

Психология и Психотехника*Правильная ссылка на статью:*

Ступников А.С. Динамика эмоционального выгорания и уровня нервно-психической дезадаптации у вожатых детских лагерей в течение 3-х смен // Психология и Психотехника. 2024. № 2. С. 83-97. DOI: 10.7256/2454-0722.2024.2.70397 EDN: HFNDRV URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=70397

Динамика эмоционального выгорания и уровня нервно-психической дезадаптации у вожатых детских лагерей в течение 3-х смен**Ступников Андрей Сергеевич**

ORCID: 0009-0005-2987-7687

аспирант, кафедра психологии экстремальных и кризисных ситуаций, Санкт-Петербургский государственный университет

197345, Россия, г. Санкт-Петербург, ул. Туристская, 13, кв. 5

✉ andrei1996991@gmail.com

[Статья из рубрики "Клиническая психология"](#)**DOI:**

10.7256/2454-0722.2024.2.70397

EDN:

HFNDRV

Дата направления статьи в редакцию:

08-04-2024

Аннотация: Целью данного исследования было изучение изменений показателей эмоционального выгорания и уровня нервно-психической дезадаптации у вожатых детских лагерей на разных этапах работы. Проводя теоретический обзор, автор подробно рассматривает явление эмоционального выгорания, анализирует зарубежные исследования по проблеме формирования эмоционального выгорания у вожатых в процессе их работы. Гипотеза исследования основана на предположении о том, что уровень нервно-психической дезадаптации и эмоционального выгорания повышается в процессе работы в качестве вожатого. Иными словами, чем дольше вожатый работает, тем выше у него уровень нервно-психической дезадаптации и эмоционального выгорания. Предметом исследования является изменение уровня (динамика) эмоционального выгорания и нервно-психической дезадаптации у вожатых детских лагерей. Объектом исследования является эмоциональное выгорание и нервно-психическая дезадаптация. В процессе работы над статьей были использованы

следующие методики: опросник эмоционального выгорания К. Маслач, С. Джексон (в адаптации Н. Е. Водопьяновой), Тест «Нервно-психическая адаптация» И.Н. Гурвич. Все сотрудники проходили диагностику трижды (на каждый 10-ый день смены в лагере). В результате проведенного исследования было выявлено, что показатели эмоционального выгорания, в целом, возрастают к последнему этапу (смене в лагере), что согласуется с результатами некоторых предыдущих исследований. В группе вожатых, для кого первый этап тестирования совпал с первой сменой в жизни или первой сменой после длительного перерыва возрастают не только показатели эмоционального выгорания, но также и уровень нервно-психической дезадаптации (что не происходит в общей выборке). Кроме этого, у вожатых, которые на момент проведения первого этапа исследования работали впервые, достоверно выше показатели эмоционального истощения и нервно-психической дезадаптации, чем у вожатых, которые работали уже длительное время. Новизна заявленной темы заключается в том факте, что это первое исследование в отечественной научной литературе, которое рассматривает изменение уровней эмоционального выгорания и нервно-психической дезадаптации вожатых в длительной временной перспективе.

Ключевые слова:

эмоциональное выгорание, профессиональное выгорание, нервно-психическая адаптация, дезадаптация, деперсонализация, эмоциональное истощение, редукция профессионализма, вожатые, динамика, детский лагерь

Введение

Эмоциональное выгорание по Maslach C., Jackson S., и Leiter M. описывается, как «синдром эмоционального истощения, деперсонализации и снижения личных достижений, которые могут возникать у людей, работающими с другими людьми» [10]. Эмоциональное выгорание классифицируется как многомерное состояние, приводящее к высокому уровню физического и эмоционального истощения [10]. Опросник эмоционального выгорания Maslach [10] включает три показателя эмоционального выгорания: эмоциональное истощение, деперсонализация и редукция профессионализма. Согласно авторам опросника, основным фактором, способствующим эмоциональному выгоранию, является эмоциональное истощение, представляющее собой ощущение постоянного эмоционального перенапряжения и опустошенности [11]. Деперсонализация описывается, с одной стороны, как развитие негативного, несимпатичного или пессимистичного отношения к другим людям на рабочем месте, с другой, как формальное выполнение профессиональных обязанностей без личностной включенности и сопереживания. Работники, испытывающие деперсонализацию, как правило, намеренно дистанцируются от других коллег, взаимодействуют с ними безлично [11]. Наконец, редукция профессионализма отражает негативное чувство по отношению к своей компетентности и достижениям, а также склонность к чрезмерной критичности по отношению к своей работе [9]. Исследования показывают, что эмоциональное выгорание связано со снижением производительности труда, низким уровнем мотивации и повышенной склонностью к смене профессии [11]. Кроме этого, эмоциональное выгорание может быть связано с разнообразными соматическими и психическими заболеваниями, например, с сердечно-сосудистыми, проблемами с ЖКТ и нарушениями в работе иммунной системы, с депрессией, тревогой, астенией и иными когнитивными

нарушениями [7, 12].

