
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ МЧС РОССИИ К УСЛОВИЯМ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

КОМПОНЕНТЫ ПСИХИЧЕСКОГО ВЫГОРАНИЯ В ПРОФЕССИЯХ СУБЪЕКТ-ОБЪЕКТНОГО ТИПА

**А.В. Шленков, доктор психологических наук, доцент;
В.И. Колесов, доктор педагогических наук, профессор.
Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России**

В статье приводится исследование синдрома психического выгорания, направленное на его проявление в профессиях субъект-объектного типа, которое заключается в иной представленности уровней и компонентов психического выгорания по сравнению с профессиями субъект-субъектного типа.

Ключевые слова: эмоциональное истощение, деперсонализация, самооценка профессиональной эффективности, профессии субъект-объектного типа

COMPONENTS OF MENTAL BURNING OUT IN PROFESSIONS OF SUBJEKT-OBEKTNOGO OF TYPE

A.V. Shlenkov; V.I. Kolesov.
Saint-Petersburg university of State fire service of EMERCOM of Russia

Research of a syndrome of mental burning out is given in article is directed on its manifestations in profesksiya the subject-object type which the subject-subject type consists in other representation of levels and components of psikhikchesky burning out in comparison with professions.

Keywords: emotional exhaustion, depersonalization, self-assessment of a professional effektivnost, profession the subject-object type

В условиях современного общества проблема взаимодействия личности и профессии приобретает особую актуальность. Это обусловлено интенсификацией профессиональной деятельности, требованиями точности, исполнительности, умением соответствовать быстро меняющимся условиям профессии, что приводит к повышению стрессогенной нагрузки и как результат к негативному влиянию профессии на личность. Наиболее распространенным вариантом последствий такой ситуации являются профессиональные деструкции, типичным представителем которых является синдром психического выгорания.

Под психическим выгоранием понимается состояние физического, эмоционального и умственного истощения, первоначально установленного в профессиях субъект-субъектного типа, но затем выявленного и в профессиях субъект-объектного типа. К настоящему времени в психологической литературе имеется общая точка зрения на сущность психического выгорания и его структуру.

Синдром психического выгорания включает в себя три составляющих: эмоциональное истощение, деперсонализацию и снижение самооценки профессиональной эффективности.

Под эмоциональным истощением понимается чувство усталости, вызванное профессиональной деятельностью. Деперсонализация предполагает циничное отношение к труду и к объектам своего труда. Самооценка профессиональной эффективности представляет собой чувство профессиональной некомпетентности в сфере своей деятельности и осознание неуспеха в ней. Эти компоненты психического выгорания по-разному проявляются в профессиях субъект-субъектного и субъект-объектного типа.

Проблема субъект-объектных отношений и оценка их эффективности определяется тем, что субъект-объектные отношения и формирующая их деятельность имеют комплексный характер и протекают как под непосредственным влиянием со стороны среды, так и конкретного носителя знаний. На сегодня изучение данной проблемы характеризуется тем, что под структурной организацией субъект-объектных отношений понимается сложная система взаимообусловленных отношений сторон, которая направлена на получение определенного позитивного результата.

Исследованию причин возникновения выгорания в субъект-объектных типах профессиональной деятельности, как общепрофессионального феномена, посвящен ряд отечественных и зарубежных работ. Возникновение синдрома психического выгорания в профессиях субъект-объектного типа рассматривается в исследованиях С.П. Безносова, Е.М. Борисовой, Т.В. Большаковой, Н.С. Водопьяновой, А.В. Карпова, С.Л. Ленькова, В.Е. Орла, А.А. Рукавишника, а также в работах зарубежных авторов E. Brondolo, V. Collins, S.L. Dolan, D. Gould.

В отечественной литературе примерами изучения проявления выгорания в несоциальной сфере могут выступать работы по анализу феномена «излетанности» в летной деятельности, а также работников основного производства в металлургии [1].

Происхождение и возникновение феномена выгорания объясняется определенными различиями в эмоционально-мотивационной сфере личности и организационными факторами, отмечает Т.И. Ронгинская. Проанализировав фазы развития синдрома выгорания, она пришла к выводу, что сильная зависимость от работы приводит к полному разочарованию и ощущению бесполезности своей деятельности [2].

