

UNIVERSITATEA DE STAT DIN MOLDOVA

Cu titlul de manuscris

CZU: 159.942 (043.2)

GORINCIOI VERONICA

**STUDIUL SINDROMULUI ARDERII EMOȚIONALE LA
CADRELE DIDACTICE UNIVERSITARE DIN PERSPECTIVA
DE GEN**

Specialitatea 511.01 – Psihologie generală

Autoreferatul tezei de doctor în psihologie

CHIȘINĂU, 2015

Teza a fost elaborată la Catedra de Psihologie Aplicată a Universității de Stat din Moldova

Conducător științific:

Platon Carolina, doctor habilitat în pedagogie, doctor în psihologie, profesor universitar

Referenți oficiali:

TURLIUC Maria Nicoleta, doctor în psihologie, profesor universitar, Universitatea „A. I. Cuza”, Iași, România

POTÂNG Angela, doctor în psihologie, conferențiar universitar, Universitatea de Stat din Moldova

Componența Consiliului Științific Specializat:

BUCUN Nicolae, președinte, doctor habilitat în psihologie, profesor universitar

TOLSTAIA Svetlana, secretar științific, doctor în psihologie, conferențiar universitar

BOLBOCEANU Aglaida, doctor habilitat în psihologie, profesor universitar

BODRUG-LUNGU Valentina, doctor habilitat în pedagogie, conferențiar universitar

COJOCARU Natalia, doctor în psihologie, conferențiar universitar

CALANCEA Angela, doctor în psihologie, conferențiar universitar

Susținerea va avea loc la " 23 " iunie _____ 2015 la ora 11.00 în ședința Consiliului științific specializat D30.511.01-02 din cadrul Universității de Stat din Moldova, adresa str. A. Mateevici 60, MD-2009, or. Chișinău, Republica Moldova, auditoria 505 blocul Central

Teza de doctor și autoreferatul pot fi consultate la Biblioteca Științifică a Universității de Stat din Moldova și la pagina web a C.N.A.A. (www.cnaa.md)

Autoreferatul a fost expediat la " 22 " mai _____ 2015

Secretar științific al Consiliului Științific Specializat,
doctor în psihologie, conferențiar universitar



Tolstaia Svetlana

Conducător științific,
doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar



Platon Carolina

Autor



Gorincioi Veronica

REPERELE CONCEPTUALE ALE CERCETĂRII

Actualitatea temei. Actualitatea problematicii *arderii emoționale (sindromul burnout)* rezidă în faptul că principala categorie afectată sunt oamenii, un factor ce nu poate fi nici neglijat, nici exclus. Termenul de *ardere emoțională* este des utilizat atunci când se încearcă să se explice starea de stres cronic la persoanele care activează într-un domeniu ce presupune interacțiunea cu alți oameni, cum ar fi, în cazul nostru, învățământul. Datele obținute de cercetătorii străini arată că, în Europa de Est și în cea de Vest, practic, doua treimi dintre profesori sunt afectați de stresul profesional, iar o treime prezintă simptome evidente de ardere emoțională. Nivelul înalt al stresului și al sindromului *burnout* în rândul cadrelor didactice universitare se datorează faptului că aceasta presupune alocarea unui volum mare de timp pregătirii corespunzătoare și nu numai.

Cadrele didactice își petrec o bună parte a timpului la locul de muncă, fiind implicate în relații atât cu beneficiarii serviciilor oferite, adică studenții, cât și cu alți colegi de serviciu: profesori, manageri etc. În același timp, munca îndeplinită adică activitățile didactice (predare, îndrumare, evaluare) necesită și ele un mare efort. Pregătirea unui curs sau seminar necesită mai multe ore de studiu, iar realizarea activităților de cercetare implică, analiza articolelor, studiilor, lucrărilor de specialitate. Toate aceste activități sunt consumatoare de resurse (de timp, dar și financiare), cadrele didactice renunțând, de multe ori, la propriile necesități pentru a fi „la zi” cu informațiile din domeniu. De facto, am putea spune, arderea emoțională în domeniul educațional capătă un aspect de epidemie. Mărimea normelor didactice, volumul mare de sarcini administrative, o remunerare ce nu poate compensa efortul depus sunt doar câteva cauze care pot genera sindromul *burnout* la cadrele didactice universitare.

Menționăm că în cadrul cercetării noastre vom utiliza noțiunile de *Ardere emoțională* și *Sindrom burnout* ca și sinonime, dat fiind faptul că în cadrul acestor noțiuni nu se identifică distincții semnificative. De asemenea, atunci când s-a decis realizarea studiului constatativ cu referire la *problematica diferențelor de gen* în ceea ce privește manifestarea arderii emoționale la cadrele didactice din contextul universitar, s-a pornit de la o premisă mai mult de ordin practic, precum că *diferențele dintre reprezentanții sexului masculin și cel feminin nu trebuie transformate în inegalități sau dezavantaje*.

Descrierea situației în domeniul de cercetare și identificarea problemei de cercetare.

Problema arderii emoționale a fost propusă ca subiect de cercetare de către Freudenberg H. J. Printre cei care au definit esența, particularitățile și simptomele sindromului *burnout* în raport cu alte sindroame psihosomatice sunt: Maslach C., Leiter M. P., Edelwich J., Cooper C. L., Dewe P. J., Schaufeli W. B., Marek T., Michielsen H. J., Zlate M., Опер В., Е., Бойко В.В. ș.a. Factorii care favorizează apariția arderii emoționale și consecințele acestui fenomen au fost studiate de Bahrer-Kohler S., Drafke M., Maslach C., Schaufeli W., Enzmann D., Potter B. E. ș.a. Fenomenul arderii emoționale în sfera educațională a fost cercetată de Barbara L. B., Marilyn L. G., Barry A. F., Blandford S., Greenglass E., Burke R. J., Vandenberghe R., Huberman M., Борисова М. В., Водопьянова Н., Старченкова Е., Митина Л. М., Ноженкина О. С., Полякова О. Б., Форманюк, Т. В., ș.a. Diferențele de gen în manifestarea arderii emoționale la cadrele didactice au fost studiate de Vandenberghe R., Huberman M., Bährer-Kohler S., Greenglass E. R., Burke, R. J., Ogus E.

Deși în diverse alte țări s-au efectuat studii asupra surselor sindromului *burnout* și a mecanismelor de confruntare pe care le activează cei care lucrează în învățământ, în Republica Moldova astfel de lucrări se atestă într-un număr relativ mic. Astfel, Cojocaru-Boroșan, M., a abordat aspectele formării culturii emoționale și a competențelor emoționale la cadrele didactice și rolul lor în depășirea arderii emoționale; Turchină T. a definit și explicat esența și particularitățile fenomenului arderii emoționale; Coroi O. a studiat impactul reglajului emoțional asupra activității de succes a educatorului; Verdeș A. a cercetat manifestarea arderii emoționale

la cadrele didactice (pedagogi licee/ pedagogi școala auxiliară), identificând deosebiri de gen; Ковалева Е. a abordat particularitățile depășirii tensiunii emoționale la cadrele didactice; Pleșca M. a tratat problema stresului profesional la cadrele didactice; Losîi E. a identificat influența trăsăturilor de personalitate asupra tipului de reacționare în situație de stres ocupațional.

Alte cercetări din Republica Moldova cu această tematică au avut drept scop investigarea sindromului *burnout* la alte categorii profesionale: judecători (în comparație cu cadrele didactice) - Mereuță I., Bucun N., Rotaru G.; psihologi practicieni - Misail-Nichitin D.; medici - Potâng A., Coșciuc I., contabili (stres ocupațional) - Potâng A., Sârbu A.

Astfel, *actualitatea temei* este confirmată în esență și de constatarea unui *număr oarecum modest de studii* cu referire la problematica abordată de noi. Respectiv, lipsa unor rezultate concrete provenite din cercetări empirice generează dificultăți în conturarea unor politici eficiente care să vizeze problematica arderii emoționale a angajaților. În consecință, prevenirea și/sau diminuarea sindromului *burnout* devine destul de anevoioasă, iar *extrapolarea concluziilor* din literatura străină la realitatea noastră poate fi riscantă, date fiind *diferențele* dintre sistemul autohton de învățământ și cele străine.

Care este nivelul de afectare de arderea emoțională a contingentului didactic universitar din Republica Moldova, există diferențe de gen în manifestarea sindromului *burnout*, care ar fi sursele ce contribuie la dezvoltarea acestui fenomen și care ar fi setul de măsuri de prevenire și diminuare a apariției și dezvoltării sindromului arderii emoționale – acestea ar fi întrebările la care încercăm să răspundem prin intermediul cercetării de față. Din acest punct de vedere, **problema cercetării** constă studiarea și identificarea surselor ce declanșează arderea emoțională la cadrele didactice universitare din perspectiva de gen și elaborarea unui program de prevenire și depășire a acestui sindrom în contextul academic. Constatăm că, deși arderea emoțională este un fenomen recurent în mediul academic, nu au fost suficient clarificate modalitățile de apariție și evoluție a acestuia și nu există o consensualitate terminologică și conceptuală. În această ordine de idei, realizarea unor studii multidimensionale și complexe a acestui fenomen devine necesară.

Scopul cercetării. Determinarea surselor declanșatorii și a căilor de depășire a sindromului arderii emoționale la cadrele didactice din învățământul superior, din perspectiva de gen.

Obiectivele generale:

- Analiza aspectelor teoretice din literatura de specialitate cu referire la fenomenul arderii emoționale și stabilirea particularităților ce predispun la arderea emoțională în mediul academic;
- Stabilirea gradului de afectare, din perspectiva de gen, a cadrelor didactice universitare din Republica Moldova de sindromul de ardere emoțională și a gradului de influență a variabilelor identificate, ca declanșatorii în dezvoltarea sindromului *burnout*;
- Elaborarea și implementarea unui Program de prevenire și diminuare a sindromului arderii emoționale la cadrele didactice universitare;
- Determinarea eficienței Programului de prevenire și diminuare a sindromului arderii emoționale la cadrele didactice universitare;
- Elaborarea și propunerea recomandărilor cu privire la profilaxia și depășirea sindromului *burnout* la profesorii universitari.

Bazele conceptuale. Modelul tridimensional al sindromului *burnout* C. Maslach, S. Jackson, (1981); M. Leiter, C. Maslach, (1988); Analiza factorială a personalității Eysenck H. J. (1966); Conceptul de satisfacție în muncă Trifu A. (2009); Stadiabilitatea dezvoltării psihosociale realizată de E. Erikson (1963,1968); Modelul tranzacțional al stresului și al coping-ului elaborat de Lazarus R., Folkman S., (1984); Abordarea competențelor emoționale, Cojocaru-Boroza M., (2010); Teoria despre posibilitatea ridicării gradului de inteligență emoțională formată din competențe învățate prin educație și exerciții, Goleman D., (2008).