Профессиональную деятельность вожатого в детском оздоровительном лагере, наверное, можно охарактеризовать, как деятельность с повышенной моральной ответственностью. Эта профессия предполагает высокий уровень эмоциональной насыщенности и наличие большого количества факторов, которые могут вызывать стресс. Несбалансированный график труда и отдыха, высокая загруженность в подготовке к различным мероприятиям, ночная работа и отсутствие возможности выспаться, интенсивное общение, конфликтные ситуации между всеми участниками воспитательного и образовательного процесса (которые часто требуют незамедлительной реакции и решения), отсутствие должного вознаграждения (как материального, так и психологического) – лишь малая часть составляющих работы вожатого, которая создает массу предпосылок для образования синдрома эмоционального выгорания.

Синдром эмоционального выгорания активно изучается, как в России, так и за рубежом, в том числе в сфере образования [3, 4, 14, 16], здравоохранения [1, 5]. При этом существует существенный недостаток исследований проблемы эмоционального выгорания персонала детского лагеря, данное явление рассматривается лишь в нескольких исследованиях [6, 8, 13, 15]. Например, в исследовании Ко с соавторами [8] изучалась взаимосвязь между агрессией и эмоциональным выгоранием у 169 сотрудников, работающих в одном летнем лагере для детей с ограниченными интеллектуальными возможностями. Результаты этого исследования показали, что вожатые лагеря подвергались высокому уровню агрессии, что приводило к повышенному эмоциональному истощению и большей распространенности явления эмоционального выгорания. Результаты другого исследования [6] показали, что в течение всего лета у сотрудников лагеря существенно ухудшалось самочувствие, и возрастал уровень эмоционального выгорания. Особенно интересным, в рамках нашего исследования, представляется работа Zachary W.A. с соавторами [15], в котором изучалась проблема эмоционального выгорания вожатых в динамике и в сравнении между респондентами разного пола. Авторы пришли к выводу, что в течение трех смен показатели эмоционального истощения снижаются у мужчин, что объясняется эффектом первоначального стресса. А у женщин, по сравнению с мужчинами, в меньшей степени наблюдается снижение уровня личных достижений.

На сегодняшний день проблема эмоционального выгорания вожатых в детских лагерях изучена недостаточно. В отечественной литературе практически нет статей, посвященных изучению данной проблемы. В иностранной литературе есть некоторые противоречивые результаты о формировании выгорания у вожатых. Так, в статье Bailey, A с соавторами указывается о существенном ухудшении самочувствия у вожатых в процессе их работы и высоком уровне эмоционального выгорания [6], а в статье Zachary W.A. с соавторами, наоборот, о снижении показателей эмоционального истощения, низких уровнях деперсонализации, редукции профессиональных достижений [16]. Кроме данного противоречия, существует и другое. В предыдущем, проведенном нами исследовании [2] в результате диагностики 120 человек, среди которых 84 работали впервые, было обнаружено, что у 80 процентов вожатых, как минимум, один из показателей эмоционального выгорания находился на высоком уровне. Высокие показатели, в сочетании с малым стажем работы в некотором смысле противоречат определению выгорания, как результату хронического длительного стресса на рабочем месте, который не был успешно преодолен. Вследствие этого, справедливо предположение либо об очень стремительном формировании эмоционального выгорания, либо о другом явлении,

связанном с выгоранием – дезадаптации.

Таким образом, существенный недостаток литературы, противоречивые выводы относительно формирования эмоционального выгорания в процессе работы вожатыми (либо уровень эмоционального выгорания повышается, либо, наоборот, снижается), а также высокая распространенность эмоционального выгорания у вожатых, которые работают впервые в своей жизни, предполагают необходимость изучения данной проблемы, с одной стороны, в течении длительного времени, т.е. в динамике, с другой – в связи с дезадаптацией. Таким образом, целью этого исследования явилось также изучение изменений показателей эмоционального выгорания и уровня нервно-психической адаптации у вожатых на разных этапах работы.

Методы.

Выборка: в проведенном нами исследовании приняло участие 98 вожатых из 3 лагерей МДЦ Артек, в возрасте от 18 до 23 лет; средний возраст респондентов – 19,4 лет. 86 представителей женского и 12 мужского пола. Для 64 респондентов первый этап исследования был на первой смене после отпуска, для 9 человек – на второй смене, для 10 – на третьей, 8 – на четвертой, для 7 человек первый этап исследования был на их 5 и более смене без отпуска.

Описание процедуры исследования. Были использованы следующие методики: опросник эмоционального выгорания К. Маслач, С. Джексон (в адаптации Н. Е. Водопьяновой), Тест «Нервно-психическая адаптация» И.Н. Гурвич. Все сотрудники, участвовавшие в исследовании, в течение лета трижды проходили диагностику. Первая итерация диагностики была проведена на 10-ый день смены в лагере (в середине первой смены). Второе и третье измерения были проведены также на 10-ый день второй и третьей смены.

Статистическая обработка данных проводилась с помощью программы SPSS с использованием дисперсионного анализа с повторными измерениями (поправка Бонферони), сравнительного анализа (критерий Манна-Уитни).

Результаты.

