

**Олександр САФІН,**

доктор психологічних наук, професор,  
Національна академія Державної прикордонної служби України  
імені Богдана Хмельницького, м. Хмельницький

**Олена ПАНАСЮК,**

Уманський державний педагогічний університет ім. Павла Тичини

## **ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДИСКУРСУ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРЯННЯ СУЧАСНОГО ПЕДАГОГА**

*У статті викладено результати теоретичного аналізу психологічного дискурсу проблеми емоційного вигоряння у сучасному педагогічному середовищі. Зазначається, що на рівні емоційної сфери особистості педагога професійні деформації проявляються як синдром емоційного вигоряння. Під емоційним вигорянням розуміється стан фізичного, емоційного і розумового виснаження. У той же час вигоряння розглядається і як механізм психологічного захисту в ситуації здійснення професійної діяльності з високим рівнем особистісної утягнутості. Головним чинником, джерелом змін, що викликають емоційне вигоряння, є емоційні проблеми професійного спілкування.*

*Ключові слова: емоційне вигоряння, педагогічне середовище, професійні деформації, психологічний захист, професійне спілкування.*

**Постановка проблеми у загальному вигляді.** Професійний розвиток особистості супроводжується особистісними придбаннями і втратами, оскільки розвиток – це не лише зростання, удосконалювання, але й певне руйнування. У концепціях професійного становлення особистості (Е. Зеєр, Є. Клімов, А. Маркова, Л. Мітіна та ін.) визнається різноспрямованість онтогенетичних змін особистості в процесі виконання нею професійної діяльності. З огляду на це, будь-яка професія ініціює утворення професійних деформацій особистості, але найбільш вразливими є соціономічні професії.

Сучасна освітня ситуація характеризується загальною психологізацією педагогічної реальності, розширенням суб'єктної представленості у педагогічній взаємодії. Аналіз існуючої практики показує, що вимоги до праці й особистості педагога з боку суспільства постійно наростають. Суперечності між

наднормативними соціальними очікуваннями до педагога як до професіонала і недостатнім стимулюванням його праці з боку держави призводить до відкидання теоретичних установок, негативізму, скептицизму й апатії, тобто яскраво вираженої професійної деформації. На рівні емоційної сфери особистості педагога професійні деформації проявляються як синдром емоційного вигорання. Згідно із сучасними даними, під емоційним вигоранням розуміється стан фізичного, емоційного і розумового виснаження. У той же час вигорання розглядається і як механізм психологічного захисту в ситуації здійснення професійної діяльності з високим рівнем особистісної утягнутості. Серед педагогів найчастіше зустрічаються такі деформації як, авторитарність, агресивність, консерватизм, соціальне лицемірство, поведінковий трансфер.

Про наявність великої кількості стресорів у педагогічній діяльності говорять вже давно як зарубіжні, так і вітчизняні вчені. Професійна діяльність вчителів відрізняється від інших категорій праці постійною нервово-психічною й емоційною напругою, обумовленою як змістом, так і умовами педагогічної роботи.

Педагоги працюють у доволі неспокійній, емоційно напруженій атмосфері, що вимагає постійної уваги і контролю за взаємодією у системі “педагог – той, хто навчається” за таких умов стрес спричиняється безліччю стресогенів, які безперервно накопичуються у різних сферах життєдіяльності. Наразі почуття контролю над тим, що відбувається, може мати вирішальне значення. Якщо педагог реагує адекватним, адаптивним чином, він більш успішно й ефективно діє та підвищує свою функціональну активність і впевненість, у той час, як дезадаптивні реакції ведуть по спіралі вниз, до емоційного вигорання. Коли вимоги (внутрішні та зовнішні) постійно переважають над ресурсами (внутрішніми й зовнішніми), у людини порушується стан рівноваги. Безперервне або прогресуюче порушення рівноваги неминуче призводить до емоційного вигорання. Вигорання – це не просто результат стресу, а наслідок некерованого стресу.