Metodologia cercetării științifice. În lucrare au fost folosite următoarele metode: a) *teoretice*: documentarea științifică, analiza, sinteza, modelarea teoretică și generalizarea literaturii de specialitate privind problema de cercetare; metoda ipotetico-deductivă pentru interpretarea și explicarea rezultatelor obținute în cercetare; b) *empirice*: Chestionarul „Arderea Emoțională”, elaborat de Maslach și Jackson MBI-HSS, Scala stresului psihologic PSM-25, elaborată de Lemyr, Tessier și Fillion, Chestionarul de Personalitate Eysenck, Chestionarul de satisfacție în muncă elaborat de Constantin T., și c) *statistico-matematice* de prelucrare a datelor.

Noutatea științifică a rezultatelor obținute este obiectivată de următoarele: pentru prima dată a fost realizat un studiu teoretico-empiric cu referire la sindromul arderii emoționale în mediul academic; a fost stabilit gradul de afectare a cadrelor didactice de sindromul *burnout* și identificate diferențe de gen în manifestarea arderii emoționale în raport cu tipul de temperament, nivelul stresului, stagiul, vârsta și satisfacția în muncă; a fost determinat *profilul psihologic al cadrului didactic universitar predispus spre ardere emoțională*; a fost elaborat *Programul de prevenire și diminuare a sindromului arderii emoționale la cadrele didactice universitare*; a fost constatat că nivelul arderii emoționale poate fi redus cu ajutorul Programului propus pentru diminuarea arderii emoționale.

Problema științifică importantă soluționată în cadrul acestei cercetări constă în conceptualizarea profilului psihologic al profesorului predispus la ardere emoțională, fapt care a condus la elaborarea programului de prevenire și diminuare a arderii emoționale, în vederea aplicării în sistemul de învățământ.

Importanța teoretică a lucrării rezidă în completarea unor viziuni teoretice cu privire la cauzalitatea sindromului arderii emoționale în mediul academic. Este definit conceptul și prezentate simptomele sindromului *burnout*. Au fost nominalizate și cercetate variabilele ce declanșează arderea emoțională și identificate diferențele de gen.

Valoarea aplicativă a lucrării constă în posibilitatea: de a utiliza rezultatele studiului în predarea cursurilor de Psihologie generală, Psihologie organizațională, Sănătatea ocupațională, Psihologia muncii, la cursurile de pregătire a specialiștilor în resurse umane; de a preveni dezvoltarea sindromului *burnout* la cadrele didactice prin utilizarea datelor prezentate în profilului psihologic al cadrului didactic predispus sindromului *burnout*; de a diminua nivelul arderii emoționale prin aplicarea *Programului de prevenire și de diminuare a sindromului arderii emoționale la cadrele didactice*, care poate constitui un instrument de lucru util pentru specialiștii în resurse umane, psihologii ocupaționali sau managerii din instituțiile de învățământ, în vederea reducerii și profilaxiei sindromului *burnout*.

Rezultatele științifice principale înaintate spre susținere.

1. Sindromul arderii emoționale (SAE) în mediul academic se manifestă prin prezența la cadrele didactice a *epuizării emoționale, depersonalizării, reducerii realizărilor personale*.

2. Sindromul SAE este rezultatul influenței unor variabile generale (gen, vârstă cronologică, stagiul în muncă), organizaționale (nivelul stresului și a satisfacției în muncă) și personale (tipul de temperament și nivelul nevrotismului).

3. Prevenirea și diminuarea nivelului SAE în mediul academic este posibilă prin elaborarea și implementarea *Programului de prevenire și diminuare a nivelului SAE la cadrele didactice*, care a devenit o necesitate în condițiile actuale când se atestă un nivel extrem de crescut al stresului profesional și, implicit, al SAE.

4. Pentru prevenirea SAE este necesară cunoașterea cauzelor, simptomelor și consecințelor acestui fenomen. Unul din mecanismele psihologice de diminuare a nivelului arderii emoționale constă în micșorarea nivelului stresului, creșterea autoaprecierii, dezvoltarea gândirii pozitive, mecanismelor coping și competențelor emoționale.

Implementarea rezultatelor științifice. Rezultatele obținute au fost aplicate în activitatea didactică din învățământul superior, în cadrul cursurilor universitare Psihologie generală, Psihologie organizațională, Sănătatea ocupațională, Psihologia muncii, prin comunicări la

simpozioane și conferințe naționale și internaționale, precum și prin training-ul realizat în două gimnazii din raionul Ocnița.

Aprobarea rezultatelor cercetării. Materialele cercetării au fost discutate și aprobate în cadrul ședințelor Catedrei de Psihologie Aplicată a Universității de Stat din Moldova. Valoarea științifică a cercetării a fost confirmată și prin comunicări la 7 conferințe: Conferință Științifică cu participare internațională, Universitatea de Stat din Moldova „Schimbarea în paradigma și practica educațională”, *Aspecte ale sindromului arderii emoționale la profesori*, Chișinău, 2008; Conferință Științifică Internațională, Ministerul Educației al Republicii Moldova, Academia de Științe din Moldova, Institutul de Științe ale Educației „Optimizarea învățământului în contextul societății bazate pe cunoaștere”, *Arderea emoțională la profesori din perspectiva de gen*, Chișinău, 2012; Conferință Științifică Națională cu participare internațională "Creșterea impactului cercetării și dezvoltarea capacității de inovare" dedicată aniversării 65 de la fondarea Universității de Stat din Moldova, *Implicații ale temperamentului în manifestarea arderii emoționale*, Chișinău, 2011; Conferință Științifică Internațională, Institutul de Științe ale Educației, „Învățământul postmodern între eficiență și funcționalitate”, *Rolul satisfacției în muncă în manifestarea arderii emoționale la profesori din perspectiva de gen*, Chișinău, 2013; Conferință Științifică Internațională, Institutul de Științe ale Educației „Educație pentru dezvoltare durabilă: inovare, competitivitate, eficiență”, *Schimbările din sistemul de învățământ și arderea emoțională*, Chișinău, 2013; Conferință Științifică Internațională, Universitatea „Alexandru Ioan Cuza” din Iași, „Gen, muncă, familie și schimbare”, „*Sindromul arderii emoționale și satisfacție în muncă la cadrele didactice universitare din perspectiva de gen*”, Iași, 2013; Conferință Științifică, Universitatea de Stat din Moldova, „Integrare prin Cercetare și inovare”, *Impactul satisfacției în muncă asupra arderii emoționale la profesorii universitari*, Chișinău, 2013.

Publicații la tema tezei. Conținutul de bază al tezei a fost reflectat în 12 lucrări științifice, dintre care 7 în culegeri la diverse conferințe, 4 articole în revista științifică a Universității de Stat din Moldova „*Studia Universitatis*”, 1 articol în Revista științifică a Academiei de Științe din Bacu, Azerbaijan.

Validarea rezultatelor obținute a fost asigurată de diversitatea metodelor și tehnicilor aplicate, de obiectivitatea înregistrărilor, volumul investigațiilor și de prelucrarea statistică a rezultatelor cu ajutorul programelor SPSS, (Statistical Package for Social Sciences).

Structura lucrării. Teza este alcătuită din adnotare în limbile română, rusă și engleză, lista abrevierilor, introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografia lucrărilor științifice, anexe, CV-ul autoarei. Lucrarea conține 13 figuri și 32 de tabele. Volumul de bază al tezei este de 123 pagini.

Cuvinte-cheie: ardere emoțională, cadre didactice universitare, depersonalizare, epuizare emoțională, gen, reducerea realizărilor personale, stres, stagiul în muncă, satisfacție în muncă, temperament, vârstă.

CONȚINUTUL TEZEI

În **Introducere** este analizată actualitatea temei, fiind argumentată importanța investigării acesteia în contextul academic autohton, sunt prezentate scopul și obiectivele investigației, sunt indicate bazele conceptuale și metodologia cercetării, este expusă problema științifică importantă soluționată și sunt descrise importanța teoretică a rezultatelor obținute și valoarea aplicativă a lucrării.

În **Capitolul 1, Abordarea teoretică privind problematica fenomenului arderii emoționale**, sunt prezentate două perspective de explicare a evoluției conceptului de ardere emoțională. Prima este cea propusă de **Barbara M. Byrne** (2006), care identifică în dezvoltarea teoriilor arderii emoționale patru abordări (*clinică, social-psihologică, organizatorică și social-*

istorică) care, deși se suprapun în multe privințe, pornesc în explicarea acestui concept din unghiuri de vedere diferite. Sub aspect *clinic*, avându-l ca reprezentant pe psihanalistul germano-american *Herbert Freudenberger* (1974), sindromul *burnout* desemnează eșuarea, uzura și epuizarea energiei sau resurselor, care îi provoacă individului o scădere globală a întregului potențial. Sub aspect *social-psihologic*, ca reprezentanți *Cristina Maslach și Susan E. Jackson*, (1981, 1986, 1993), arderea emoțională se prezintă ca o stare de oboseală psihică, de decepționare și apare la oamenii cu așa-numitele profesii auxiliare/ajutătoare. Sub aspect *organizatoric*, prezentat de *Cary Cherniss* (1980), sindromul *burnout* este văzut ca un proces în care un profesionist angajat anterior se dezangajează de munca sa, ca răspuns la stresul sau la tensiunea resimțită. Sub aspectul *social-istoric*, explicat de *Seymour Bernard Sarason* (1983), se evidențiază impactul societății în dezvoltarea sindromului *burnout*, reducându-se rolul individului ca atare în dezvoltarea acestei dereglari.

A doua perspectivă este cea propusă de **Mielu Zlate** (2007). Psihologul român, în tentativa de a grupa și a sistematiza multitudinea de modele ale sindromului *burnout*, a propus împărțirea lor în două categorii: modele *nespecifice*, originare din diferite teorii ale stresului, dar încadrate în cerințele SB; modele *specifice*, elaborate în baza teoriilor despre *burnout*.

În cazul celor *nespecifice*, merită a fi menționate **modelele burnout centrate pe coping** (P. R. Gil-Monte, P. Silla Jose M, 1997; Perlman și Hartman, 1981) care încearcă să identifice și să explice rolul pe care strategiile coping le au în raport cu sindromul *burnout* și **modele centrate pe gestiunea resurselor** (S. E. Hobfoll, 1989), care explică apariția sindromului *burnout* prin dezechilibrul ce apare între resursele pe care individul le posedă sau se așteaptă să le achiziționeze și cele pe care el le consumă sau le pierde.

În categoria modelelor *specifice* ale sindromului arderii emoționale, M. Zlate include: **modelul procesual** (Cherniss, 1980), **modelul tridimensional** (C. Maslach, S. Jackson, 1981; M. Leiter, C. Maslach, 1988); **modelul fazic** (Golembiewski, Munzenrider, 1984/1988).

În capitol sunt examinate definiția conceptului de *ardere emoțională* în viziunea cercetătorilor *Freudenberger H. J., Richelson G., Edelwich A., Brodsky B., Potter A., Matheny K., Gfroerer A., Maslach C., Jackson S. E., etc.*, care identifică arderea emoțională ca o reacție a organismului la mediul, condițiile și cerințele de muncă. El afectează în mod special profesiile ce presupun interacțiunea cu alți oameni și se referă la fenomenele de deformare personală, ce apar ca rezultat al acumulării interne a emoțiilor negative, fără posibilitatea de a le exterioriza sau a le elibera.