В результате первичной обработки данных средние значения выборки на первом, втором и третьем этапе исследования распределились следующим образом: по шкале «эмоциональное истощение» (16,9; 17,4; 22,4 соответственно), «деперсонализация» (4,7; 5,3; 8 соответственно), «редукция профессионализма» (инвертированная шкала: 36,6; 36,9; 34,8 соответственно) и по шкале «нервно-психическая адаптация» (19,9; 20,6; 21,7 соответственно). Дополнительно была выделена группа вожатых, для которых первый этап исследования совпал с их первой сменой в жизни или первой сменой после длительного отпуска. Средние значения в этой выборке на первом, втором и третьем этапе распределились следующим образом: «эмоциональное истощение» (18; 17,4; 24,8 соответственно), «деперсонализация» (4,8; 5,2; 8,6; соответственно), «редукция профессионализма» (инвертированная шкала: 35,8; 37,6; 33,7 соответственно), и по шкале «нервно-психическая адаптация» (21,6; 21,5; 25,5 соответственно).

В результате дисперсионного анализа с повторными измерениями эмоционального выгорания и нервно-психической адаптации вожатых на протяжении 3 смен были обнаружены статистически значимые различия в следующих показателях: уровень эмоционального истощения, уровень деперсонализации и интегральный индекс выгорания достоверно выше на третьей смене, по сравнению с первой и второй сменой

($p \leq 0,001$, $p \leq 0,05$; $p \leq 0,001$; $p \leq 0,01$; $p \leq 0,001$, $p \leq 0,05$ соответственно). Показатели редукции профессионализма достоверно выше на первой смене, чем на третьей ($p \leq 0,05$). Статистически значимых различий в показателях нервно-психической адаптации на разных этапах выявлено не было (см. таблицу 1).

Таблица 1. Изменение уровней ЭВ и НПА вожатых на протяжении 3 смен ($p \leq 0,001^*$, $p \leq 0,01^{**}$; $p \leq 0,05^{***}$).

показатели	этап (I)	этап (J)	Средняя разность (I-J)
Эмоциональное истощение	1	2	-0,520
		3	-5,510*
	2	1	0,520
		3	-4,990***
Деперсонализация	1	2	-0,571
		3	-3,276*
	2	1	0,571
		3	-2,704**
Редукция профессионализма	1	2	-0,316
		3	1,776***
	2	1	0,316
		3	2,092
Интегральный индекс выгорания	1	2	-0,007
		3	-,083*
	2	1	0,007
		3	-,075***
Нервно-психическая адаптация	1	2	-0,663
		3	-1,776
	2	1	0,663
		3	-1,112

В результате дисперсионного анализа с повторными измерениями эмоционального выгорания и нервно-психической адаптации вожатых, для которых первая диагностика совпала с их первой сменой в жизни, либо первой сменой после длительного отпуска, были обнаружены статистически значимые различия в следующих показателях: уровень эмоционального истощения, уровень деперсонализации и интегральный индекс выгорания достоверно выше на третьей смене, по сравнению с первой и второй сменой ($p \leq 0,001$, $p \leq 0,01$; $p \leq 0,001$; $p \leq 0,05$; $p \leq 0,001$, $p \leq 0,01$ соответственно). Показатели по шкале «редукция профессионализма» достоверно выше на первой и второй сменах, чем на третьей ($p \leq 0,05$, $p \leq 0,05$ соответственно), это означает, что удовлетворенность собой, как профессионалом снижается на третьей смене. Уровень нервно-психической дезадаптации также статистически значимо выше на третьей смене, чем на первой ($p \leq 0,05$) (см. таблицу 2). Данные результаты могут свидетельствовать о накоплении усталости и появлении большего количества симптомов нервно-психической дезадаптации, а также симптомов выгорания в процессе работы вожатым.

Таблица 2. Изменение уровней ЭВ и НПА вожатых, для которых первая диагностика совпала с их первой сменой в жизни, либо первой сменой после отпуска ($p \leq 0,001^*$, $p \leq 0,01^{**}$; $p \leq 0,05^{***}$)

Показатель	Этап (I)	Этап (II)	Средняя
------------	----------	-----------	---------

показатель	этап (1)	этап (2)	средняя разность (I-J)
Эмоциональное истощение	1	2	,619
		3	-6,762*
	2	1	-0,619
		3	-7,381**
Деперсонализация	1	2	-0,444
		3	-3,794*
	2	1	0,444
		3	-3,349***
Редукция профессионализма	1	2	-1,794
		3	2,111***
	2	1	1,794
		3	3,905***
Интегральный индекс выгорания	1	2	0,012
		3	-,101*
	2	1	-0,012
		3	-,113**
Нервно-психическая адаптация	1	2	0,143
		3	-3,857***
	2	1	-0,143
		3	-4,000

Другими словами, в общей выборке вожатых, эмоциональное истощение, проявляющееся в переживании эмоционального перенапряжения и опустошенности и деперсонализации, характеризующееся, как отстраненность, формальное выполнение профессиональных обязанностей и интегральный индекс выгорания возрастает на третьей смене. Степень удовлетворенности собой, как профессионалом, на третьей смене также снижается. Данные результаты подтверждают исследование Bailey, A. с соавторами о возрастании уровня ЭВ в процессе работы в лагере и противоречат результатам Zachary, W.A. с соавторами, где утверждается обратное.

В выборке вожатых, для которых первый этап исследования совпал с их первой рабочей сменой в жизни или первой сменой после длительного перерыва, также как и по выборке в целом, эмоциональное истощение, деперсонализация, интегральный индекс выгорания и уровень нервно-психической дезадаптации возрастают на третьей смене. Показатели по шкале «редукция профессионализма» также снижается на третьей смене.