Индивидуального подхода в описании психического выгорания придерживается Т.В. Форманюк. Она выделяет три фактора развития психического выгорания: личностный, ролевой и организационный [3].

Рассматривая специфику феномена психического выгорания в управленческой деятельности, Ю.Г. Тихонова в качестве возможных источников выгорания выделяет факторы напряженности и повышенной стрессогенности профессиональной деятельности, которые дополняются фактором самостоятельности и независимости работника и возможности принимать важные решения [4].

В исследованиях зарубежных авторов отмечается, что профессиональный стресс может способствовать развитию выгорания в таких областях «несоциальной сферы», как тяжелая и легкая промышленность, в частности отмечается наличие выгорания в профессиях инженерного труда, работников телефонных компаний и некоторых других [5–7].

Зарубежные авторы, в частности М. Лейтер и Р. Харви, установили, что различные характеристики организационной среды (кадровая политика, график работы, характер руководства, система вознаграждений, социально-психологический климат и т.п.) могут влиять на возникновение и развитие психического выгорания сотрудников [6].

Связь выгорания с административными, управленческими и коммуникативными особенностями организации установили Б. Перлман и Е. Хартман. На связь выгорания с организационным стрессом указывают К. Маслак, М.П. Лейтер, В.Б. Шауфелли, С. Чернисс, Р.Т. Голимбиевский [5–7].

Обобщая точки зрения зарубежных авторов можно утверждать, что психическое выгорание является результатом несоответствия между личностью и работой. Это привело к появлению новых подходов в понимании выгорания, где его предлагается рассматривать как социальное явление, как результат взаимодействия внешних и внутренних факторов.

Сравнительный анализ развития психического выгорания у представителей разных профессиональных групп показывает, что выгорание обуславливается не отдельным фактором, а целым его комплексом. Анализ влияния отдельных независимых факторов позволяет утверждать, что это может быть отражением совокупного влияния профессии, ее социального статуса, престижа в обществе и других характеристик.

Поскольку феномен психического выгорания является общепрофессиональным, В.Е. Орел указывает на схожесть структуры психического выгорания в профессиях обоих типов, при этом он отмечает, что формирование структуры выгорания в профессиях субъект-объектного типа имеет свою специфику, в зависимости от содержания профессиональной деятельности, где основные компоненты выгорания ранжированы отлично от профессий субъект-субъектного типа. При этом компонент эмоционального истощения доминирует над деперсонализацией и редукцией профессиональных достижений. Специфика также заключается в меньшей степени выраженности и силе проявления данных компонентов по сравнению с профессиями субъект-субъектного типа [8].

Исходя из вышесказанного, можно утверждать, что в профессиях субъект-объектного типа, в отличие от профессий субъект-субъектного типа, возникновение синдрома психического выгорания связано с индивидуализацией личности по отношению к профессиональной деятельности. В то время как в профессиях субъект-субъектного типа важную роль играют межличностные отношения сотрудников и коллективное принятие решений.

Имеющиеся на данный момент исследования причин возникновения синдрома психического выгорания в профессиях субъект-объектного типа посвящены в основном его возникновению в профессиях субъект-объектного типа узкой специализации и направленности. Проявление выгорания в профессиях субъект-объектного типа заключается в усталости, вызванной собственной работой, в потере человеком удовлетворения от своей профессиональной деятельности, в снижении мотивации в профессиональной сфере, эмоциональном, психическом и физическом истощении.

Таким образом, в профессиях субъект-объектного типа существует своя специфика проявления и протекания синдрома психического выгорания, проявляющаяся через его компоненты – психоэмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию профессиональных достижений.

Существующие научные данные уточнялись и расширялись путем эмпирического исследования среди сотрудников различных организаций центрального региона России, содержание профессиональной деятельности которых относится к профессиям субъект-объектного типа. При этом предполагалось, что психическое выгорание в профессиях субъект-объектного типа сохраняет ряд общих характеристик, но в тоже время имеется определенная специфика выгорания в профессиях этого типа, которая приводит к изменению степени выраженности компонентов психического выгорания.