Într-un cadru analitic distinct, sunt prezentate componentele sindromului arderii emoționale după C. Maslach și anume: epuizarea emoțională, depersonalizarea, reducerea realizărilor personale. Astfel: a) *epuizarea emoțională*, ca dimensiune afectiv-motivațională, se exprimă prin senzația de oboseală și dezechilibru emoțional, provocate de sarcinile de la locul de muncă. b) *depersonalizarea*, ca dimensiune interpersonal-evaluativă, presupune lipsa emoțiilor, relația inumană și cinică cu studenții sau colegii de catedră (în cazul nostru). c) *reducerea realizărilor personale*, ca dimensiune cognitiv-autoevaluativă, este însoțită de scăderea autoaprecierii persoanei.

Cercetările arată că răspunsurile fiziologice la sindromul *burnout* cel mai des întâlnite sunt: oboseală, tensiune și dureri scheleto-musculare, simptome cardiace și hipertensiune, dureri de cap, tulburări digestive, probleme respiratorii, tulburări ale somnului, pierderea vocii, răspunsuri emoționale precum sentimentul de vinovăție, resentimente, frustrare, autocompătimire, pierderea încrederii, sentimentul de copleșire, depresie, dependență de preparate psihotrope, suicid.

Pe lângă cele trei componente menționate mai sus, după W. Schaufeli și D. Enzmann arderea emoțională mai înseamnă și o serie de simptome, semnale care indică o anumită stare. Avem *semnale de nivel individual* ce se referă la procesele care au loc în interiorul omului și care determină schimbarea atitudinii față de sine, față de propriile fapte, gânduri și emoții; *semnale de nivel interpersonal* care apar la contactul persoanei cu colegii, clienții, rudele și oamenii

apropiați; *semnale de nivel organizațional*, care se caracterizată prin eficiența redusă, productivitate scăzută și performanța de muncă minimă.

În acest capitol, au fost examinate și cauzele apariției și dezvoltării sindromului *burnout*. S-a constatat că sindromul poate apărea sub influența factorilor intrinseci profesiei, individuali și determinați de mediul organizațional. Printre factorii care pot servi drept cauză în dezvoltarea putem enumera: *factori generali* – genul, vârsta, stagiul profesional, starea civilă/ statutul marital și tipul instituției de învățământ în care activează subiectul cercetat; *factorii organizaționali* – suprasolicitarea, ambiguitatea rolului, suportul social, dirocrația, satisfacția în muncă, stresul; *factorii personali* – imaginea de sine, locul controlului și tipul de temperament. Un loc aparte este rezervat și consecințelor arderii emoționale. Drept consecințe ale sindromului *burnout* ar fi: înrăutățirea stării de sănătate, scăderea autoaprecierii, crearea tensiunilor în relațiile cu familia, cu prietenii și colegii, scăderea performanței, absenteismul de la serviciu și la exodul din profesie.

Reieșind din această analiză teoretică, am formulat scopul, obiectivele și ipotezele cercetării, pe care le-am realizat în partea experimentală a tezei.

Capitolul 2, Cercetarea experimentală a manifestării sindromului arderii emoționale la profesorii universitari din perspectiva de gen, cuprinde rezultatele și concluziile demersului de constatare, care reflectă: gradul de afectare de sindromul arderii emoționale a cadrelor didactice universitare; particularitățile relațiilor dintre sindromul *burnout* și variabilele generale: gen, stagiul de muncă și vârstă cronologică; au fost stabilite și descrise particularitățile relațiilor dintre ardere emoțională și stres, temperament și satisfacția în muncă. În baza celor constatate, a fost elaborat profilul psihologic al profesorului ce poate prezenta mai frecvent sindromul arderii emoționale.

Pentru identificarea nivelului SAE la profesorii universitari, în perioada anului 2009 a fost efectuată cercetarea pe teren, la care au participat 120 de cadre didactice universitare cu vârsta cuprinsă între 22 și 63 de ani, 60 de femei și 60 de bărbați. Experiența profesională în postul ocupat a fost de la 1 până la 35 de ani. La cercetare au participat profesori de la Universitatea de Stat din Moldova, Universitatea Liberă Internațională din Moldova, Universitatea Cooperatist-Comercială din Moldova, Universitatea Perspectiva-INT. Toate persoanele au luat parte în mod voluntar la acest studiu.

În cercetare au fost utilizate următoarele metode: pentru a evalua arderea emoțională – Chestionarul „Arderea Emoțională” elaborat de Maslach și Jackson MBI-HSS; pentru a evalua nivelul stresului – Scala stresului psihologic PSM-25 elaborată de Lemyr, Tessier și Fillion; pentru a evalua tipul de temperament, nevrotismul și extraversiunea/introversiunea – Chestionarul de Personalitate Eysenck; pentru a evalua nivelul satisfacției în muncă – Chestionarul de satisfacție în muncă elaborat de Constantin, iar pentru prelucrarea statistică a datelor – compararea mediilor (t-Student), coeficientul de corelație Bravais-Pearson, testul non-parametric Chi-Square, indici statistici distart.

1) Arderea emoțională

Rezultatele prezentate în Fig 2.1 indică faptul că 27,5% dintre respondenții de gen feminin au manifestat un nivel ridicat al arderii emoționale, pe când subiecții de gen masculin doar 9,2%, ceea ce dovedește un nivel mai mare de *burnout* la cadrele didactice femei. Aceste date au fost confirmate statistic de rezultatele testului Chi-Square 20,724 ($p=0,000$) pentru grupul de cadre didactice femei. Informațiile sunt în concordanță cu studiile de specialitate, care, de asemenea, relevă un nivel mai crescut al vulnerabilității față de arderea emoțională la cadrele didactice femei.

Referitor la componentele sindromului *burnout*, am obținut următoarele rezultate: epuizarea emoțională – 70% nivel ridicat respondenții de gen feminin, 48% la respondenții de gen masculin; depersonalizarea – 57% nivel ridicat respondenții de gen feminin, 42% la

respondenții de gen masculin; reducerea realizărilor personale – 50% nivel ridicat la respondenții de gen masculin, 30% la respondenții de gen feminin.

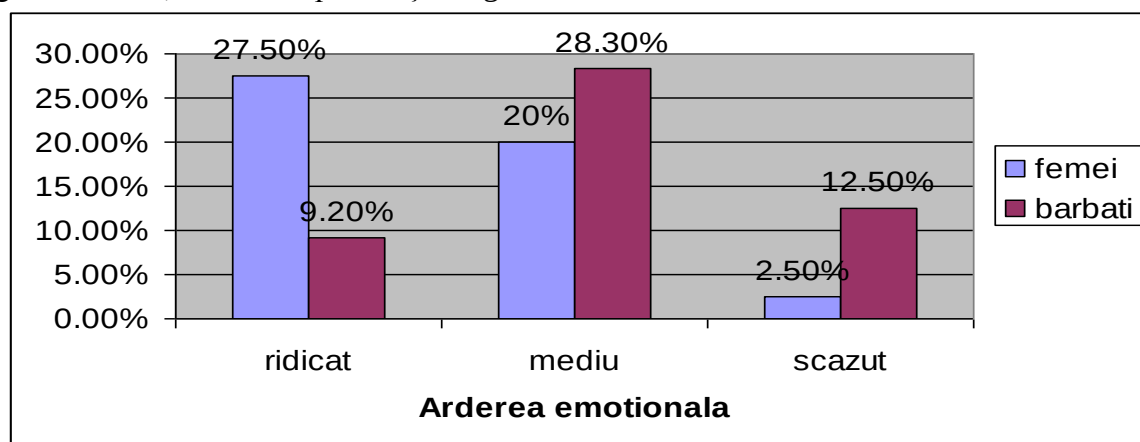


Fig. 2.1. Distribuția rezultatelor privind manifestarea SAE la cadrele didactice N=120 (%)

Analiza manifestărilor componentelor arderii emoționale după medii confirmă nivelul înalt al epuizării emoționale ($t=5,621$; $p=0,000$) și al deprindărilor ($t=4,193$; $p=0,000$) la grupul de cadre didactice femei și nivelul înalt al reducerii realizărilor personale ($t=3,271$; $p=0,001$) la grupul de cadre didactice bărbați.

Astfel, putem afirma că arderea emoțională este un fenomen care nici pe departe nu este străin profesiei de pedagog. Activitatea pedagogică se caracterizează prin frecvente tensiuni emoționale, eficiența sa fiind determinată de stările psihice ale persoanei, de gradul de amplificare a tensiunilor nervoase, de stres, frustrare, autoreglare emoțională, de extenuarea psihică și epuizarea emoțională, deosebit de vulnerabile în acest sens, după cum am stabilit în cercetare, fiind femeile.

2) Vârsta cronologică

Pentru a identifica dacă arderea emoțională, în general, și componentele ei, în particular, variază în funcție de **vârsta** cadrelor didactice, am împărțit grupul de subiecți în două subgrupe: până la 35 de ani (71 de persoane) și după 35 de ani (49 de persoane), adică perioadele *tânărul adult* (grup A) și *adultul* (grup B) după E. Erikson.

Observăm că valoarea ridicată a sindromului *burnout* (34,2%) este demonstrată de cadrele didactice din grupul A, pe când în grupul B se atestă doar 2,5%. Aceste rezultate au fost confirmate statistic cu ajutorul testului Chi-Square 19,166 ($p=0,000$), ceea ce înseamnă că perioada *tânărul adult* este mai vulnerabilă față de arderea emoțională decât perioada *adultă*. Datele sunt în concordanță cu multe studii de specialitate, care constată că perioada *tânărul adult* este mai vulnerabilă față de arderea emoțională.

Investigația statistică realizată prin utilizarea metodei semnificația diferenței dintre medii în cazul eșantioanelor independente a permis identificarea la ambele grupuri de vârstă prezența celor trei componente ale arderii emoționale. Această concluzie o găsim în mai multe cercetări. Până astăzi părerile cercetătorilor sunt împărțite, unii consideră vârsta tânără ca factor de risc în apariția sindromului *burnout*, alții, dimpotrivă, consideră că vârsta cea mai periculoasă este de 40-50 de ani.

În cercetarea relației dintre vârstă și ardere emoțională din perspectiva de gen am obținut următoarele rezultate: cadre didactice femei grup A: nivel ridicat – 53,3% și grup B: nivel ridicat – 1,7%, cadre didactice bărbați grup A: nivel ridicat – 16,7% și grup B: nivel ridicat – 1,7%. Rezultatele au fost confirmate statistic prin testul Chi-Square 9,818, ($p=0,007$) pentru respondenții de gen feminin, ceea ce confirmă relația dintre variabilele vârstă, gen și ardere emoțională.

Analiza diferențelor de gen în manifestarea componentelor arderii emoționale (după valorile medii) identifică diferențe doar pentru grupul de cadre didactice femei. Astfel, se atestă un nivel ridicat al epuizării emoționale ($t=2,947$, $p=0,005$, grupul A și $t=3,014$, $p=0,01$, grupul B) și al depersonalizării ($t=3,543$, $p=0,001$, grupul A și $t=5,891$, $p=0,001$, grupul B). Nivelul ridicat al reducerii realizărilor personale a fost identificat doar la cadrele didactice femei din grupul B ($t= 3,047$, $p=0,006$).