Стан напруженості, пов'язаний із необхідністю внутрішнього налаштування на певну поведінку, мобілізації усіх сил на активні й доцільні дії; постійним перебуванням у стані підвищеної відповідальності за тих, хто навчається; потребою тримати під контролем кілька компонентів навчально-виховного процесу, таких, як дисципліна у навчальній групі, процес засвоєння знань тими, хто навчається, динаміку працездатності; а також багатофункціональною соціально-відповідальною діяльністю в умовах інформаційних перевантажень.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано вирішення даної проблеми та на які опирається автор.** Останні десятиліття проблема емоційного вигорання безпосередньо досліджувалася як українськими (С. Болтівець, М. Борисова, Н. Булатевич, М. Воробйова, О. Гнездилова, М. Горохова, Т. Зайчикова, Ю. Жогно, А. Коновальчук, Н. Назарук, Т. Овсянникова, О. Санникова, Н. Чепелева та ін.), так і зарубіжними (J. Cedoline, S. Brenner, R. Bentall, B. Farber, H. Freudenberger, L. Friedman, A. Lotan, J. Malanowski, C. Maslach, L. Spaniol, J. Caputo та ін.) вченими, хоча розуміння ними емоційного вигорання є різним.

**Мета статті** – теоретичний аналіз психологічного дискурсу проблеми емоційного вигорання сучасного педагога.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Уперше термін “психічне вигорання” було запропоновано американським психіатром Дж. Фейденбергом у 1974 році. Він описав феномен і дав йому назву “burnout” – для характеристики психологічного стану здорових людей, які перебувають у тісному спілкуванні з клієнтами в емоційно напруженій атмосфері при наданні професійної допомоги. Спочатку цей термін визначався як стан виснаження з відчуттям власної непотрібності. До 1982 р. в англійській літературі було опубліковано більше тисячі статей про “емоційне вигорання”. Презентовані у них дослідження мали головним чином описовий та епізодичний характер. Це відповідна реакція на тривалі стреси міжособистісних комунікацій.

Х. Маслач визначила це поняття як синдром фізичного та емоційного вигорання, включаючи розвиток негативної самооцінки, негативного відношення до роботи [1]. К. Кондо визначає “емоційне вигорання”, як “дезадаптованість до робочого місяця через надмірне навантаження і неадекватність міжособистісних стосунків” [2]. В. Орел вважає, що емоційне вигорання – це дисфункція, викликана впливом професійної діяльності на особистість, що чітко проявляється у сфері суб’єктних видів праці [3]. Він робить висновок про близькість вигорання до категорії психічних станів. Зокрема, структура емоційного вигорання містить три основні компоненти: емоційний (психоемоційне навантаження), мотиваційний (цинізм) та оцінний (самооцінка професійної ефективності).

У радянській психології перші згадки про цей феномен можна знайти у працях Б. Ананьєва. Він вживав термін “емоційне вигорання” для позначення деякого негативного явища, що виникає у людей професій “Людина – людина”, і пов’язаного з міжособистісними стосунками [4]. За визначенням М. Борисової, вигорання – це вироблений особистістю механізм психологічного захисту у формі повного або часткового виключення емоцій у відповідь на психотравмуючі впливи [5].

У зарубіжній психологічній літературі виокремлюють два основні підходи щодо визначення вигорання і його симптоматики: результативний і процесуальний. Представники результативного підходу розглядають вигорання як стан, що містить низку конкретних елементів. Незважаючи на деяку спільність розуміння вигорання у межах результативного підходу, його прибічники відрізняються у своїх переконаннях відносно сутності феномену і його структурних елементів. Так, С. Cherniss вигорання визначає як процес негативної зміни професійної поведінки у відповідь на стресовий характер робочого середовища [6].

Найбільш традиційним і загальноприйнятим є розуміння вигорання, запропоноване Х. Маслач. Згідно з цим визначенням під психічним вигоранням розуміється стан фізичного, емоційного і розумового виснаження, що

проявляється в професіях соціальної сфери. Цей синдром містить три основних складових: емоційне виснаження, деперсоналізацію (цинізм) і редукцію професійних досягнень. При емоційному виснаженні людина вже не здатна на усі 100 % віддаватися роботі, тому що відчуває спустошеність, притупленість емоцій, перенапруження, а в крайніх випадках можливі емоційні зриви. Деперсоналізація характеризується розвитком негативного, бездушного, цинічного ставлення до реципієнтів. Людина переживає внутрішнє роздратування, яке намагається приховати, але у певні моменти здійснення професійної діяльності воно може проявлятися у спалахах гніву, роздратування, схильності вступати у конфліктні ситуації з оточуючими. Редукування персональних досягнень проявляється у зниженні компетентності у роботі, незадоволеності собою, зменшення цінності своєї діяльності, негативного самосприйняття у професійному аспекті. Людина, помічаючи негативні прояви, звинувачує себе, у неї знижується як професійна, так і особистісна самооцінки, з'являється відчуття власної неспроможності, неповноцінності, байдужість до роботи. Автори не випадково, використовують поняття синдром, підкреслюючи тим самим відносну незалежність елементів, що входять до нього, які самі по собі можуть існувати як окремі елементи і в інших станах. Але, лише об'єднуючись разом, вони створюють своєрідний синдром "психічного вигорання".

