

**Социологический анализ индивидуальных факторов профессионального выгорания молодежи**

**Научный руководитель – Зимова Наталья Сергеевна**

***Жернакова Наталья Михайловна***

*Студент (бакалавр)*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Высшая школа современных социальных наук (факультет), Москва, Россия

*E-mail: nzherna@yandex.ru*

Социальные науки с самого начала выделяли профессию человека - как предмет пристального изучения как из-за влияния трудовой деятельности на самого индивидуума, так и на общество в целом. По оценкам ВЦИОМ, работа занимает первые строчки в списке причин индивидуального ощущения счастья после семьи, здоровья и детей; главные причины чувства несчастья (материальные трудности, низкий уровень и задержка заработной платы) также связаны с работой [1].

Высокий темп жизни, огромное количество потребляемой информации, постоянный стресс, и как следствие - эмоциональное и физическое истощение, "приступы равнодушия к работе и жизни" касаются теперь не только топ-менеджеров и людей коммуникативных профессий, но и вполне рядовых граждан - менеджеров сотовых компаний, продавцов, бухгалтеров [2]. Научный термин «эмоциональное выгорание» (англ. «burnout»), описывающий данное явление, ввёл в середине семидесятых американский психиатр Герберт Фрейденбергер [4]. По данным института Гэллапа профессиональному выгоранию подвержено почти половина современных работников [5], следовательно, есть определенные исходные (демографические, личностные) условия, позволяющие более «удачливой» части, при сходных организационных условиях иметь иммунитет к выгоранию.

Таким образом, синдром профессионального выгорания, приносящий многомиллионные убытки компаниям, способствующий развитию социально неодобряемых форм компенсаторного поведения дал развитие для целого направления психологии. При этом исследования показывают, что в напряженной социальной ситуации в обществе в целом, у большинства людей растёт необходимость в социальной поддержке, а значит шаткость бытия современного человека, окруженного непредсказуемыми явлениями, никак не зависящими от него самого, придаёт социальный аспект данному явлению, который очень мало изучен с этой точки зрения [3].

**Источники и литература**

- 1 ВЦИОМ. Счастье есть! [Электронный ресурс]: Пресс-выпуск № 3362. – Электрон дан. – 2017.- 26 апреля. – Режим доступа: <https://wciom.ru/index.php?id=236&uid=116179> (20.12.2019).
- 2 Bruce J. The Overlooked Consequences of Today's Burnout Problem [Электронный ресурс]: Forbes Media. – Электрон дан. – 2019. – 6 июня. – Режим доступа: <https://www.forbes.com/sites/janbruce/2019/06/06/overlooked-consequences-burnout-problem/#73810c165b58> (05.12.2019)
- 3 Buunk B. P., Hoorens V. Social Support and Stress: The Role of Social Comparison and Social Exchange Process// British Journal of Clinical Psychology. – 1992. – №. 31. – P. 445–457.

- 4 Freudenberger Н. J. Staff burn-out. [Электронный ресурс]: Journal of Social Issues. – Электрон дан. – 1974. – № 30. – Режим доступа: <https://spssi.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x> (10.12.2019)
- 5 Wigert В. Employee burnout, part 1: the 5 main causes [Электронный ресурс]: Gallup//Ben Wigert, Sangeeta Agrawal. – Электрон дан. – 2018. – 12 июля. – Режим доступа: <https://www.gallup.com/workplace/237059/employee-burnout-part-main-causes.aspx> (05.12.2019)