3) Stagiul în muncă

Pentru a vedea care este impactul **stagiului de muncă** în manifestarea arderii emoționale la profesori, am diferențiat două grupuri. În *grupul C* au fost incluși profesorii cu stagiul de 1-10 ani (72 de persoane), în *grupul D* profesorii cu stagiul de peste 11 ani (48 de persoane). Existența unei relații dintre stagiul de muncă și arderea emoțională a fost confirmată statistic de rezultatele testului Chi-Square 19,559 ($p=0,000$). Datele sunt în concordanță cu cele din studiile de specialitate, care, de asemenea, stabilesc o relație pozitivă între stagiul de muncă de 1-10 ani și arderea emoțională. După aplicarea testului t pentru eșantioane independente nu au fost identificate diferențe semnificative între manifestarea componentelor arderii emoționale la aceste două grupuri.

Privind identificarea diferențelor de gen în manifestarea relației dintre stagiul de muncă și sindromul *burnout* am obținut următoarele rezultate: 55% dintre profesorii de gen feminin din grupul C au obținut nivel ridicat al arderii emoționale, pe când în grupul D nivelul ridicat a fost – 0%; pentru profesorii de gen masculin din grupul C, nivel ridicat de *burnout* a fost de 16,7%, pe când în grup D – doar 1,7%. Datele au fost confirmate și de rezultatele testului Chi-Square 30,000 ($p=0,000$) pentru grupul de cadre didactice femei. În urma aplicării testului t pentru grupe independente, am obținut că nu există diferențe semnificative între cele două grupuri de vârstă din perspectiva de gen, în ceea ce privește manifestarea componentelor arderii emoționale.

4) Stresul

Pentru a identifica nivelul **stresului** la cadrele didactice universitare am administrat *Scala stresului psihologic PSM-25*. Grupul de cadre didactice femei a prezentat un nivel mai mare al stresului ($m=115,73$; $\sigma=21,7$), în comparație cu grupul de cadre didactice bărbați ($m=90,71$; $\sigma=34,94$). Rezultatele fiind confirmate de valoarea testului t (4,710), p (0,000) pentru cadrele didactice femei. Mai jos prezentăm ilustrarea grafică a rezultatelor obținute de cadrele didactice supuse experimentului pentru determinarea relației dintre nivelul stresului și arderea emoțională.

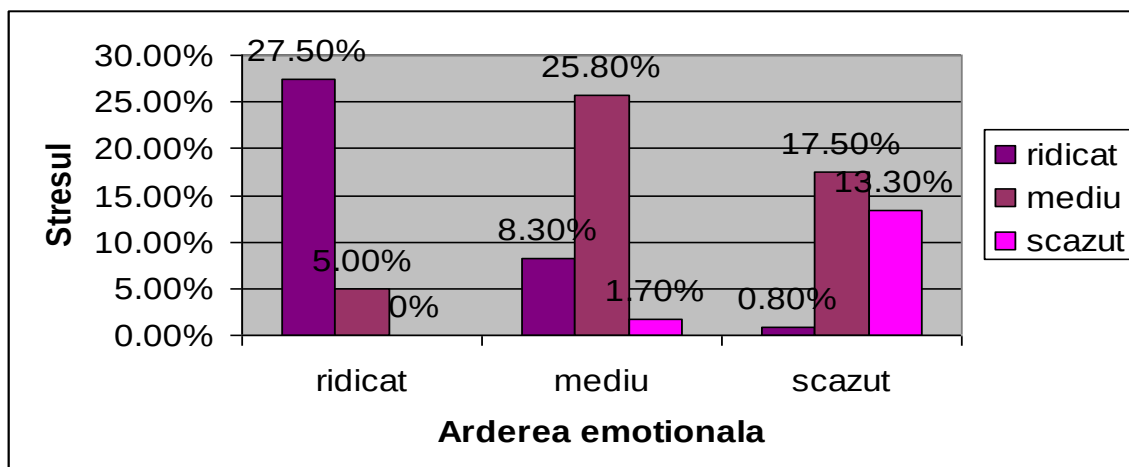


Fig 2.2. Distribuția rezultatelor privind manifestarea SAE în funcție de nivelul stresului la cadrele didactice N=120 (%)

Existența relației dintre nivelul stresului și arderea emoțională a fost confirmată statistic de rezultatele testului Chi-Square 80,260, ($p=0,000$). Rezultatele sunt în concordanță cu cele din studiile de specialitate realizate în alte țări și confirmă odată în plus că stresul cronic slăbește

rezistența psihică și fizică a organismului, declanșând apariția arderii emoționale.

Cât privește datele procentuale privind identificarea diferențelor de gen am obținut că: printre profesorii de gen feminin există un procent mai mare de persoane la care nivelul ridicat al stresului coincide cu nivelul ridicat al arderii emoționale (41,7% față de 13,3% la bărbați). Și în acest caz rezultatele sunt în concordanță cu cele identificate de cercetătorii de peste hotare, care susțin că femeile au un nivel mai ridicat atât al stresului, cât și al arderii emoționale. În urma aplicării testului Chi-Square, am obținut următoarele date: 46,149 ($p=0,000$) pentru femei și 31,162 ($p=0,000$) pentru bărbați. Aceste rezultate ne permit să afirmăm că, deși numărul de cadre didactice femei care au un nivel al arderii emoționale și al stresului mai înalt este mai mare, totuși la ambele genuri poate fi observată o relație pozitivă între nivelul stresului și manifestarea arderii emoționale. Aceeași concluzie o găsim și în cercetările lui Capel (1992), care la fel nu a identificat diferențe de gen în relația dintre stres și arderea emoțională.

Pentru a verifica dacă nivelul stresului influențează manifestarea componentelor arderii emoționale, am utilizat coeficientul de corelație Bravais-Pearson (r). Astfel, s-au obținut corelații semnificative pozitive între stres și epuizarea emoțională: ($r=0,566$, $p=0,000$), stres și depersonalizare: ($r=0,540$, $p=0,000$) și o corelație semnificativă negativă între stres și reducerea realizărilor personale: ($r=-0,482$, $p=0,000$).

5) Temperamentul

Pentru a identifica **tipurile și trăsăturile de temperament** care constituie factorii de risc în dezvoltarea sindromului *burnout* am administrat *Chestionarul de Personalitate Eysenck*. Rezultatele procentuale demonstrează că valorile ridicate ale arderii emoționale se regăsesc mai mult la persoanele cu un temperament coleric (14,20%) și melancolic (10,0%). Această relație a fost confirmată statistic de rezultatele testului Chi-Square 34,561, ($p=0,000$). Rezultate similare au fost obținute de T. P. Zlova și V. V. Ahmetova (2009) care, de asemenea, au stabilit că tipul de temperament coleric sau melancolic pot servi ca declanșatori în apariția arderii emoționale.

Majoritatea cercetărilor susțin ideea că anumite trăsături ale temperamentului pot deveni factori de risc în apariția stresului și a arderii emoționale. Pentru investigația noastră am selectat **nevrotismul** și **extraversiunea/introversiunea**. Au fost identificate valori ridicate ale arderii emoționale la cadrele didactice cu trăsătura nevrotism mai pronunțată (24,2%). Această relație a fost confirmată statistic de rezultatele testului Chi-Square 35,399 ($p=0,000$), datele sunt în concordanță cu cele din alte studii de specialitate.

Pentru a verifica relația dintre nevrotism și componentele arderii emoționale, am utilizat coeficientul de corelație Bravais-Pearson (r). S-au obținut corelații semnificative pozitive pentru nevrotism și epuizare emoțională: ($r=0,368$, $p=0,000$); nevrotism și depersonalizare: ($r=0,324$, $p=0,000$); și o corelație semnificativă negativă pentru nevrotism și reducerea realizărilor personale: ($r=-0,431$, $p=0,000$).

În baza rezultatelor cu privire la identificarea diferențelor de gen în manifestarea relației dintre nevrotism și sindrom *burnout* putem concluziona că printre profesorii de gen feminin există un procent mai mare de persoane (36,7% față de 11,7% la cadrele didactice bărbați) la care nivelul ridicat al nevrotismului coincide cu nivelul ridicat al arderii emoționale. Această diferență a fost confirmată statistic de rezultatele testului Chi-Square 21,806 ($p=0,000$) pentru grupul femei.

Pentru identificarea relației dintre nevrotism și componentele sindromului arderii emoționale din perspectiva de gen am utilizat coeficientul de corelație Bravais-Pearson (r). Au fost obținute următoarele rezultate: pentru cadrele didactice feminine, corelații semnificative pozitive între nevrotism și epuizarea emoțională ($r=0,448$, $p=0,000$), nevrotism și depersonalizare ($r=0,482$, $p=0,000$) și o corelație semnificativă negativă între nevrotism și reducerea realizărilor personale ($r=-0,472$, $p=0,000$); pentru cadrele didactice bărbați a fost obținută o singură corelație semnificativă negativă între nevrotism și reducerea realizărilor personale ($r=-0,360$, $p=0,005$).

O altă trăsătură a temperamentului supusă cercetării a fost **extraversiunea/introversiunea**.

Astfel, la grupul de cadre didactice cu un nivel de *burnout* ridicat, extraversiunea este ceva mai pronunțată decât introversiunea (respectiv 20% și 16% sau de la 70,215 la 69,927 un.medii). Totuși, între trăsătura extraversiune/introversiune și sindromul arderii emoționale (testul Chi-Square 0,283 ($p=0,868$)) și componentele lui din perspectiva de gen, în investigația noastră nu am stabilit nicio corelație semnificativă, fapt susținut și de alte cercetări din domeniu.

6) Satisfacția în muncă

Pentru a afla care este natura relației dintre arderea emoțională și **satisfacția în muncă** am aplicat *Chestionarul de satisfacție în muncă*, elaborat de Constantin T. Chestionarul conține cinci clase normalizate, care exprimă intensitatea cu care se manifestă satisfacția în muncă. Din fig. 2.3 observăm că în studiul nostru factorul *satisfacția în muncă* a fost reprezentat doar pe trei nivele: *foarte slab*, *slab* și *mediu*, ceea ce denotă un nivel scăzut al satisfacției în muncă a cadrelor didactice din mediul universitar.