В качестве инструмента измерения психического выгорания применялась методика «Maslach Burnout Inventory-General Survey» (MBI-GS) в адаптации В.Е. Орла и А.А. Рукавишника [9]. Теоретическое обоснование методики опирается на трехкомпонентную модель выгорания, предложенную С. Maslach и S. Jackson, в которой выделяются эмоциональное истощение, деперсонализация, редукция профессиональных достижений. Совокупность этих компонентов обусловлена различным вкладом каждого из них в структуру синдрома психического выгорания, что позволяет обнаружить чувства и переживания сотрудников в процессе выполнения профессиональной деятельности.

С целью выявления уровня значимости компонентов психического выгорания было опрошено 278 сотрудников дорожно-строительных, энергетических и организаций технического сервиса.

Сравнительная оценка компонентов психического выгорания в исследуемых организациях приведена на рис. 1.

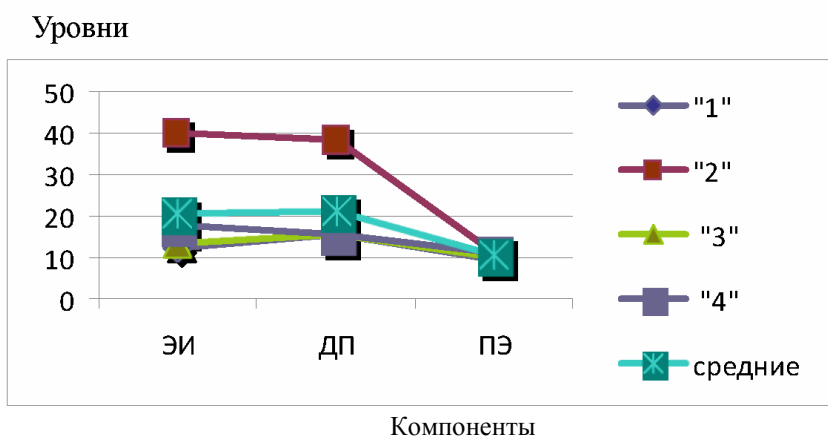


Рис. 1. Компоненты психического выгорания в организациях: ЭИ – эмоциональное истощение; ДП – деперсонализация; ПЭ – профессиональная эффективность

Сравнительный анализ компонентов психического выгорания показывает, что три организации («1», «2», «4») имеют сходные уровни психического выгорания по всем компонентам, а в организации «3» два компонента (эмоциональное истощение и деперсонализация) находятся на более высоком уровне, что связано со спецификой профессиональной деятельности в сфере оказания услуг.

Расчет средних значений компонентов психического выгорания в исследуемой выборке, представлен на рис. 2.

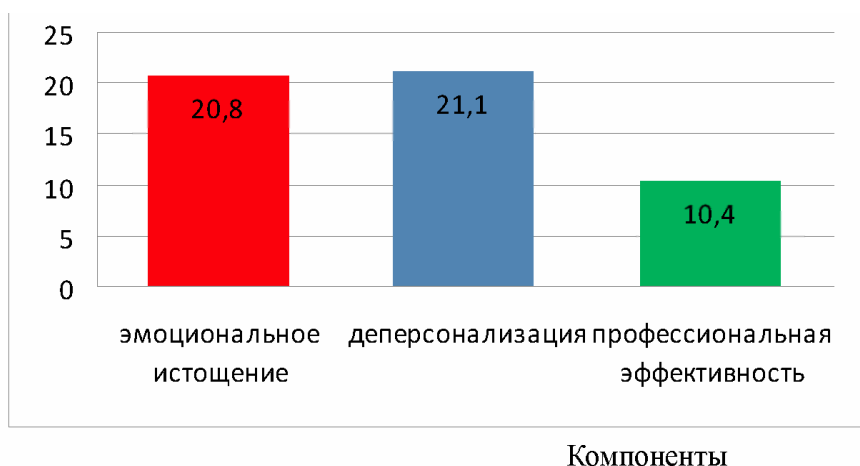


Рис. 2. Среднее значение компонентов психического выгорания

Анализ данных исследования показывает, что в профессиях субъект-объектного типа наиболее представлен компонент «деперсонализация». При этом средние значения находятся на низком уровне, что отражает нацеленность сотрудников на взаимодействие с окружающими людьми. Они имеют обширные рабочие контакты, чутко реагируют на оценки со стороны, их мнение об окружающих людей отличается дифференцированностью и адекватностью. Они охотно принимают проблемы окружающих на себя и стремятся помочь в их разрешении.

