сталкивающихся с давлением гендерных ожиданий.
- Упрощение временного контекста — волны феминизации (после мировых войн, в период демографических кризисов) создавали уникальные комбинации стрессоров, требующие нелинейного анализа.

Таким образом, эволюция представлений о гендерных аспектах выгорания в педагогике отражает не только прогресс наук о психическом здоровье, но и трансформацию социальных отношений. Современные исследования, интегрируя исторический опыт, должны учитывать кумулятивный эффект гендерной дискриминации и переосмысливать устоявшиеся теоретические модели через призму интерсекционального подхода.

Гендерная специфика факторов риска и симптоматики профессионального выгорания педагогов: сравнительный анализ исследований XX–XXI веков

Историческое доминирование женщин в педагогической профессии, обусловленное социально-экономическими процессами XIX–XX вв., предопределило гендерную асимметрию в исследованиях профессионального выгорания. Если в ранних работах гендерные различия игнорировались в силу «естественности» феминизации профессии, то к концу XX в. акцент сместился на анализ специфики переживания выгорания в контексте гендерных ролей. Так, в исследо-

ваниях конца XX симптоматика выгорания у женщин-педагогов связывалась с эмоциональным истощением на фоне двойной нагрузки — профессиональных обязанностей и неоплачиваемого домашнего труда, тогда как у мужчин отмечалась деперсонализация как следствие маргинализации в женских коллективах и конфликта между профессиональной идентичностью и традиционными представлениями о маскулинности. Эти выводы коррелируют с данными историко-социологических исследований: в Германии XIX в. дискриминационные практики (целибат, увольнение замужних педагогов) создавали хронический стресс, однако в научный дискурс он вошел лишь в конце XX в. через призм феминистской критики.

Для педагогов-женщин ключевые факторы риска исторически связаны с двойной нагрузкой — профессиональными обязанностями и неоплачиваемым домашним трудом. В Германии XIX–XX вв. дискриминационные практики, такие как запрет на замужество («целибат» для учительниц) или увольнение после рождения ребенка, создавали риски хронического стресса, который в современных терминах классифицировался бы как выгорание [3]. В XXI в., несмотря на формальную отмену таких запретов, давление социальных ожиданий («идеальная мать — идеальная учительница») сохраняется, усиливая ролевые конфликты [6].

Для мужчин-педагогов основным фактором выступает маргинализация в женских коллективах, приводящая к профессиональной изоляции. Исторически мужчины, оставшиеся в профессии, сталкивались с противоречием между традиционными представлениями о маскулинности (доминирование, авторитет) и феминными коммуникативными нормами в образовании [3]. В современных исследованиях отмечается, что мужчины чаще испытывают деперсонализацию, интерпретируя педагогическую работу как «непрестижную» в сравнении с административными ролями.

Современные данные (Кочетков и др., 2023) подтверждают устойчивость гендерных различий в симптоматике:

У женщин доминирует эмоциональное истощение, связанное с многозадачностью (уроки, воспитание, быт) [4].

У мужчин чаще наблюдается цинизм и редукция профессиональных достижений, что коррелирует с их статусом «меньшинства» в педагогических коллективах.

Интересно, что исследование Горбушиной и Федосимовой (2017), посвященное связи стажа и выгорания, выявило высокую корреляцию ($r = 0.855$) между длительностью работы и эмоциональным истощением, однако выборка состояла исключительно из женщин [2]. Это подчеркивает методологическую проблему исторических работ: гендерные аспекты зачастую «растворялись» в универсалистских выводах.

Критический анализ диагностических подходов выявляет эволюцию учета гендерного контекста. Если классическая МВИ фиксировала универсальные симптомы, то современные модели интегрируют гендерно-чувствительные переменные — баланс усилий и вознаграждения, учет неформальных обязанностей (например, эмоциональной поддержки коллег). Однако сохраняется проблема стереотипной интерпретации: эмоциональное истощение у женщин часто объясняется «природной чувствительностью», а не структурным неравенством.

Таким образом, трансформация понимания гендерных аспектов выгорания отражает сдвиг от биодетерминистских трактовок к анализу социокультурных контекстов. Перспективой исследований становится учет интерсекциональности — взаимодействия гендера со стажем, возрастом, организационной культурой, что позволит преодолеть «слепые зоны» исторической аналитики, связанные с универсализацией женского опыта в педагогике.

Стратегии преодоления профессионального выгорания: гендерные различия в историческом контексте и современные подходы к профилактике

Профессиональное выгорание педагогов детерминировано множеством факторов, среди которых гендерные аспекты играют существенную роль. Исторический анализ страте-

гий совладания демонстрирует значительную эволюцию как в понимании данного феномена, так и в подходах к его преодолению.

В дореволюционный период женщины-учительницы преимущественно использовали эмоционально-ориентированные копинг-стратегии, включая религиозные практики и взаимную поддержку в профессиональных сообществах. Мужчины-педагоги обращались к рационально-аналитическим стратегиям и ресурсам профессиональных объединений. В советский период произошла трансформация представлений о профессиональном выгорании. Женщины-педагоги чаще прибегали к разделению эмоциональной нагрузки в коллективе, а мужчины демонстрировали тенденцию к дистанцированию как механизму психологической защиты. Исследования 1990-х г. обнаружили углубление гендерных различий: женщины-педагоги чаще обращались к стратегиям поиска социальной поддержки, мужчины предпочитали проблемно-ориентированные стратегии [1].