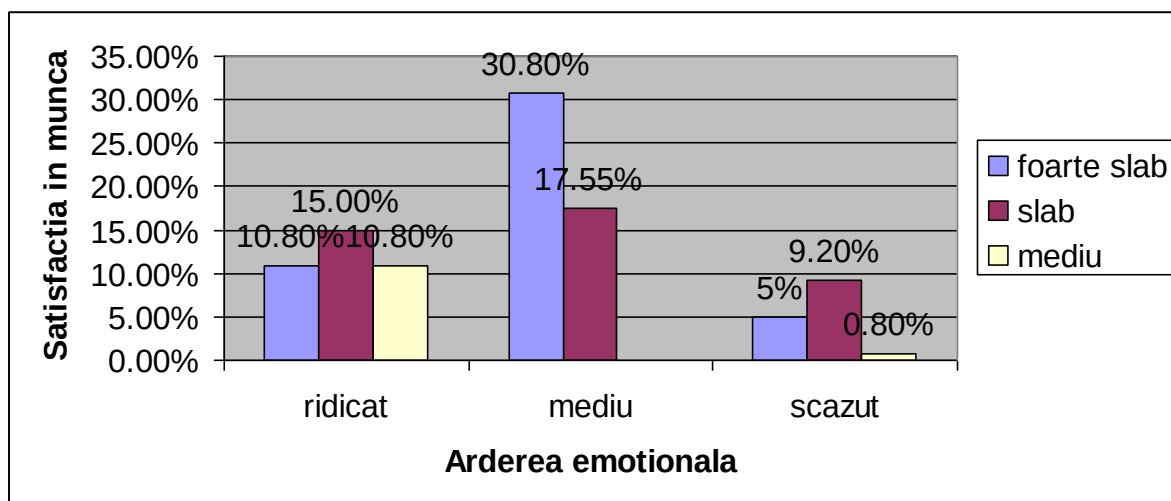


Fig. 2.3. Distribuția rezultatelor privind manifestarea SAE în funcție de nivelul satisfacției în muncă la cadrele didactice universitare N=120, (%)

Mai mult, la 36,6% din respondenți identificați cu o satisfacție în muncă, foarte slabă, slabă și mediu arderea emoțională este la nivel ridicat. Acest fapt induce ideea că nivelul satisfacției în muncă este important atunci când se vorbește despre *burnout*. Existența relației dintre aceste două variabile a fost confirmată statistic de rezultatele testului Chi-Square 28,548 ($p=0,000$). Rezultatele sunt în concordanță cu cele din studiile de specialitate și confirmă încă o dată că satisfacția de munca scăzută este un factor determinant în dezvoltarea arderii emoționale.

Pentru a stabili natura relațiilor dintre satisfacția în muncă și componentele sindromului arderii emoționale, am aplicat coeficientul de corelație Bravais-Pearson (r). S-au obținut corelații semnificative pozitive pentru satisfacția în muncă și epuizarea emoțională ($r=0,302$, $p=0,001$) și satisfacția în muncă și depersonalizarea ($r=0,256$, $p=0,005$); o corelație semnificativă negativă pentru satisfacția în muncă și reducerea realizărilor personale ($r=0,198$, $p=0,03$).

Rezultatele cu privire la identificarea diferențelor de gen în manifestarea relației dintre satisfacția în muncă și *burnout* confirmă că numărul cadrelor didactice femei cu o satisfacție în muncă foarte slabă și slabă și cu scorul ridicat al arderii emoționale este cu mult mai mare decât la cadrele didactice bărbați (35% pentru femei și 16,6% pentru bărbați). În schimb, la nivelul scăzut al arderii emoționale și satisfacția în muncă foarte slabă și slabă, domină cadrele didactice bărbați (23,4% pentru bărbați și 5% pentru femei). Rezultatele testului Chi-Square 17,268, ($p=0,002$) pentru subiecții de gen feminin susține existența diferențelor de gen în manifestarea relației dintre *burnout* și satisfacția în muncă.

Pentru a stabili natura relațiilor dintre satisfacția în muncă și componentele sindromului arderii emoționale la grupul de cadre didactice femei, am utilizat coeficientul de corelație

Bravais-Pearson (r). S-au obținut corelații semnificative pozitive pentru satisfacția în muncă și epuizarea emoțională ($r=0,500$, $p=0,000$), satisfacția în muncă și depersonalizarea ($r=0,444$, $p=0,000$); o corelație semnificativă negativă pentru satisfacția în muncă și reducerea realizărilor personale ($r=0,329$, $p=0,01$).

În urma analizei rezultatelor obținute, am elaborat *profilul psihologic al profesorului ce prezintă mai frecvent sindromul arderii emoționale* (Figura 2.4). Vrem să precizăm că, **scopul** acestui profil nu este de a servi ca bază pentru un nou stereotip de gen, ci de a *preîntâmpina* dezvoltarea *sindromului burnout* la acea categorie de cadre didactice care fac parte din *grupul de risc*. Sindromul arderii emoționale este un model subtil de simptome, comportamente și atitudini, care sunt unice pentru fiecare persoană. În plus, multe persoane încearcă să mascheze simptomele lor sub forma unor probleme psihosomatice. Având profilul elaborat de noi, va fi mult mai ușor să diagnosticăm sindromul *burnout* și cel mai important să preîntâmpinăm, monitorizând variabilelor identificate.

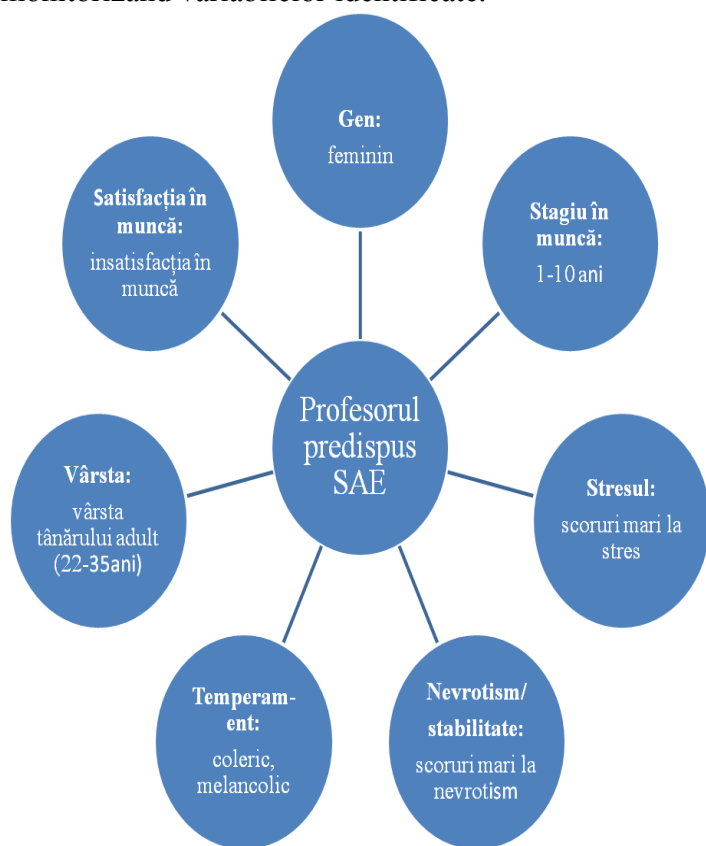


Fig. 2.4. Profilul psihologic al profesorului predisus SAE

În final, putem concluziona că arderea emoțională la cadrele didactice este condiționată nu doar de o singură cauză, ci de un complex întreg de surse, iar rezultatele obținute în cadrul investigației noastre pot servi drept bază pentru elaborarea unui program de training psihologic, care să contribuie la prevenirea și diminuarea arderii emoționale la cadrele didactice universitare.

În **Capitolul 3, Prevenirea și diminuarea sindromului arderii emoționale la profesorii universitari**, descriem *Programul psihologic de prevenire și diminuare a sindromului arderii emoționale la profesori*. **Scopul programului** este de a preveni și diminua nivelul arderii emoționale la cadrele didactice. Acesta are drept

obiective: familiarizarea cu noțiunea de ardere emoțională (cunoașterea cauzelor, caracteristicilor și consecințelor acestui fenomen), diminuarea nivelului de ardere emoțională și de stres prin dezvoltarea strategiilor coping și a competențelor emoționale, ridicarea nivelului autoaprecierii, dezvoltarea unei motivații de succes, restructurarea cognitivă, dezvoltarea abilităților sociale și îmbunătățirea sănătății (yoga).

Experimentul de formare s-a axat pe următoarele **repere teoretice și metodologice**: *Modelul trifactorial al sindromului arderii emoționale*, Maslach C. (1984); *Modelul tranzacțional al stresului și al coping-ului* elaborat de Lazarus R., Folkman S. (1984); *Abordarea competențelor emoționale*, Cojocaru-Boroșan M. (2010); *Teoria despre posibilitatea ridicării gradului de inteligență emoțională formată din competențe învățate prin educație și exerciții*, Goleman D. (2008); *Programul psihopedagogic de dezvoltare a stabilității emoționale și a competențelor de autoreglare, atât în activitatea profesională, cât și în viața cotidiană*, Семиздралова О. А. (2006).

La începutul acestei etape de cercetare, am formulat **ipoteza** potrivit căreia în condiții experimentale, special organizate, prin implementarea unui Program de prevenire și diminuare a sindromului arderii emoționale, nivelul sindromului *burnout* în rândul cadrelor didactice se va micșora.

Experimentul formativ și cel de control au fost realizate cu participarea a 48 de profesori (24 femei; 24 bărbați). Dintre aceștia, în funcție de rezultatele obținute la testarea inițială, 24 au fost incluși în grupul experimental, iar ceilalți 24 în grupul de control. Este de menționat că la 36 de profesori arderea emoțională atingea un nivel ridicat. Am insistat pe divizarea grupurilor experimentale și de control după criteriul de gen, deoarece în cercetarea noastră este important să identificăm diferențele de gen în manifestarea arderii emoționale și, respectiv, receptivitatea față de sesiunile training.

Curriculumul de activități pentru prevenirea și diminuarea sindromului *burnout* la profesori conține 5 module de intervenție: I) Familiarizarea cu noțiunea de ardere emoțională (cunoașterea cauzelor, caracteristicilor și consecințelor) și diminuarea/micșorarea nivelului sindromului prin dezvoltarea competențelor emoționale; II) Reducerea nivelului de stres și dezvoltarea strategiilor coping; III) Creșterea nivelului încrederii în sine; IV) Dezvoltarea gândirii pozitive; V) Consolidarea abilităților sociale și de sănătate.

Pentru a aprecia eficiența programului de prevenire și diminuare a SAE la profesori, precum și cu scopul de evaluare a acestuia din perspectiva de gen, au fost analizate rezultatele obținute de persoanele care au participat la activitățile propuse, prin readministrarea următoarelor probe: *Chestionarul „Arderea Emoțională” Maslach*, *Scala stresului psihologic PSM-25*, *Chestionarul „Satisfacția în muncă” de Ticu Constantin*. Training-ul s-a desfășurat la sfârșitul lunii august, adică la începutul anului de studii, ceea ce, considerăm că ar fi influențat rezultatele obținute la retestare.

1) Chestionarul “Arderea Emoțională” Maslach

a) cadre didactice femei

Examinarea rezultatelor test-retest la grupul de cadre didactice femei (grupul experimental și cel de control), a scos în evidență diferențe semnificative între nivelurile arderii emoționale. Din Tabelul 3.1. observăm o scădere considerabilă a nivelului arderii emoționale la cadrele didactice femei supuse experimentului.

Tabel 3.1 Manifestarea arderii emoționale la cadrele didactice femei (valori procentuale),
Chestionarul „Arderea emoțională”, Maslach

Etapele demersului	Arderea emoțională	Grup experimental	Grup de control
Test	Ridicat	91,7%	91,7%
	Mediu	8,3%	8,3%
	Scăzut	0%	0%
Retest	Ridicat	0%	83%
	Mediu	75%	17%
	Scăzut	25%	0%

Valorile procentuale au fost confirmate statistic și de rezultatele testului t-Student. Astfel, testul a scos în evidență prezența diferenței semnificative între etapa test-retest: la grupul experimental ($M_t=78,8$; $M_r=52,8$; $t=9,924$; $p=0,000$) și la grupul de control: ($M_t=78,8$; $M_r=77,6$; $t=1,304$; $p=0,219$). Respectiv, la membrii grupului de control, deși se identifică o ușoară scădere a nivelului *burnout*, această reducere este destul de mică pentru ca să putem afirma că sindromul arderii emoționale poate fi depășit fără intervenția specialiștilor.