Вместе с тем, обращает на себя внимание следующие результаты: в выборке вожатых, для которых первый этап исследования совпал с их первой рабочей сменой в жизни или первой сменой после длительного перерыва, возрастает уровень нервно-психической дезадаптации, в отличие от выборки вожатых в общей совокупности. Поэтому, дополнительно был проведен статистический анализ различий показателей нервно-психической адаптации и эмоционального выгорания у вожатых, для которых первый этап исследования совпал с их первой рабочей сменой в жизни или первой сменой после длительного перерыва (группа 1) и вожатых, для которых первый этап исследования не совпал с их первой сменой (группа 2).

В результате проведенного сравнительного анализа было выявлено, что у вожатых группы 1, на третьем этапе исследования статистически достоверно выше уровень

эмоционального истощения и нервно-психической дезадаптации ($p \leq 0,05$, $p \leq 0,01$ соответственно), (см. таблицу 3, рисунок 1) по сравнению с группой 2. Статистически значимых различий в уровне нервно-психической дезадаптации и в показателях эмоционального выгорания на других этапах исследования выявлено не было.

Таблица 3. Сравнительный анализ уровня НПА и ЭВ у вожатых группы 1 и вожатых группы 2 ($p \leq 0,01^*$; $p \leq 0,05^{**}$).

	Группа 1 N=64	Группа 2 N=34	U Манна-Уитни
Эмоциональное истощение	24,3	18,9	812,500**
Деперсонализация	8,3	7,5	984,500
Редукция профессионализма	34,1	36,4	860,500
Интегральный индекс выгорания	0,36	0,3	854,000
Нервно-психическая адаптация	24,5	16,5	721,500*

Рисунок 1. Сравнительный анализ уровня НПА и ЭВ у вожатых группы 1 и вожатых группы 2.

Обсуждение результатов

В исследовании изучалось изменение показателей эмоционального выгорания и уровня нервно-психической дезадаптации у вожатых на разных этапах (сменах) в процессе работы. В результате проведенного статистического анализа было выявлено, что показатели эмоционального выгорания в общей выборке вожатых возрастают к последнему этапу (смене в лагере), что согласуется с результатами некоторых предыдущих исследований (Ко с соавторами, 2012; Baily с соавторами, 2012), однако в некотором смысле противоречит исследованию (Zachary W.A. 2017). Возрастание показателей эмоционального выгорания может свидетельствовать не только о формировании данного явления, но также и о накоплении усталости. Интересно отметить, что в группе вожатых, для кого первый этап тестирования совпал с первой сменой в жизни или первой сменой после длительного перерыва возрастают не только показатели эмоционального выгорания, но также и уровень нервно-психической дезадаптации (что не происходит в общей выборке). Сравнительный анализ уровня нервно-психической дезадаптации и эмоционального выгорания у вожатых с разной длительностью работы в лагере показал, что, действительно, у вожатых, которые на момент проведения первого этапа исследования работали впервые, достоверно выше показатели эмоционального истощения и нервно-психической дезадаптации, чем у вожатых, которые работают уже длительное время. Вероятно, это может быть связано с тем, что остаются работать те вожатые, которые способны выдерживать напряжение более длительное время, обладающие более высоким уровнем стрессоустойчивости. Возможны и другие причины наблюдаемых различий, которые не могут быть рассмотрены в данном исследовании в связи с ограниченностью данных. Например, организационные – на вожатых, которые отработали уже две смены, возможно, больше давления со стороны администрации, чем на тех, кто только начал работать и тех, кто работает давно. В дальнейших исследованиях представляет особенный интерес изучение факторов,

препятствующих развитию эмоционального выгорания и факторов, способствующих успешной адаптации.

Выводы

1. Динамика уровня эмоционального выгорания:

На протяжении трех смен наблюдаются статистически значимые различия в уровне эмоционального истощения и деперсонализации у вожатых. Эти показатели достоверно выше на третьей смене по сравнению с первой и второй. На первой смене уровень редукции профессионализма вожатых выше, чем на третьей, что указывает на снижение удовлетворенности собой в процессе работы. Данные результаты подтверждают гипотезу о формировании эмоционального выгорания в процессе работы вожатым.

2. Динамика уровня нервно-психической дезадаптации:

В общей выборке вожатых нет статистически значимых различий в показателях нервно-психической адаптации на разных этапах исследования. В группе вожатых, где первая смена совпала с началом исследования, этот уровень достоверно выше на третьем этапе исследования по сравнению с группой вожатых, которые работают уже длительное время. Данные результаты лишь частично подтверждают гипотезу о повышении уровня дезадаптации у вожатых в процессе их работы.

3. Сравнение групп вожатых с разной длительностью работы:

В группе вожатых, где первый этап совпал с первой сменой по сравнению с другой группой, где первый этап исследования не совпал с первой сменой, наблюдаются более высокие уровни эмоционального истощения и нервно-психической дезадаптации, что может свидетельствовать, с одной стороны, об успешной адаптации тех, кто работает давно и, в целом, о более длительном процессе адаптации. С другой стороны, можно предположить, что те вожатые, которые испытывают высокий уровень дезадаптации и выгорания не остаются работать на длительное время.