Лонгитюдные исследования демонстрируют, что эффективность определенных стратегий варьировалась в зависимости от исторического контекста. Исследование Митиной Л. М. и соавторов (2005), охватившее 600 педагогов на протяжении 13 лет, продемонстрировало постепенное сближение эффективности проблемно-ориентированных стратегий для педагогов обоих полов [5]. Финское национальное исследование выявило, что в условиях образовательных реформ женщины-педагоги демонстрировали большую адаптивность в применении новых стратегий совладания, включая технологические решения и коллективные формы работы [10].

Институциональные подходы к профилактике выгорания претерпели значительные изменения. В ранний период (XIX — начало XX в.) они носили преимущественно гендерно-дифференцированный характер. Советский период характеризовался унификацией подходов вне зависимости от пола педагогов, что часто усугубляло риски выгорания, особенно для женщин.

Современный этап развития отмечен переходом к гендерно-сенситивной парадигме с

разработкой комплексных программ, учитывающих различия в проявлениях выгорания у педагогов разного пола.

Анализ современных программ профилактики с позиции гендерно-сенситивного подхода выделяет несколько направлений:

- Индивидуально-психологическое направление акцентирует развитие психологических ресурсов с учетом гендерной специфики. Для женщин-педагогов фокус делается на балансировании эмоциональной вовлеченности, для мужчин — на развитии навыков эмоциональной экспрессии.
- Организационно-средовое направление создает институциональные условия, учитывающие гендерные особенности восприятия стрессоров. Исследования показывают, что женщины более чувствительны к микросоциальным факторам, мужчины — к макросоциальным.

Заключение. Проведенное историко-сравнительное исследование гендерных аспектов профессионального выгорания педагогов позволяет проследить существенную трансформацию как теоретических представлений, так и практических подходов к данному феномену. Эволюция педагогической профессии от андроцентричной модели к феминизированной системе создала уникальный социокультурный контекст, определивший специфику профессионального выгорания у педагогов разного пола.

Анализ исторической динамики выявил устойчивую взаимосвязь между социокультурными изменениями и проявлениями профессионального выгорания. Если в XIX — начале XX в. доминировали биодетерминистские трактовки гендерных различий, то современный этап характеризуется интеграцией структурного и индивидуально-психологического подходов. Существенную роль в этой трансформации сыграло осмысление исторического опыта дискриминационных практик, создававших хронические стрессоры для женщин-педагогов.

Выявленные гендерные различия в симптоматике и факторах риска выгорания демонстрируют устойчивость на протяжении исследуемого периода. У женщин-педагогов доминирует эмоциональное истощение,

обусловленное двойной нагрузкой и интенсивной эмоциональной работой, тогда как мужчины чаще сталкиваются с деперсонализацией в контексте маргинализации в феми-

низированных коллективах. Данная специфика требует дифференцированного подхода к профилактике и коррекции профессионального выгорания.

Список источников

1. *Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С.* Синдром выгорания. СПб.: Питер, 2008. 336 с.
2. *Горбушина А. В., Федосимова Д. А.* Особенности эмоционального выгорания у педагогов с разным стажем профессиональной деятельности // Мир педагогики и психологии. 2017. № 8 (13). С. 116–125.
3. *Данилова Л. Н.* Феминизация педагогической профессии: социокультурный анализ гендерной эволюции учительского труда в Германии // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. 2019. № 48. С. 101–111. DOI: 10.17223/1998863X/48/10
4. *Кочетков Н. В., Черепанова Е. В., Трушкина Е. А.* Актуальные зарубежные исследования профессионального выгорания у учителей // Современная зарубежная психология. 2023. Т. 12, № 2. С. 43–52. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2023120204>
5. *Митина Л. М., Митин Г. В., Анисимова О. А.* Профессиональная деятельность и здоровье педагога. М.: АCADEMIA, 2005. (Педагогические специальности).
6. *Штылева Л. В.* Гендерный подход в курсе истории педагогики // Высшее образование в России. 2011. № 7. С. 141–146.
7. *Freudenberger H. J.* Staff burnout // Journal of Social Issues. 1974. Vol. 30, No. 1. P. 159–165. DOI: 10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x
8. *Maslach C., Schaufeli W. B., Leiter M. P.* Job burnout // Annual Review of Psychology. 2001. Vol. 52. P. 397–422. DOI: 10.1146/annurev.psych.52.1.397
9. *Rubilar V. N., Oros L. B.* Stress and Burnout in Teachers During Times of Pandemic // Frontiers in Psychology. 2021. Vol. 12. Article ID 756007. 12 p. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.756007
10. *Salmela-Aro K., Upadaya K.* School burnout and engagement in the context of demands-resources model // British Journal of Educational Psychology. 2014. Vol. 84, Pt 1. P. 137–151. DOI: 10.1111/bjep.12018

Статья поступила в редакцию 20.10.2025; одобрена после рецензирования 19.11.2025; принята к публикации 21.11.2025.

The article was submitted 20.10.2025; approved after reviewing 19.11.2025; accepted for publication 21.11.2025.

Информация об авторах:

Ю. Б. Берлянд — старший научный сотрудник;

И. М. Слободчиков — доктор психологических наук, профессор.

Information about the Authors:

Y. B. Berlyand — senior research fellow;

I. M. Slobodchikov — Doctor of Sciences (Psychology), professor.