În ceea ce privește componentele arderii emoționale, am obținut următoarele rezultate:

- pentru grup experimental: *epuizare emoțională* ($M_t=32,5$; $M_r=21,6$; $t=6,149$, $p=0,000$), *depersonalizare* ($M_t=13,6$, $M_r=8,5$; $t=3,984$, $p=0,002$) și *reducerea realizărilor personale* ($M_t=32,6$, $M_r=22,5$; $t=6,467$, $p=0,000$);

- pentru grup de control: *epuizare emoțională* ($Mt=31,5$; $Mr=30,2$; $t=2,322$; $p=0,04$), *depersonalizare* ($Mt=14,9$; $Mr=14,8$; $t=0,233$; $p=0,820$) *reducerea realizărilor personale* ($Mt= 32,3$; $Mr= 32,5$; $t=1,393$; $p=0,191$).

b) cadre didactice bărbați

Examinarea rezultatelor test-retest la cadrele didactice bărbați (grupul experimental și cel de control), a scos în evidență diferențe semnificative între nivelurile arderii emoționale. Din Tabelul 3.2. observăm o scădere considerabilă a nivelului arderii emoționale la cadrele didactice bărbați supuse experimentului.

Tabel 3.2. Manifestarea arderii emoționale la cadrele didactice bărbați (valori procentuale),

Chestionarul „Arderea emoțională” Maslach

Etapele demersului	Arderea emoțională	Grup experimental	Grup de control
Test	Ridicat	75%	75%
	Mediu	25%	25%
	Scăzut	0%	0%
Retest	Ridicat	0%	58,3%
	Mediu	91,4%	41,7%
	Scăzut	8,6%	0%

Scăderea nivelului arderii emoționale la cadrele didactice bărbați a fost confirmată statistic și de rezultatele testului t-Student. Testul respectiv a scos în evidență prezența diferenței semnificative între etapa test-retest, la nivelul arderii emoționale în general ($Mt=74,1$; $Mr=62,;$ $t=6,08$; $p=0,000$). Aceasta ne vorbește încă o dată despre eficiența ședințelor training și confirmă faptul că sindromul *burnout* poate fi diminuat cu ajutorul intervenției specialiștilor în domeniu.

Analiza rezultatelor obținute la test-retest de către grupul de control a identificat o ușoară scădere a nivelului ridicat al arderii emoționale (de la 75% la 58%). Lipsa diferențelor statistic semnificative între nivelul SAE la cadrele didactice bărbați din grupul de control, la etapa test-retest, a fost statistic confirmată de datele testului t-Student. Rezultatele sunt: ($Mt=73$; $Mr=71,5$; $t=1,620$; $p=0,133$).

Dacă e să ne referim la componentele SAE, în cadrul grupului experimental am obținut următoarele rezultate: *epuizarea emoțională* ($Mt=25,3$, $Mr=22,1$; $t=4,117$, $p=0,002$), *depersonalizarea* ($Mt=12,9$, $Mr=10,1$; $t=4,444$, $p=0,001$) și *reducerea realizărilor personale* ($Mt=35,9$, $Mr=30,0$; $t=4,013$, $p=0,002$). Se atestă o reducere considerabilă a componentelor sindromului *burnout* la grupul de cadre didactice bărbați care au participat la ședințele de training. Aceasta înseamnă că subiecții care au participat la aceste ședințe au reușit să obțină un control mai bun al emoțiilor, să-și revizuiască atitudinea față de studenți sau colegi, față de munca îndeplinită, să-și reevalueze lista valorilor și să-și mărească încrederea și aprecierea față de propria persoană.

În cadrul grupului de control, la etapa test-retest, pentru componentele SAE putem identifica o scădere nesemnificativă la toate componentele sindromului arderii emoționale: *epuizarea emoțională* (de la 25,3 până la 22,1 un.medii), *depersonalizarea* (de la 12,9 până la 10,1 un.medii) și *reducerea realizărilor personale* (de la 35,9 până la 30,0 un. medii). Totuși, aceste tendințe de scădere nu au găsit o confirmare statistică. Aceasta demonstrează încă o dată că arderea emoțională este greu de depășit fără ajutorul și suportul specialiștilor în domeniu.

2) Scala stresului psihologic PSM-25

a) cadre didactice femei

Analiza statistică a datelor test-retest obținute de grupul experimental alcătuit din cadre didactice femei a scos în evidență o diferență semnificativă în manifestarea stresului: ($Mt=132,25$; $Mr=91,83$; $t=5,051$; $p=0,000$). Aceste date ne permit să afirmăm că la cadrele didactice din grupul experimental, care au urmat ședințele programului de diminuare și reducere a arderii emoționale, odată cu micșorarea nivelului *burnout*, a scăzut și nivelul stresului.

Pentru grupul de control de cadre didactice femei, la etapa test-retest s-au obținut următoarele rezultate: ($M_t=126,08$; $M_r=125,83$; $t=1,393$; $p=0,191$). După cum putem vedea din datele prezentate în cadrul grupului de control, nivelul stresului nu a scăzut, la fel cum nu s-a micșorat nici nivelul arderii emoționale. Aceasta ne confirmă încă o dată că între stres și *burnout* există o relație semnificativă. Stresul cronic servind, de multe ori, ca punct de plecare pentru dezvoltarea arderii emoționale.

b) cadre didactice bărbați

Analiza statistică a datelor test-retest, obținute de grupul experimental al cadrelor didactice bărbați, a scos în evidență o diferență semnificativă în manifestarea stresului: ($M_t=123,25$; $M_r=106,9$; $t=4,864$; $p=0,000$). Acest fapt confirmă încă o dată eficiența programului de training. În cadrul grupului de control, la etapa test-retest am obținut următoarele date ($M_t=118,3$; $M_r=117,2$; $t=0,395$; $p=0,700$). Astfel, la cadrele didactice bărbați, care n-au participat la ședințele de training, nivelul de stres practic nu a suferit modificări.

3) Chestionarul „Satisfacția în muncă”

În fond, programul training-ului n-a inclus ședințe pentru creșterea satisfacției în muncă propriu-zise, astfel că nu putem vorbi despre un impact direct al training-ului asupra variabilei date. Ceea ce ne interesează pe noi este dacă, odată cu micșorarea arderii emoționale, se vor observa sau nu anumite modificări la nivelul satisfacției în muncă și, în mod special, care componente vor suferi schimbări.

a) cadre didactice femei

Analiza statistică a datelor test-retest obținute de *grupul experimental* al cadrelor didactice femei a scos în evidență o diferență semnificativă în manifestarea sindromului arderii emoționale și a componentelor ei. Astfel, am obținut pentru: satisfacția în muncă ($M_t=3,658$, $M_r=3,750$; $t=3,188$, $p=0,009$), remunerare și promovare ($M_t=3,475$, $M_r=3,516$; $t=1,820$, $p=0,09$), conducere și relații interpersonale ($M_t=3,7$, $M_r=3,8$; $t=1,915$, $p=0,08$), organizare și comunicare ($M_t=3,814$, $M_r=4,016$; $t=4,262$, $p=0,001$). Putem presupune că această creștere a satisfacției în muncă se datorează îmbunătățirii post-training a abilităților de organizare și comunicare și în baza reevaluării atitudinii față de munca îndeplinită. Diferența vădită între etapa test și retest confirmă încă o dată existența legăturii strânse între satisfacția în muncă și arderea emoțională.

Analiza rezultatelor obținute la test-retest de către *grupul de control* de cadre didactice femei a evidențiat o îmbunătățire a variabilelor satisfacția în muncă, în general, și componenta organizare și comunicare. Deși creșterea nu este atât de mare (de la 3,616 la 3,683 unități medii, pentru satisfacția în muncă și de la 3,783 până la 3,925 unități medii pentru componenta organizare și comunicare), totuși, s-a obținut o diferență semnificativă pentru variabila organizare și comunicare – $t=2,327$; $p=0,04$ și tendințe de diminuare în cazul satisfacției în muncă – $t=2,000$; $p=0,07$. Aceste date confirmă ideea că satisfacția în muncă este de o multitudine de factori, care nu țin neapărat de starea psihică și fizică a persoanei date, cum ar fi: promovările, salariul, moralul grupului, condițiile de muncă, relațiile cu colegii, cu șefii etc.

b) cadre didactice bărbați

La al doilea grup țintă al cercetării noastre, format din cadre didactice bărbați, pentru *grupul experimental* analiza rezultatelor test-retest a scos în evidență următoarele diferențe: satisfacția în muncă ($M_t=3,300$, $M_r=3,450$; $t=3,954$, $p=0,002$), conducere și relații interpersonale ($M_t=3,191$, $M_r=3,325$; $t=2,861$, $p=0,01$), organizare și comunicare ($M_t=3,308$, $M_r=3,583$; $t=2,812$, $p=0,01$). Pentru *grupul de control* am obținut următoarele rezultate: satisfacția în muncă ($M_t=3,533$, $M_r=3,608$; $t=2,462$, $p=0,03$), conducere și relații interpersonale ($M_t=3,375$, $M_r=3,483$; $t=2,238$, $p=0,04$), organizare și comunicare ($M_t=3,525$, $M_r=3,683$; $t=3,644$, $p=0,004$). Ca și în cazul grupului experimental, la grupul de control de cadre didactice bărbați se observă o diferență semnificativă la variabilele: *satisfacția în muncă generală, conducere și relații interpersonale și organizare și comunicare*. Aceasta confirmă încă o dată posibilitatea existenței și a altor factori care pot influența satisfacția în muncă și pot modifica polaritatea ei.

Rezultatele semnificative obținute de grupul experimental denota eficiența *Programului de prevenire și diminuare a sindromului arderii emoționale*. În opinia noastră, acest fapt se datorează, **la nivel de cunoaștere**: familiarizării cu noțiunea de ardere emoțională; cunoașterii cauzelor și simptomelor sindromului *burnout*; valorizării acelor trăsături de personalitate care contribuie la prevenirea arderii emoționale; identificării acelor caracteristici personale care contribuie la dezvoltarea AE; iar, **la nivel de aplicare**: utilizării strategiilor coping specifice distresului în mediul academic; demonstrării unui nivel mai înalt de competențe emoționale (de autoapreciere, autocontrol, autoreglare, autoexprimare și autorealizare, adaptare rațională la mediu de muncă) și stabilirii priorităților atât în activitatea profesională, cât și în viața privată.

CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI

Faptul că profesiile din domeniul educațional presupun un nivel ridicat de stres nu mai prezintă pentru nimeni o noutate. O noutate pentru Republica Moldova este examinarea acestei probleme din altă perspectivă, și anume prezența la cadrele didactice a sindromului arderii emoționale. În acest sens, problema abordată se prezintă ca una foarte actuală, cercetarea efectuată fiind oportună.