В целом, результаты исследования указывают на увеличение эмоционального выгорания и нервно-психической дезадаптации у вожатых в процессе работы, особенно на третьей смене.

Ограничения

Данное исследование обладает рядом ограничений. Во-первых, ограничения связаны с небольшим набором диагностического инструментария. Во-вторых, в статье не рассматриваются причины возрастания нервно-психической дезадаптации и эмоционального выгорания, что, с другой стороны, открывает перспективы для дальнейших исследований.

Заключение

В заключении можно отметить, что проблема эмоционального выгорания вожатых в детских лагерях остается малоизученной как в отечественной, так и в зарубежной литературе. Представленные в исследовании результаты подтверждают существование данной проблемы и указывают на необходимость ее дальнейшего изучения.

Выводы исследования показывают, что уровень эмоционального выгорания значительно возрастает в процессе работы вожатым, особенно на третьей смене, что свидетельствует о формировании данного состояния в течение рабочего периода. Интересным

результатом является выявление различий между группами вожатых с разной длительностью работы. Вожатые с более длительным стажем могут успешнее адаптироваться к условиям работы, однако они также подвержены риску эмоционального выгорания.

Таким образом, результаты исследования указывают на важность изучения психологического благополучия вожатых в детских лагерях и необходимость разработки программ поддержки и профилактики эмоционального выгорания в данной профессиональной группе. Данные результаты могут быть интересны как для широкого круга читателей, научной, так и с практической точек зрения. Дальнейшие исследования в этой области могут помочь разработать более эффективные стратегии поддержки и обеспечения кадрового благополучия вожатых в долгосрочной перспективе.

Благодарность

Автор выражает признательность психологической службе международного детского центра «Артек» и лично начальнику отдела исследовательской работы управления психологического сопровождения Мак Диане Владимировне за помощь в проведении диагностики вожатых для настоящего исследования.

Библиография

1. Бонкало, Т. И., Полякова О. Б. Эмоциональное истощение как фактор возникновения и развития невротических состояний медицинских работников // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2020. – Т. 28, № 52. – С. 1208-1214.
2. Карпова Э.Б., Романова Е. А., Ступников А. С., Ямпольский А. А. Распространенность синдрома эмоционального выгорания вожатых в детских лагерях // Психология психических состояний: сборник материалов XVII Всероссийской научно-практической конференции для студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых и преподавателей вузов, 2023. – С. 160-165.
3. Мессинева Е. М., Мануйлова Н. Б., Фетисов А. Г. Проблема профессионального выгорания у преподавателей ВУЗов // Мир науки. Педагогика и психология. – 2021. – Т. 9. – №. 2. – С. 41.
4. Михайлова А. В., Власова К. М. Профессиональные деформации и профессиональное выгорание педагогов // Педагогическая перспектива. – 2022. – № 2(6). – С. 38-44.
5. Полякова О. Б., Бонкало Т. И. Физиологические симптомы нервно-психического напряжения у медицинских работников с профессиональными деформациями // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2020. – Т. 28. – №. 52. – С. 1195-1201.
6. Bailey, A., Kang, H., & Kuiper, K. (2012). Personal, environmental, and social predictors of camp staff burnout. *Journal of Outdoor Recreation, Education, and Leadership*, 4(3), 157-171.
7. Hod, K., Melamed, S., Dekel, R., Maherashak, N., & Sperber, A. D. (2020). Burnout, but not job strain, is associated with irritable bowel syndrome in working adults. *Journal of psychosomatic research*, 134, 110121.
8. Ko, C., Lunsky, Y., Hensel, J., & Dewa, C. S. (2012). Burnout among summer camp staff supporting people with intellectual disability and aggression. *Intellectual and developmental disabilities*, 50(6), 479-485.
9. Maslach, C. (1993). Burnout: A multidimensional perspective. In W.B. Schaufeli, C. Maslach, & T. Marek (Eds.), *Professional burnout: Recent developments in theory and research* (pp. 19-32). Washington, DC: Taylor & Francis.
10. Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1997). *Maslach burnout inventory*. Scarecrow

Education.

11. Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual review of psychology*, 52(1), 397-422.
12. Metlaine, A., Sauvet, F., Gomez-Merino, D., Boucher, T., Elbaz, M., Delafosse, J. Y., ... & Chennaoui, M. (2018). Sleep and biological parameters in professional burnout: A psychophysiological characterization. *PLoS One*, 13(1), e0190607.
13. Paisley, K., & Powell, G. M. (2007). Staff burn-out prevention and stress management. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 16(4), 829-841.
14. Richards, K. A. R., Templin, T. J., Levesque-Bristol, C., & Blankenship, B. T. (2014). Understanding differences in role stressors, resilience, and burnout in teacher/coaches and non-coaching teachers. *Journal of Teaching in Physical Education*, 33(3), 383-402.
15. Wahl-Alexander, Z., Richards, K. A., & Washburn, N. (2017). Changes in Perceived Burnout Among Camp Staff Across the Summer Camp Season. *Journal of Park & Recreation Administration*, 35(2).
16. Whipp, P. R., Tan, G., & Yeo, P. T. (2007). Experienced physical education teachers reaching their "use-by date" powerless and disrespected. *Research quarterly for exercise and sport*, 78(5), 487-499.