Компонент «эмоциональное истощение» находится на втором месте по степени интенсивности, что соответствует низкому уровню развития и говорит об отсутствии чувства усталости, эмоциональной пустоты и сниженного настроения. Сотрудники могут продуктивно работать длительное время без утомления. Они энергичны и активны в контактах с окружающими людьми, ориентированы на решение профессиональных проблем и проблем коллег.

Наиболее низкие значения выявлены в компоненте «профессиональной эффективности», что также свидетельствует о низком уровне выраженности данного компонента. Такие сотрудники включены в работу, заинтересованы в результатах своего труда и постоянном совершенствовании профессионального мастерства. Степень оценки успешности и профессиональной компетентности достаточно высокая, профессию и собственный вклад они оценивают положительно.

Но в то же время уровни выраженности всех компонентов выгорания отличаются от нормы.

Таким образом, психическое выгорание в профессиях субъект-объектного типа находится по всем компонентам на низком уровне, что свидетельствует о начальных этапах развития психического выгорания. При этом психическое выгорание максимально проявляется в «деперсонализации», периодическом появлении нежелания взаимодействовать с окружающими людьми. Такое взаимодействие вызывает чувство раздражения и сопровождается отсутствием интереса к этим людям.

Сходные реакции выявляются также и в компоненте «эмоционального истощения», где время от времени обнаруживаются начальные признаки выгорания, такие как усталость, опустошенность, сниженное настроение.

В минимальной степени выгорание представлено в компоненте «профессиональная эффективность», что говорит об интересе сотрудников к процессу и результатам своей деятельности и его высокой оценке.

Сравнение полученных результатов с имеющимися в психологической литературе данными показывает, что в рамках данного исследования выявлена специфика психического выгорания в профессиях субъект-объектного типа, которая заключается в меньшей степени выраженности и проявлении данных компонентов, по сравнению с профессиями субъект-субъектного типа.

Это положение соотносится с фактами установленными В.Е. Орлом, который указывает, что выгорание в профессиях «субъект-объектного» типа проявляется на иных уровнях и изменении общей иерархии компонентов выгорания [2].

В то же время уровни проявления компонентов психического выгорания отличаются от представленных В.Е. Орлом, утверждающим, что компонент «эмоционального истощения» доминируют над другими в структуре выгорания. По данным нашего исследования, наиболее выражен компонент «деперсонализация». При этом уровень его значительно ниже, чем в профессиях субъект-субъектного типа. В то же время компонент «эмоциональное истощение» занимает второе место по интенсивности, а наиболее низкие значения выявлены в компоненте «профессиональная эффективность».

Несовпадение результатов исследования авторов с имеющимися в научной литературе данными, указывает на важность и все еще недостаточную разработанность проблемы психического выгорания в профессиях субъект-объектного типа, что подтверждает теоретическую и практическую значимость проделанного исследования и предполагает продолжение работы в этом направлении.

Литература

1. Пономаренко В.А. Воспитание духовной культуры летчика-профессионала // Тр. общества расследователей авиационных происшествий. М., 1996.
2. Ронгинская Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях // Психол. журн. 2002. Т. 23. № 3. С. 85–95.
3. Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя // Вопросы психологии. 1994. № 6.
4. Тихонова Ю.Г. Феномен психического выгорания и его специфика в управленческой деятельности // Проблемы общей и организационной психологии / под ред. А.В. Карпова. Ярославль, 1999.

5. Cherniss C. Role of professional self-efficacy in the etiology and amelioration of burnout // Professional burnout: Recent developments in the theory and research / Ed. W.B. Schaufeli, Cr. Maslach, T. Marek, Washington DC: Taylor, Francis, 1993. P. 135–149.
6. Maslach C., Leiter M.P. The Truth about Burnout: How organization cause personal stress and what to do about it. San Francisco, C.A.: Jossey-Bass, 1997. 186 p.
7. Schaufeli W.B., van Dierendonck D. The construct validity of two burnout measures // Journal of Organizational Behavior. 1993. Vol. 14. P. 631–647.
8. Орёл В.Е. Синдром психического выгорания личности. М.: Ин-т психол. РАН, 2005.
9. Орёл В.Е., Рукавишников А.А. Адаптация методики диагностики феномена психического выгорания // Общество, образование, человек. Ярославль: ЯГПУ, 1999.