În rezultatul acestei investigații: a fost identificat gradul de afectare de arderea emoțională a cadrelor didactice universitare; au fost analizate variabilele ce determină dezvoltarea sindromului *burnout*, fapt ce a permis identificarea profilului psihologic al cadrului didactic predispus arderii emoționale; a fost elaborat, fundamentat și implementat un program de prevenire și diminuare a sindromului *burnout* în vederea pregătirii cadrelor didactice în depășirea acestei probleme.

Problema științifică importantă soluționată în cadrul acestei cercetări constă în conceptualizarea profilului psihologic al profesorului predispus la ardere emoțională, fapt care a condus la elaborarea programului de prevenire și diminuare a arderii emoționale, în vederea aplicării în sistemul de învățământ.

Analiza rezultatelor teoretice și empirice ne-a permis să formulăm următoarele **concluzii generale**:

- Gradul de afectare de arderea emoțională a cadrelor didactice din mediul universitar din Republica Moldova, identificat de noi, este destul de mare, ceea ce ne permitem să o calificăm ca una din cele mai periculoase provocări cu care se confruntă profesorii în ziua de azi. Coeficienții rezultați ne confirmă această concluzie. În acest sens, se evidențiază necesitatea includerii cadrelor didactice în antrenamente formative.
- În concordanță cu opiniile expuse în literatura de specialitate, au fost identificate și cercetate de noi următoarele variabile ce pot duce la dezvoltarea arderii emoționale: genul, vârsta, stagiul în muncă, temperamentul (nevrotism, extravertiune/introvertiune), stres și satisfacția în muncă. De menționat că, *prezența unei singure variabile nu este suficientă pentru apariția arderii emoționale*. De obicei, această stare apare în urma acțiunii mai multor variabile, circumstanțe și cauze.
- Rezultatele ne-au indicat diferențe semnificative pentru arderea emoțională, și anume: vârsta cronologică în perioada *tânărul adult*; stagiului în muncă de până la 10 ani; nivelul stresului ridicat; tipul de temperament coleric și melancolic; nivelul nevrotismului ridicat; satisfacția în muncă scăzută. Aceste rezultate au ridicat problema necesității elaborării unui profil psihologic al cadrului didactic predispus arderii emoționale, fapt ce ar înlesni profilaxia și prevenirea dezvoltării lui.
- Coeficienții rezultați ne indică și prezența unor diferențe de gen: la cadrele didactice femei s-a stabilit o relație dintre sindromul *burnout* și gen. Cât privește componentele sindromului *burnout*, rezultatele s-au distribuit în felul următor: cadrele didactice femei prezintă un nivel mai mare al epuizării emoționale și al depersonalizării; cadrele

didactice bărbați au obținut scoruri mai mari la componenta reducerea realizărilor personale. La cadrele didactice femei au mai fost stabilite diferențe semnificative dintre arderea emoțională și: vârstă, stagiul în muncă, nevrotism și satisfacția în muncă.

- Rezultatele demersului formativ și de control demonstrează că activitățile utilizate în cadrul ședințelor de training trebuie să fie orientate spre: familiarizarea cu noțiunea de ardere emoțională (cunoașterea cauzelor, caracteristicilor și consecințelor) și diminuarea sindromului; dezvoltarea competențelor emoționale; micșorarea nivelului de stres și controlul emoțiilor prin adoptarea mecanismelor coping specifice; creșterea autoaprecierii; dezvoltarea gândirii pozitive; consolidarea abilităților sociale și de sănătate (yoga). Datele obținute în urma realizării Programului de prevenire și diminuare a SAE denotă impactul benefic al strategiilor aplicate în prevenirea și reducerea nivelului de ardere emoțională la cadrele didactice universitare. Prin urmare, programul realizat s-a dovedit a fi eficient.
- Programul de prevenire și diminuare a sindromului arderii emoționale, proiectat teoretic și verificat experimental, poate fi utilizat în scopul de reducere și profilaxie a arderii emoționale la cadrele didactice. Prin aplicarea lui, vor deveni cunoscute simptomele și caracteristicile sindromului *burnout*, se vor consolida cunoștințele despre controlul emoțiilor, se vor dezvolta competențele emoționale, se va facilita procesul de profilaxie și depășire a situațiilor stresogene, se vor dezvolta mecanisme coping; se va consolida încrederea în forțele proprii și va crește autoaprecierea, iar ca rezultat, programul va ajuta în diminuarea nivelului *burnout*.
- Subestimarea arderii emoționale apărute la profesori, ignorarea sau interpretarea superficială, întârzierea în prevenirea arderii emoționale poate avea consecințe destul de grave atât pentru profesori (depresie, imagine de sine scăzută, îmbolnăviri frecvente, probleme în familie), cât și pentru sistemul de educație în general (abandonul/exodul din domeniul profesional, absenteismul, scăderea performanței). Astfel, realizarea studiului în cauză a fost determinat de constatarea acestor riscuri și de lipsa programelor de prevenire și diminuare a arderii emoționale la cadrele didactice în Republica Moldova,.

Rezultatele cercetării, în conformitate cu obiectivele, au confirmat ipotezele de studiu, au validat inovația științifică, valoarea teoretică și practică a acesteia, precum și tezele înaintate spre susținere. În acest sens, scopul lucrării a fost atins. S-a reușit în mare parte identificarea criteriilor/mecanismelor intervenției psihologice ce contribuie la profilaxia și depășirea sindromului arderii emoționale la cadrele didactice din Republica Moldova.

Rezultatele cercetării ne permit să oferim următoarele recomandări:

Specialiștilor (psihologilor) din domeniul resurse umane:

- Utilizarea programului de diminuare și prevenire a sindromului arderii emoționale de către serviciile resurse umane din cadrul instituțiilor de învățământ, cu scopul de profilaxie și reducere a gradului de afectare cu *burnout* a cadrelor didactice;
- Utilizarea datelor, probelor psihodiagnostice în procesul de formare a specialiștilor în domeniile resurse umane, psihologie, asistență socială și în formarea inițială și continuă a cadrelor didactice;
- Instruirea pentru intervenție în caz de *burnout* trebuie să fie planificată și desfășurată în funcție de disponibilitatea participanților în ceea ce privește timpul. Acest lucru înseamnă că nu doar durata fiecărei ședințe, dar întregul program de instruire ar trebui să fie organizat în funcție de nevoile și resursele de timp ale profesorilor;
- Interacțiunea directă dintre profesori și moderator nu este crucială doar pe durata trainingului, ci și între acestea. Moderatorul ar putea, spre exemplu, susține profesorii în implementarea strategiilor de prevenire și/sau diminuare a sindromului arderii emoționale. Contactul poate fi menținut prin telefon, e-mail sau alte modalități;

- Pentru asigurarea unui nivel înalt a randamentului de învățare, metodele de instruire trebuie să fie alese cu gândul la beneficiarii trainingului. De aceea, este recomandabilă adaptarea în caz de necesitate a tehnicilor utilizate.

Managerilor din domeniul educației:

- Acordarea asistenței psihologice/manageriale profesorilor nou-angajați, în scopul prevenirii „șocului realității”, care constă în racordarea dintre așteptări/efort/realitate, prin organizarea ședințelor de grup sau a discuțiilor individuale;
- Instituirea serviciului mentoratului, ceea ce ar permite împărtășirea experienței profesorilor cu un stagiu în muncă mai mare pentru profesorii cu un stagiu în munca mai mic și ghidarea acestora din urmă în adaptarea la realitățile profesiei;
- Creșterea atractivității în cadrul profesiei de cadru didactic prin: perspectivele de promovare, prin accentuarea feedback-ului pozitiv și recunoașterea aportului adus de cadrul didactic și prin condițiile materiale în care se activează. Personalul trebuie sprijinit prin discuții și încurajări chiar când lucrurile nu merg bine;
- Trebuie susținute activitățile de promovare a sănătății la locul de muncă (oferirea gratis a ședințelor de sport) și de menținere a echilibrului vieții profesionale (evitarea supra sau subîncărcarea cu sarcini).
- Înființarea unei „rețele de suport profesional” prin deschiderea unei linii de telefon, adresă e-mail, la care profesorii ar putea anonim cere sfaturi, recomandări vizavi de situațiile stresogene, unde ar putea discuta despre simptomele, starile psihologice care îi alarmează.
- Elaborarea unui material informativ care să fie oferit fiecărui cadru didactic nou-venit în cadrul universității – „*Ghidul profesorului debutant*” – care ar conține informație referitor la sindromul arderii meoționale: cauze, simptome, consecințe, metode de profilaxie, metode de evaluare. Aceasta ar contribui mult la profilaxia sindromului burnout.

Cadrelor didactice universitare:

- Organizarea sistematică a activităților de psihoprofilaxie în cadrul catedrelor, care ar avea scopul împărtășirii problemelor întâlnite pe parcursul muncii și identificarea soluțiilor. Invitarea la aceste ședințe a managerilor de diferite grade ai instituției date (de la șef de catedră, decan, până la prorector, rector), ceea ce ar înlesni procesul de participare a profesorilor la luarea deciziilor și la identificarea problemelor legate de organizarea muncii, de îndeplinirea cerințelor/sarcinilor pedagogice în cadrul instituției;
- Stabilirea priorităților și gestiunea corectă a timpului;
- Refuzul sarcinilor în plus și evitarea întârzierilor la serviciu;
- Respectarea regimului de muncă, odihnă și alimentație. Viața personală trebuie separată clar de viața de serviciu;
- Determinarea scopurilor și posibilităților de creștere profesională;
- Aranjarea locului de muncă, crearea condițiilor confortabile maximal posibil.

Limitele acestei cercetări se regăsesc în sugestiile pentru investigațiile viitoare: **a)** deoarece studiul nostru este printre primele de acest gen realizat în Republica Moldova, având ca obiect de studiu arderea emoțională la cadrele didactice, propunem ca direcție de cercetare viitoare atât mărirea lotului de subiecți cercetați, cât și implicarea cadrelor didactice din alte instituții de învățământ. Putem explica numărul mic al participanților la prezentul studiu prin dificultatea cooptării cadrelor didactice universitare, datorită lipsei timpului (aceasta fiind și una dintre sursele de stres frecvent menționată de respondenți); **b)** sugerăm realizarea unor cercetări în interiorul instituțiilor de învățământ, ceea ce ar scoate în evidență și ar identifica deosebirile

legate de afectarea cu SAE în conformitate cu funcția deținută: director, profesor, șef de catedră, decan; c) studiul realizat de noi a permis colectarea unor date ce au surprins stări de moment ale subiecților, fapt ce poate limita formularea unor concluzii certe și ferme privind sursele și cauzalitatea arderii emoționale. În acest sens, considerăm indicată realizarea unei cercetări longitudinale pe tema arderea emoțională în mediul academic.