Результаты процедуры рецензирования статьи

В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.

Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).

Предмет исследования: динамика эмоционального выгорания и уровня нервно-психической дезадаптации у вожатых детских лагерей/

Методология исследования. использование опросника эмоционального выгорания К. Маслач, С. Джексон (в адаптации Н. Е. Водопьяновой), тест «Нервно-психическая адаптация» И.Н. Гурвич.

Актуальность. Проблема эмоционального выгорания вожатых в детских лагерях недостаточно изучена, существующие результаты указывают, с одной стороны, на существенное ухудшение самочувствия и высокий уровень эмоционального выгорания в летний период, с другой, на некоторое улучшение, например, снижение показателей эмоционального истощения у мужчин. Не совсем ясно, в чем проблема? Какие существуют противоречия? «В дополнение к исследованию эмоционального выгорания вожатых важно изучать, возможно, связанное с ним явление – нервно-психическую адаптацию». Возможно связанное, а возможно нет? Необходимо уточнить, какое место занимает нервно-психическая адаптация в структуре эмоционального выгорания? Недостаточно теоретического обоснования темы.

Научная новизна. Описана динамика эмоционального выгорания и уровня нервно-психической дезадаптации у вожатых детских лагерей.

Стиль, структура, содержание. Стиль научный. Работа структурирована: введение, методы, результаты, обсуждение результатов, выводы.

Исследование посвящено изучению изменениям показателей эмоционального выгорания и уровня нервно-психической адаптации у вожатых на разных этапах.

В результате дисперсионного анализа с повторными измерениями эмоционального выгорания и нервно-психической адаптации вожатых на протяжении 3 смен были обнаружены статистически значимые различия в следующих показателях: уровень эмоционального истощения, уровень деперсонализации и интегральный индекс выгорания достоверно выше на третьей смене, по сравнению с первой и второй сменой. Статистически значимых различий в показателях нервно-психической адаптации на

разных этапах выявлено не было.

В результате дисперсионного анализа с повторными измерениями эмоционального выгорания и нервно-психической адаптации вожатых, для которых первая диагностика совпала с их первой сменой в жизни, либо первой сменой после отпуска, были обнаружены статистически значимые различия в следующих показателях: уровень эмоционального истощения, уровень деперсонализации и интегральный индекс выгорания достоверно выше на третьей смене, по сравнению с первой и второй сменой. Уровень нервно-психической дезадаптации статистически значимо выше на третьей смене, чем на первой.

Не совсем понятно, о чём говорят данные результаты?

В «общей выборке вожатых, эмоциональное истощение, проявляющееся в переживании эмоционального перенапряжения и опустошённости и деперсонализации, характеризующееся, как отстранённость, формальное выполнение профессиональных обязанностей и интегральный индекс выгорания возрастает на третьей смене. Степень удовлетворенности собой, как профессионалом, на третьей смене также снижается». А что автор ожидал чего-то иного?

Библиография посвящена проблемам эмоционального выгорания, в том числе вожатых. Полная, соответствует заявленной теме.

Апелляция к оппонентам отсутствует.

Выводы: «В процессе работы у вожатых показатели эмоционального выгорания возрастают. У вожатых, которые работают недавно возрастает и уровень нервно-психической дезадаптации». Данные выводы очень краткие и банальные.

Интерес читательской аудитории: может представлять интерес, если будет усиlena теоретическая составляющая и интерпретация полученных данных.

Результаты процедуры повторного рецензирования статьи

В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.

Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).

Предметом исследования в представленной статье является динамика эмоционального выгорания и уровня нервно-психической дезадаптации у вожатых детских лагерей в течение 3-х смен.

В качестве методологии предметной области исследования в данной статье были использованы дескриптивный метод, метод категоризации, метод анализа, а также следующие методики: опросник эмоционального выгорания К. Маслач, С. Джексон (в адаптации Н. Е. Водопьяновой), тест «Нервно-психическая адаптация» И.Н. Гурвич. Статистическая обработка данных проводилась с помощью программы SPSS с использованием дисперсионного анализа с повторными измерениями (поправка Бонферони), сравнительного анализа (критерий Манна-Уитни).

Актуальность статьи не вызывает сомнения, поскольку исследования показывают, что эмоциональное выгорание связано со снижением производительности труда, низким уровнем мотивации и повышенной склонностью к смене профессии. Кроме этого, эмоциональное выгорание связано с разнообразными соматическими и психическими заболеваниями, например, с сердечно-сосудистыми заболеваниями, проблемами с ЖКТ и нарушениями в работе иммунной системы, с депрессией, тревогой, астенией и когнитивными нарушениями. Профессиональную деятельность вожатого в детском оздоровительном лагере можно характеризовать, как деятельность с повышенной моральной ответственностью. Эта профессия предполагает высокий уровень

эмоциональной насыщенности и большое количество факторов, которые могут вызывать стресс. Несбалансированный график труда и отдыха, высокая загруженность в подготовке к различным мероприятиям, ночная работа и отсутствие возможности выспаться, интенсивное общение, конфликтные ситуации между всеми участниками воспитательного и образовательного процесса, которые часто требуют незамедлительной реакции и решения, отсутствие должного вознаграждения (как материального, так и психологического) – лишь малая часть работы вожатого, которая создает массу предпосылок для образования синдрома эмоционального выгорания.