Другий підхід до визначення вигорання акцентує увагу на процесуальному аспекті. Вигорання, як правило, розглядається як процес, що містить низку послідовних стадій (фаз) [7]. Перша стадія характеризується дисбалансом між ресурсами і вимогами середовища, що породжує стресовий стан. На другій стадії у працівника виникає короткострокова емоційна напруга, стомлення і виснаження. Третя стадія проявляється у змінах мотиваційної сфери професіонала і його поведінки, де провідним симптомом є негуманне (бездушне) поводження з тими, хто навчається. Провідною детермінантою виникнення вигорання, з точки зору автора, є адекватність обраного суб'єктом

способу подолання стресу. Використання неадекватних прийомів подолання стресової ситуації веде до формування психічного вигорання [8].

Процесуальна концепція вигорання представлена В. Бойко, що описує його з точки зору основних стадій стресу, згідно концепції Г. Сельє. Ця концептуальна конструкція має наочний характер через відсутність психометричної перевірки, створеної на основі цього підходу методики та інших емпіричних даних, що підтверджують її цінність [9].

Якнайповніша класифікація симптомів вигорання представлена W. Schaufeli та D. Enzmann. Класифікація побудована на двох базових положеннях. Перша основа виокремлення симптомів – характер тієї сфери індивіда, яку вони представляють. Відповідно до цього ними виокремлено 132 симптоми вигорання, об'єднані у 5 основних груп: афективні, когнітивні, фізичні, поведінкові, мотиваційні. Вказана симптоматика, з точки зору авторів, має свої прояви на трьох рівнях, які відображають додаткову основу класифікації: індивідуально-психологічний, міжособистісний та організаційний [10].

Синдром емоційного вигорання характеризується емоційною сухістю педагога, розширенням сфери економії емоцій, особистісної відстороненістю, ігноруванням індивідуально-психологічних особливостей тих, хто навчається, у професійній діяльності. Дослідники виокремлюють групи чинників, що відіграють суттєву роль у формуванні емоційного вигорання (особистісні, соціально-демографічні, рольові, організаційні), і при цьому підкреслюють неоднозначність результатів дослідження впливу цих чинників, а також недостатню розробленість цієї психологічної проблеми. Головним чинником, джерелом змін, що викликають емоційне вигорання, є емоційні проблеми професійного спілкування. Переживання хронічних стресів, пов'язаних із ситуаціями професійного спілкування, накладаючись на переживання незадоволеності власним життям, її якістю, професійною діяльністю, приводить до деформації особистості педагога у формі емоційного вигорання. Інші чинники (організаційні та індивідуально-психологічні, зовнішні і внутрішні,

суб'єктивні й об'єктивні і т. п.) визначають імовірність і швидкість розвитку синдрому емоційного вигорання як у педагогів, так і в представників інших соціономічних професій.

Зважаючи на визначення стресового процесу за Г. Сельє, емоційне вигорання можна вважати третьою стадією, для якої характерним є стійкий і неконтрольований рівень збудження. На сьогодні не існує єдиної узагальненої класифікації чинників, що детермінують емоційне вигорання. У психологічній літературі зарубіжні та вітчизняні науковці, при вивченні емоційного вигорання у працівників соціальних сфер діяльності, виокремлюють декілька класифікацій чинників, що зумовлюють його виникнення. Наприклад, Р. Глен поділяв чинники емоційного вигорання на професійні та особистісні, К. Кондо – на індивідуальні, соціальні та організаційні, М. Лейтер – на соціально-психологічні, особистісні та професійні, Б. Перлман та Е. Хартман – на особистісні, рольові та організаційні [3].

В. Орел виокремлює три групи чинників, що зумовлюють виникнення емоційного вигорання:

індивідуальні, до яких відносить соціально-демографічні особливості працівника (вік, стать, сімейний стан, стаж роботи, освітній та кваліфікаційний рівень) та особистісні особливості працівника (витривалість, стиль опору, контроль, самооцінка нейротизм (тривожність, тощо);

організаційні, до яких відносить умови праці (робочі перенавантаження, дефіцит часу, тривалість робочого дня тощо), зміст праці (кількість учнів, гострота їхніх проблем, глибина контакту, зворотний зв'язок тощо);

соціально-психологічні (взаємини в організації, ставлення до об'єкта праці) [3].