Bibliografie

1. Gorincioi V. Aspecte ale sindromului arderii emoționale la profesori. În: Materialele CȘI, „Schimbarea în paradigma și practica educațională”. Chișinău: USM, 2008. Vol.I, pp. 286-290.
2. Gorincioi V. Arderea emoțională la profesori din perspectiva de gen. În: Materialele CȘI, „Optimizarea învățământului în contextul societății bazate pe cunoaștere”. Chișinău: MERM, AȘRM, IȘE, 2012. pp. 397-400.
3. Gorincioi V. Rolul satisfacției în muncă în manifestarea arderii emoționale la profesori din perspectiva de gen. În: Materialele CȘI, „Învățământul postmodern între eficiență și funcționalitate”. Chișinău: ISE, 2013. pp.468-472.
4. Gorincioi V. Schimbările din sistemul de învățământ și arderea emoțională, în materialele. În: Materialele CȘI, „Educație pentru dezvoltare durabilă: inovare, competitivitate, eficiență”. Chișinău: ISE, 2013. pp. 343-346.
5. Gorincioi V. Sindromul arderii emoționale și satisfacție în muncă la cadrele didactice universitare din perspectiva de gen. În: Materialele CȘI, „Gen, muncă, familie și schimbare”. Iași: Universitatea „Alexandru Ioan Cuza”, 2013. pp. 195-207.
6. Gorincioi V. Implicații ale temperamentului în manifestarea arderii emoționale. În: Materialele CȘI, "Creșterea impactului cercetării și dezvoltarea capacității de inovare", dedicată aniversării 65 de la fondarea Universității de Stat din Moldova. În: Studia Universitatis, 2011. nr 9(49). pp. 139-142.
7. Gorincioi V. Arderea emoțională la profesorii universitari. În: Studia Universitatis, 2009. nr 9(29). pp. 225-229.
8. Gorincioi V. De la stres la sindromul arderii emoționale. În: Studia Universitatis, 2008. nr 9(19). pp. 201-203.
9. Gorincioi V., Platon C. Stresul și sindromul arderii emoționale la profesorii universitari. În: Studia Universitatis, 2013. nr 1. pp. 224-228.
10. Gorincioi V. Costurile arderii emoționale, sau care sunt consecințele epuizării profesionale. În: Studia Universitatis, 2013. nr 1. pp. 229-231.
11. Gorincioi V. Profilaxia sindromului epuizării profesionale sau ce trebuie de știut pentru a evita arderea profesională. În: Studia Universitatis, 2013. nr 5(65). pp. 121-124.
12. Gorincioi V. Temperament structures as risk factors for teachers burnout: a study in the Republic of Moldova. In: Journal of Azerbaijan Institute of State Building and International Relations. 2013. nr 173-174, pp. 332-339.

ADNOTARE

Gorincioi Veronica. Studiul sindromului arderii emoționale la cadrele didactice universitare din perspectiva de gen. Teză de doctor în psihologie. Chișinău, 2015.

Structura tezei: introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie din 189 de titluri, 5 anexe, 123 de pagini de text de bază, 13 figuri, 32 tabele. Rezultatele obținute sunt publicate în 12 lucrări științifice.

Cuvinte-cheie: ardere emoțională, cadre didactice universitare, depersonalizare, epuizarea emoțională, gen, reducerea realizărilor personale, stres, stagiul în muncă, satisfacție în muncă, temperament, vârstă.

Domeniul de studiu: Psihologia personalității cadrului didactic.

Scopul cercetării. Determinarea surselor declanșatorii și a căilor de depășire a sindromului arderii emoționale la cadrele didactice din învățământul superior, din perspectiva de gen. Cercetarea a fost realizată prin trasarea următoarelor **obiective:** analiza aspectelor teoretice ale problemei și identificarea variabilelor ce declanșează dezvoltarea arderii emoționale; stabilirea gradului de afectare, din perspectiva de gen, a cadrelor didactice universitare din Republica Moldova de sindromul arderii emoționale și a gradului de influență a variabilelor identificate ca declanșatorii; elaborarea și implementarea unui Program de prevenire și diminuare a arderii emoționale la cadrele didactice universitare și determinarea eficienței lui.

Noutatea și originalitatea științifică. Pentru prima dată la nivel național a fost realizat un studiu teoretico-empiric al sindromului arderii emoționale în mediul academic; a fost stabilit gradul de afectare a cadrelor didactice de sindromul burnout și identificate diferențe de gen în manifestarea arderii emoționale în raport cu tipul de temperament, nivelul stresului, stagiul, vârsta și satisfacția în muncă; a fost elaborat profilul psihologic al cadrului didactic universitar predispus spre ardere emoțională; a fost validat Programul de prevenire și diminuare a sindromului arderii emoționale la cadrele didactice universitare.

Problema științifică importantă soluționată constă în conceptualizarea profilului psihologic al profesorului predispus la ardere emoțională, fapt care a condus la elaborarea programului de prevenire și diminuare a arderii emoționale, în vederea aplicării în sistemul de învățământ.

Semnificația teoretică este determinată de fundamentarea teoretică a conceptului de ardere emoțională și a diferențelor de gen privind manifestarea sindromului la cadrele didactice.

Valoarea aplicativă a lucrării constă în posibilitatea de a utiliza rezultatele studiului în prevenirea dezvoltării sindromului burnout la cadrele didactice prin utilizarea datelor prezentate în profilul psihologic al cadrului didactic predispus arderii emoționale; de a diminua nivelul sindromului burnout prin aplicarea Programului de prevenire și de diminuare a sindromului arderii emoționale la cadrele didactice, care poate constitui un instrument de lucru a specialiștilor în resurse umane

Implementarea rezultatelor științifice. Rezultatele obținute au fost implementate în activitatea didactică din învățământul superior, în cadrul cursurilor universitare Psihologie generală, Psihologie organizațională, Sănătatea ocupațională, Psihologia muncii, prin comunicări la simpozioane și conferințe naționale și internaționale, precum și prin training-ul realizat în două gimnazii raionul Ocnița.

АННОТАЦИЯ

Горинчой Вероника. Гендерные особенности синдрома эмоционального выгорания у преподавателей высших учебных заведений. Диссертация на соискание ученой степени доктора психологии. Кишинев, 2015.

Структура диссертации: Диссертация содержит: введение, три главы, общие выводы и рекомендации, библиографию из 209 названий, 5 приложений, 123 страницы основного текста, 13 рисунков, 32 таблиц. Результаты исследования опубликованы в 12 научных работах.

Ключевые слова: синдром эмоционального выгорания, деперсонализация, эмоциональное истощение, снижение личных достижений, стресс, стаж работы, удовлетворение работой, преподаватель, гендер, темперамент, возраст.

Область исследований: Психология личности педагога высшей школы.

Цель исследования заключается в изучении гендерных особенностей проявления синдрома эмоционального выгорания у преподавателей высших учебных заведений и путей его преодоления. Цель достигнута путем решения следующих **задач**: теоретический анализ литературы по проблеме эмоционального выгорания; определение выраженности синдрома и степени влияния факторов, способствующих развитию эмоционального выгорания у преподавателей высших учебных заведений Республики Молдова и их гендерных особенностей; разработка и реализация программы профилактики и коррекции изучаемого феномена в данной профессиональной среде; определение эффективности программы и разработка соответствующих рекомендаций.

Научная новизна и оригинальность. Впервые в Республике Молдова было проведено экспериментальное исследование по выявлению степени выраженности эмоционального выгорания у преподавателей высших учебных заведений, в результате которого были выявлены гендерные различия в проявлении синдрома, определены некоторые факторы, способствующие возникновению и развитию феномена и создан психологический профиль преподавателя, предрасположенного к эмоциональному выгоранию.

В рамках исследования **решена важная научная проблема** создания психологического профиля преподавателя, предрасположенного к эмоциональному выгоранию, разработана программа профилактики и коррекции синдрома у работников системы образования.

Теоретическая значимость. В ходе исследования нами было конкретизировано научное представление о феномене эмоционального выгорания, показаны гендерные особенности его проявления у преподавателей высших школ.

Прикладное значение работы состоит в разработке и внедрении программы профилактики и коррекции эмоционального выгорания, а так же в возможности использования результатов исследования для профилактики синдрома среди работников сферы образования.

Внедрение научных результатов. Теоретические и практические результаты исследования были использованы при подготовке учебных курсов по предметам «Общая психология», «Психология здоровья», «Организационная психология»; положения диссертационной работы докладывались и обсуждались на научных конференциях, а так же при реализации тренингов в 2-х гимназиях района Окница.

SUMMARY

Gorincioi Veronica. Burnout syndrome at the university teachers from the gender perspective. Thesis for degree of Doctor in Psychology. Chisinau 2015.

The structure of thesis: introduction, three chapters, general conclusions and recommendations, references (189 titles), 5 appendixes, 123 pages, 13 figures, plus 32 tables. The results are published in 12 scientific papers.

Key words: age, burnout syndrome, depersonalization, diminished personal accomplishments, emotional exhaustion, gender, work experience, job satisfaction, stress, temperament, university teachers.

Domain of study: The psychology of teacher's personality.

The purpose of this study is to determine the causes of manifestation and ways of overcoming burnout syndrome at university teachers from the gender perspective. The following **objectives** were pursue within the research: to analyse the theoretical aspects of the problem and to identify the factors that trigger the occurrence of burnout; to establish the degree to which the university teachers from the Republic of Moldova are affected by the burnout syndrome from gender perspective, as well as the degree to which the identified factors influence the development of burnout syndrome; to elaborate and implement a Program designed to prevent and diminish the occurrence of burnout syndrome at the university teachers and to establish its efficiency.

Novelty and scientific originality. This is the first time it was undertaken, at the national level, a theoretical-empirical study of the burnout syndrome within the university environment; it was established the degree to which teachers are affected by the burnout syndrome and identified gender related differences in the process of manifestation of burnout in relation to the type of temperament, the level of stress, work experience, age and work satisfaction; it was developed the psychological profile of the university teachers predisposed to burnout and it was validated a program for prevention and reduction of the burnout syndrome occurring to university teachers.

The important scientific problem solved through this research consists in conceptualisation of the psychological profile of the professor predisposed to burnout, which has led to the elaboration of a program for preventing and diminishing the occurrence of burnout syndrome, making it possible its application within the educational system.

The theoretical significance is determined by the theoretical substantiation of the burnout syndrome concept and of the gender related differences in the process of manifestation of burnout to teachers.

The applicative value of the thesis resides in preventing the development of burnout syndrome at the teachers by using the data included in the psychological profile of the teachers predisposed to burnout syndrome; for reducing the level of burnout by implementing a program for preventing and diminishing the occurrence of burnout at university teachers, which could represent a useful tool for Human resources specialists.

Implementation of the scientific results was achieved through the teaching of courses in General Psychology, Organizational Psychology, Occupational Health and Labour Psychology; through presentations made within public symposiums, national and international conferences, as well as through the training unfolded in two secondary schools from Ocnita district.

GORINCIOI VERONICA

**STUDIUL SINDROMULUI ARDERII EMOȚIONALE LA
CADRELE DIDACTICE UNIVERSITARE DIN PERSPECTIVA
DE GEN**

511.01 – PSIHOLOGIE GENERALĂ

Autoreferatul tezei de doctor în psihologie

Aprobat spre tipar: 19.05.2015
Hârtie ofset. Tipar ofset.
Coli de tipar 1,75

Formatul hîrtiei 60×84 1/16
Tiraj 50 ex.
Comanda 612

Centrul editorial-poligrafic al USM
Str. A. Mateevici, 60, Chișinău, MD 2009