Научная новизна исследования заключается в изучении изменений показателей эмоционального выгорания и уровня нервно-психической адаптации у вожатых на разных этапах. В исследовании приняло участие 98 вожатых из 3 лагерей МДЦ «Артек», в возрасте от 18 до 23 лет, средний возраст респондентов 19.4 лет, в том числе 86 представителей женского и 12 мужского пола. Для 64 респондентов первый этап исследования был на первой смене после отпуска/в карьере, для 9 человек – на второй смене, для 10 – на третьей, 8 – на четвертой, для 7 человек первый этап исследования был на их 5 и более смене без отпуска. Все сотрудники, участвовавшие в исследовании, в течение лета трижды проходили диагностику. Первая итерация диагностики была проведена в 10-ый день смены в лагере (в середине первой смены). Второе и третье измерения были проведены также на 10-ый день второй и третьей смены.

Статья написана языком научного стиля с грамотным использованием в тексте исследования изложения различных позиций ученых к изучаемой проблеме и применением научной терминологии и дефиниций, а также описанием методики и процедуры исследования.

Структура выдержана с учетом основных требований, предъявляемых к написанию научных статей, структура данного исследования включает в себя введение, методы, результаты, обсуждение результатов, выводы, ограничения, благодарность и библиография.

Содержание статьи отражает ее структуру. В частности, особую ценность представляет то, что в исследовании отмечена тенденция, связанная с возрастанием показателей эмоционального выгорания, которая может свидетельствовать не только о формировании данного явления, но также и о накоплении усталости. Интересно отмечено, что в группе вожатых, для кого первый этап тестирования совпал с первой сменой в жизни или первой сменой после длительного перерыва возрастают не только показатели эмоционального выгорания, но также и уровень нервно-психической дезадаптации.

Библиография содержит 16 источников, включающих в себя отечественные и зарубежные периодические и непериодические издания.

В статье приводится описание различных позиций и точек зрения ученых, характеризующих вопросы эмоционального выгорания и нервно-психической дезадаптации. В статье содержится апелляция к различным научным трудам и источникам, посвященных этой тематике, которая входит в круг научных интересов исследователей, занимающихся указанной проблематикой.

В представленном исследовании содержатся выводы, касающиеся предметной области исследования: 1. Динамика уровня эмоционального выгорания: на протяжении трех смен наблюдаются статистически значимые различия в уровне эмоционального истощения и деперсонализации у вожатых. Эти показатели достоверно выше на третьей смене по сравнению с первой и второй. На первой смене уровень редукции профессионализма вожатых выше, чем на третьей, что указывает на снижение удовлетворенности собой в процессе работы. Данные результаты подтверждают гипотезу о формировании эмоционального выгорания в процессе работы вожатым. 2. Динамика

уровня нервно-психической дезадаптации: в общей выборке вожатых нет статистически значимых различий в показателях нервно-психической адаптации на разных этапах исследования. В группе вожатых, где первая смена совпала с началом исследования, этот уровень достоверно выше на третьем этапе исследования по сравнению. Данные результаты лишь частично подтверждают гипотезу о повышении уровня дезадаптации у вожатых в процессе их работы. 3. Сравнение групп вожатых с разной длительностью работы: в группе вожатых, где первый этап совпал с первой сменой по сравнению с другой группой, где первый этап исследования не совпал с первой сменой, наблюдаются более высокие уровни эмоционального истощения и нервно-психической дезадаптации, что может свидетельствовать, с одной стороны, об успешной адаптации тех, кто работает давно и, в целом, о более длительном процессе адаптации. С другой стороны, можно предположить, что те вожатые, которые испытывают высокий уровень дезадаптации и выгорания не остаются работать на длительное время. В целом, результаты исследования указывают на увеличение эмоционального выгорания и нервно-психической дезадаптации у вожатых в процессе работы, особенно на третьей смене.

Материалы данного исследования рассчитаны на широкий круг читательской аудитории, они могут быть интересны и использованы учеными в научных целях, педагогическими работниками в образовательном процессе, руководством и администрацией культурно-оздоровительных детских организаций, работниками министерств, ведомств и организаций к ведению которых относятся вопросы организации отдыха и досуга детей, руководителями детских лагерей, специалистами, занимающимися обучением и подготовкой вожатых, психологами, социальными работниками, вожатыми, аналитиками и экспертами.

В качестве недостатков данного исследования следует отметить, то, что в тексте статьи встречаются опечатки и технические ошибки, в том числе отсутствие пробелов между словами, пропуски знаков препинания. При оформлении рисунка и таблиц необходимо обратить внимание на требования действующего ГОСТа. Названия таблиц очень длинные, перегруженные, сложные для восприятия. Также кроме выводов по проведенному исследованию статью необходимо дополнить обобщающим заключением. Хотелось бы обратить внимание на логику и последовательность изложения материалов исследования. Сноски должны быть оформлены единообразно, но в тексте статьи встречается формат сноски в квадратных скобках, встроенный в текст статьи, например, [10 с. 4]. Указанные недостатки не умаляют научную и практическую значимость самого исследования, однако их необходимо оперативно устранить, а статью вернуть на доработку.