Т. Зайчикова, вивчаючи виникнення синдрому емоційного вигорання, виокремила такі чинники:

Соціально-економічні – економічна нестабільність, складні політичні процеси, інтенсифікація професійної діяльності, соціальний статус професії, рівень соціального захисту, рівень оплати у конкретній галузі тощо;

Соціально-психологічні – бажання працювати в обраній організації чи сфері діяльності, ставлення співробітника до взаємин у колективі, ефективність праці, мотиви праці, конфліктність колективу, задоволеність життєдіяльністю колективу тощо;

індивідуально-психологічні, соціально-демографічні (вік, стать, стаж професійної діяльності, сімейний статус тощо) та особистісні (рівень тривожності, агресивності, фрустрованості, ригідності, рівень суб'єктивного контролю тощо) [11].

Г. Никифоров виокремив низку чинників, що зумовлюють виникнення та розвиток емоційного вигорання:

особистісні (схильність до інтроверсії, реактивність, твердість, авторитарність, агресивність, низький рівень самоповаги й самооцінки тощо);

статусно-рольові (рольовий конфлікт, рольова невизначеність, незадоволеність професійним і особистісним зростанням, низький соціальний статус, рольові поведінкові стереотипи, відторгненість у референтній групі, негативні статево рольові (гендерні установки тощо);

професійно-організаційні (несправедливість взаємин в організації, відсутність корпоративної згуртованості, слабка організаційна культура, внутрішньо організаційні конфлікти, дефіцит адміністративної, соціальної і професійної підтримки, відсутність свободи планування, жорсткий контроль, відстороненість від прийняття рішень тощо);

екзистенційні (нереалізовані життєві й професійні очікування, незадоволеність самоактуалізацією, досягнутими результатами, розчарування в інших людях чи в обраній професії, знецінювання й втрата сенсу власних зусиль, переживання самотності, відчуття безглуздості активної діяльності й життя взагалі тощо) [12].

За В. Бойко емоційне вигорання є формою професійної деформації особистості та складається з внутрішніх і зовнішніх чинників. Зовнішні чинники, які провокують таке вигорання:



1. Хронічно напружена психоемоційна діяльність, пов'язана з інтенсивним спілкуванням, точніше, із цілеспрямованим сприйняттям партнерів. Педагогу доводиться постійно підкріплювати емоціями різні аспекти спілкування: активно ставити і розв'язувати проблеми, уважно сприймати, посилено запам'ятовувати і швидко інтерпретувати (аналізувати) візуальну, звукову та письмову інформацію, швидко зважувати альтернативи й ухвалювати рішення.

2. Дестабілізуюча організація діяльності: нечітка організація та планування праці, дефіцит обладнання, погано структурована і розпливчаста інформація, наявність у ній “бюрократичного шуму” – дрібних подробиць, суперечностей, завищені норми контингенту, з яким пов'язана професійна діяльність.

3. Підвищена відповідальність за функції, що виконуються педагогом. Педагогам постійно доводиться брати на себе енергетичні розряди керівника, батьків тих, хто навчається. Усі, хто працює з людьми і чесно ставиться до своїх обов'язків, несуть етичну та юридичну відповідальність за благополуччя ділових партнерів, яких їм довірено. Платня висока – нервове перенапруження.

4. Неблагополучна психологічна атмосфера професійної діяльності визначається двома основними обставинами – конфліктністю по вертикалі, у системі “керівник – підлеглий”, і по горизонталі, у системі “колега – колега”. Рано чи пізно обачна людина з міцними нервами схилитиметься до тактики емоційного вигорання: триматися від усього й усіх подалі, не приймати все близько до серця, берегти нерви.

5. Психологічно важкий контингент, з яким має справу педагог у сфері спілкування.

Внутрішні чинники, що обумовлюють емоційне вигорання:

1. Схильність до емоційної ригідності. Природно, емоційне вигорання як засіб психологічного захисту виникає швидше у тих, хто менш реактивний і сприйнятливий, емоційно стриманий. Навпаки, формування симптомів вигорання відбуватиметься повільніше у людей імпульсивних, таких, що мають рухливі нервові процеси. Підвищена вразливість і чутливість можуть повністю блокувати цей механізм психологічного захисту і не дозволяти йому

розвиватися. Нерідко трапляється так, що пропрацювавши “в людях” до пенсії, людина проте не втратила чуйність, емоційну залученість, здатність до співпереживання;

2. Інтенсивна інтеріоризація (сприйняття і переживання) обставин професійної діяльності. Це психологічне явище виникає у людей з підвищеною відповідальністю за доручену справу, виконувану роль. Достатньо часто зустрічаються випадки, коли по молодості, недосвідченості і, можливо, наївності, фахівець, працюючий з людьми, сприймає усе занадто емоційно, віддається справі без залишку. Кожен стресогенний випадок з практики залишає глибокий слід у душі. Доля, здоров'я, благополуччя суб'єкта діяльності викликає інтенсивну співучасть і співпереживання, тяжкі роздуми і безсоння. Поступово емоційно-енергетичні ресурси виснажуються і виникає необхідність відновлювати їх або берегти, прибігаючи до тих або інших прийомів психологічного захисту;

3. Слабка мотивація емоційної віддачі у професійній діяльності. Тут є два аспекти. По-перше, професіонал у сфері спілкування не вважає для себе необхідним або чомусь не зацікавленим проявляти співучасть і співпереживання суб'єктові власної діяльності. Це не лише стимулює емоційне вигорання, але і його крайні форми – байдужість, душевну черствість. По-друге, людина не звикла, не вміє захочувати себе за співпереживання і співучасть, що проявляються по відношенню до суб'єктів професійної діяльності. Систему самооцінок вона підтримує іншими засобами – матеріальними або позиційними досягненнями. Альтруїстична емоційна віддача для такої людини нічого не означає, і вона не потребує її, не відчуває від неї задоволення. Зазвичай, вигорати їй просто і легко. Інша річ особистість з альтруїстичними цінностями. Для неї важливо допомагати і співчувати іншим. Втрату емоційності в спілкуванні вона переживає як показник моральних втрат, як втрату людяності;

4. Моральні дефекти і дезорієнтація особистості. Можливо, професіонал мав моральну ваду ще до того, як став працювати з людьми, або придбав в

процесі діяльності. Моральний дефект обумовлений нездатністю включатись у взаємодію з діловими партнерами такими моральними категоріями, як совість, чесність, повага прав і гідності іншої особистості. Моральна дезорієнтація викликається іншими причинами – невмінням відрізнити добре від поганого, благо від шкоди, що наноситься особистості. Проте як у разі морального дефекту, так і за наявності моральної дезорієнтації, формування емоційного вигорання полегшується. Збільшується вірогідність байдужості до суб'єкта діяльності та апатії до виконуваних обов'язків [9].

**Висновки.** Таким чином, теоретичний огляд та аналіз джерел дозволив розкрити актуальність проблеми синдрому емоційного вигорання у сучасному професійному середовищі педагогів. Інтенсивні емоційні перевантаження можуть привести педагогів до емоційного виснаження, а потім і до вигорання, яке, у свою чергу, справляє негативну дію на психологічне здоров'я тих, хто навчається. Основними напрямками роботи із запобігання емоційного вигорання педагогів можуть бути: організація діяльності (забезпечення працівникам можливості професійного зростання, підвищення мотивації, чіткий розподіл обов'язків, організування здорових взаємовідносин співробітників, організація робочого часу і місця); використання певного стилю управління колективом; створення у навчальному закладі механізмів соціальної підтримки педагогів (наявність близьких неформальних зв'язків і можливість розраховувати на чийсь допомогу у важкій ситуації, наявність міжособистісної довіри як між колегами, так і адміністрацією, переважання співробітництва над конкуренцією, високий рівень взаємоповаги, соціальна згуртованість як сила колективної ідентичності); інформування педагогів; врахування індивідуально-психологічних особливостей.

**Перспективами подальших досліджень у обраному напрямку** можна вважати вивчення ризиків професійної діяльності педагога, які можуть провокувати появу і розвиток у нього синдрому емоційного вигорання, удосконалення психологічного інструментарію ранньої діагностики і психотехнологій попередження професійних стресів, розробка системи

психологічного моніторингу психічного і душевного здоров'я працівників освітніх закладів, упереджувальної психологічної підготовки студентської молоді педагогічних ВНЗ до майбутньої професійної діяльності.