Результаты процедуры окончательного рецензирования статьи

В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.

Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).

Данная статья обращает внимание на достаточно негативные явления, которые стали все чаще возникать при организации детского отдыха. Детские лагеря предназначены не только для отдыха, но и для развития детей во внесемейной и внешкольной обстановке. Роль вожатого при этом чрезвычайно велика. В детском лагере вожатый – это главный человек. От него зависит качество, безопасность, комфорт, развитие детей, их эмоциональное состояние. Поэтому данная статья выполнена на актуальную в практическом отношении тему.

Автор во введении пишет, что о теоретических аспектах феномена эмоционального

выгорания применительно к деятельности широкого круга работников. Обращается внимание и на труд вожатого. В частности, отмечено, что профессиональную деятельность вожатого в детском оздоровительном лагере можно охарактеризовать, как деятельность с повышенной моральной ответственностью. Эта профессия предполагает высокий уровень эмоциональной насыщенности и наличие большого количества факторов, которые могут вызывать стресс. Несбалансированный график труда и отдыха, высокая загруженность в подготовке к различным мероприятиям, ночная работа и отсутствие возможности выспаться, интенсивное общение, конфликтные ситуации между всеми участниками воспитательного и образовательного процесса (которые часто требуют незамедлительной реакции и решения), отсутствие должного вознаграждения (как материального, так и психологического) – лишь малая часть составляющих работы вожатого, которая создает массу предпосылок для образования синдрома эмоционального выгорания. Написано все верно. Риски эмоционального выгорания, действительно, имеются.

Поэтому указано, что целью исследования явилось изучение изменений показателей эмоционального выгорания и уровня нервно-психической адаптации у вожатых на разных этапах работы. С такой формулировкой цели можно согласиться, если заменить слово «изучение» на слово «исследование».

Сразу необходимо обратить внимание на недостатки по введению. В частности, в статье полностью отсутствуют формулировки предмета исследования и его научной новизны. Нет сведений о методологии исследования. Относительно методологии необходимо указать теорию, концепцию или принципы, с учетом которых было выполнено данное исследование.

Стиль изложения текста научно-исследовательский. Автор умеет работать с литературой, выявлять имеющиеся противоречия и делать логические умозаключения. В частности, по теме исследования им были выявлены противоречивые подходы различных авторов к вопросу эмоционального выгорания вожатых. Это побудило автора организовать самостоятельное исследование и с помощью разработанной методики выполнить его.

Структура работы соответствует общепринятым логическим требованиям к статьям в целом. Но выше были указаны некоторые замечания, которые необходимо учесть при доработке текста в части его структуры (предмет, новизна исследования, его методология).

Содержание статьи свидетельствует о достаточно большом объеме проведенного исследования (98 вожатых). Автором были применены валидные методы, которые согласуются с целью исследования. Полученные данные на разных этапах (начальный, средний и конечный), а также в разных группах обследуемых лиц, позволили автору выявить динамику показателей эмоционального выгорания у вожатых.

Так, было установлено, что показатели по шкале «редукция професионализма» достоверно выше на первой и второй сменах, чем на третьей ($p \leq 0,05$, $p \leq 0,05$ соответственно), это означает, что удовлетворенность собой, как профессионалом снижается на третьей смене. Уровень нервно-психической дезадаптации также статистически значимо выше на третьей смене, чем на первой ($p \leq 0,05$). Данные результаты могут свидетельствовать о накоплении усталости и появлении большего количества симптомов нервно-психической дезадаптации, а также симптомов выгорания в процессе работы вожатым.

Показано еще, что в общей выборке вожатых эмоциональное истощение, проявляющееся в переживании эмоционального перенапряжения и опустошенности и деперсонализации, характеризуется, как отстраненность, формальное выполнение профессиональных обязанностей и интегральный индекс выгорания возрастает на третьей смене. Степень удовлетворенности собой, как профессионалом, на третьей

смене также снижается.

Имеются и другие интересные данные, которые автор получил фактически и представил их в соответствующих таблицах. Но в этих таблицах размещены только средние величины количественных показателей и показаны достоверности различий между этапами и группами по конкретным показателям. Причем вероятно различий установлены довольно высокие ($p \leq 0,05$, $p \leq 0,01$) и довольно по многим показателям. В некоторых сравнениях, например, $p \leq 0,001$. Сравнения с такими показателями достоверности различий встречаются нечасто и, как правило, при больших массивах исходных данных. Хотелось бы перепроверить, но возможности такой нет: автор указал в таблицах только средние величины без среднеквадратических отклонений к ним. Это недостаток, который необходимо устранить при доработке текста. Это несложно: при расчетах с использованием статистических программ показатель среднеквадратического отклонения всегда имеется. Его просто надо указать в таблицах.

В статье имеются выводы и заключение. Они вполне корректно завершают изложение материала данной статьи.

Библиографический список включает литературные источники по теме исследования.

Данная статья оставляет хорошее впечатление, она полезна и выполнена на актуальную тему. Поэтому после доработки текста ее можно рекомендовать к опубликованию, как представляющую интерес для читающей аудитории.