### Список використаної літератури

1. Маслач К. Профессиональное выгорание: как люди справляются: практикум по соц. психологии. СПб. : Питер, 2001. 528 с.
2. Kondo K. Burnout syndrome // Asian Medical J. 1991. № 34(11).
3. Орел В. Е. Феномен “выгорания” в зарубежной психологии: эмпирические исследования. *Психологический журнал*. 2001. Т. 22. № 1. С.90–101.
4. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания. М. : Наука, 1977. 380 с.
5. Борисова М. Психологические детерминанты феномена эмоционального выгорания у педагогов. *Вопросы психологии*. 2005. № 2. С. 97–104.
6. Cherniss, C. (1989). Burnout in new professionals: A long-term follow-up study // *Journal of Health and Human Resources Administration*, 12, P. 11–24.
7. Ласовская Т. Ю. Профессиональное выгорание : учебно- методическое пособие. Новосибирск : Сибмедиздат, 2004. 54 с.
8. Скугаревская М. М. Синдром эмоционального выгорания. *Медицинские новости*. 2002. № 7. С. 3–9.
9. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М. : Филин, 1996. 472 с.
10. Schaufeli W. & Enzmann D. (1998). *The burnout companion to study and practice*. Taylor & Francis, London. 224 p.
11. Зайчикова Т. В. Вплив синдрому “емоційного вигорання” на професійне становлення педагога. *Теоретико–методологічні проблеми генетичної психології : матер. міжнар. наук. конф., присвяченої 35–річчю наукової та педагогічної діяльності академіка С. Д. Максименка (17–18 грудня 2001 р., м. Київ)*. Т. 4. К. : Міленіум, 2002. С. 131–135 с.
12. Никифоров Г. С. Психология здоровья : учебное пособие. СПб. : Речь, 2002. 256 с.

### **Сафин О. Д., Панасюк Е. В. Теоретический анализ психологического дискурса проблемы эмоционального выгорания современного педагога**

*В статье изложены результаты теоретического анализа психологического дискурса проблемы эмоционального выгорания в современной педагогической среде. Отмечается, что на уровне эмоциональной сферы личности педагога профессиональные деформации проявляются как синдром эмоционального выгорания. Под эмоциональным выгоранием понимается состояние физического, эмоционального и умственного истощения. В поэтому же время выгорания рассматривается и как механизм психологической защиты в ситуации осуществления профессиональной деятельности с высоким уровнем личностной вовлеченности. Главным фактором, источником*

изменений, которые вызывают эмоциональное выгорание, являются эмоциональные проблемы профессионального общения.

**Ключевые слова:** эмоциональное выгорание, педагогическая среда, профессиональные деформации, психологическая защита, профессиональное общение.

***Safin O., Panasiuk O. Theoretical Psychological Discourse of the Problem of the Emotional Burning Down Analysis are Expounded of Modern Pedagogical Work***

*In the article the results of theoretical psychological discourse of the problem of the emotional burning down analysis are expounded in a modern pedagogical environment. Noted, that any profession initiates formation of professional deformations of personality, but the most vulnerable are socioeconomic professions.*

*A modern educational situation is characterized general psychologization of pedagogical reality, expansion of subject presenting in pedagogical cooperation. Professional activity of teachers differs from other categories of labour the permanent neuropsychic and emotional tension, conditioned by both maintenance and terms of pedagogical work.*

*Teachers work in an uneasy enough, emotionally tense atmosphere that requires permanent attention and control after cooperation in the system “teacher – student” on such conditions stress is caused by the enormous amount of stress-factors, that continuously accumulate in the different spheres of vital functions. Now control sense above that takes place can have a decision value. If a teacher reacts adequate, adaptive character, he more successfully and effectively operates and promotes the functional activity and confidence, at that time, as disadaptive reactions conduct for spirals downward, to the emotional burning down. When requirements (internal and external) constantly prevail above resources (internal and external), for a man the state of equilibrium is violated. A continuous or making progress unbalance unavoidable results in the emotional burning down.*

*The analysis of existent practice shows that requirements to labour and personality of teacher from the side of society grow constantly. Contradictions between exceeding a norm social expectations to the teacher as to the professional and from the side of the state results insufficient stimulation of his labour in the casting-out of theoretical options, negativism, scepticism and apathy, id est the brightly expressed professional deformation. At the level of emotional sphere of personality of teacher professional deformations show up as a syndrome of the emotional burning down. According to modern given, the state of physical, emotional and mental exhaustion understands under the emotional burning down. In therefore time of burning down is examined and as a mechanism of psychological defence in the situation of realization of professional activity with the high level of personality involving. Among teachers mostly there are such deformations as, authoritarianness, aggressiveness, conservatism, social hypocrisy, behavioural transfer.*

**Key words:** emotional burning down, pedagogical environment, professional deformations, psychological defence, professional communication.