

## Психологическая наполненность факторов профессионального выгорания в системе Человек-Человек

Научный руководитель – Элькинд Григорий Витальевич

*Щуцкий Владимир Валентинович*

*Абитуриент*

Смоленский государственный университет, Смоленск, Россия

*E-mail: karusel67@bk.ru*

Изучение синдрома эмоционального или же профессионального выгорания (СЭВ) является одной из наиболее важных тем в различных областях психологии, психиатрии, а также профилактики и диагностирования. Для исследования СЭВ было приложено много сил, как зарубежных (Герберт Фройденбергер [9], Кристина Маслач [10], Маттиас Буриш [8], Урсула Нубер [6]), так и отечественных (Виктор Бойко [1], Евгений Ильин [4], Наталья Водопьянова и Елена Старченкова [2], Елена Лозинская [5]) исследователей. К. Маслач предложила свое определение понятию СЭВ:

«Профессиональное выгорание — это психологический синдром, который включает в себя длительную реакцию на хронические межличностные стрессоры на работе. Тремя ключевыми аспектами этой реакции являются переутомление, чувство цинизма и отстраненности от работы, а также чувство собственной неэффективности и отсутствия достижений» [10]

Авторы крупного пособия «Синдром выгорания. Диагностика и профилактика» исследователи Н. Е. Водопьянова и Е. С. Старченкова адаптировали трёхфакторную модель выгорания и диагностику для его выявления К. Маслач, локализовав аспекты выгорания на русский язык так [2]:

- Эмоциональное истощение — переживание опустошенности и бессилия.
- Деперсонализация — дегуманизация отношений с другими людьми (черствость, бессердечность, цинизм, грубость).
- Редукция личных достижений — занижение собственных достижений, потеря смысла и желания вкладывать личные усилия на рабочем месте.

Опросник МВИ (Maslach Burnout Inventory) при доработке НИПНИ имени Бехтерева имеет математическую модель вычисления общего индекса перегорания [5]. Индекс позволяет усреднить значения трёхфакторной модели и вывести их взаимодействие в общий показатель выгорания.

Данное исследование является продолжением прошлогодней работы «Влияние эмоционального выгорания на профессиональную деятельность преподавателя», где было задействовано 30 респондентов — преподавателей Среднего профессионального образования. Диагностика с помощью теста МВИ показала, что 48% процентов диагностируемых в разной степени испытывают СЭВ [7].

Настоящая работа проходила в 3 этапа:

1. Расширение выборки до представителей всех типов профессии (по классификации Климова [3]), их диагностика с помощью МВИ. Общее количество респондентов — 105 человек разного пола, в возрасте от 16 лет до 65 и с общим стажем от 2 месяцев до 40 лет. Представителей типа ЧЕЛОВЕК-ЧЕЛОВЕК насчитывается 70 человек, типа ЧЕЛОВЕК-ТЕХНИКА — 16, типа ЧЕЛОВЕК-ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ОБРАЗ — 12, типа ЧЕЛОВЕК-ЗНАКОВАЯ СИСТЕМА — 6, типа ЧЕЛОВЕК-ПРИРОДА — 1.

2. Проведение математического анализа на всей выборке: проведение теста на нормальность и анализа ранговой корреляции Спирмена по следующим факторам: истощение, деперсонализация, редукция профессиональных достижений, индекс выгорания, стаж, возраст.

3. Проведение корреляционного анализа Спирмена на выборке ЧЕЛОВЕК-ЧЕЛОВЕК и на остальной выборке за исключением ЧЕЛОВЕК-ЧЕЛОВЕК, с целью сравнить корреляционные различия.

Описание результатов корреляционного анализа по всей выборке:

1. Деперсонализация — истощение ( $r=0,585038025$ ,  $p>0,01$ )
2. Деперсонализация — редукция ( $r=-0,338387785$ ,  $p>0,01$ )
3. Истощение — редукция ( $r=-0,519728973$ ,  $p>0,01$ )
4. Возраст — стаж ( $r=0,504385518$ ,  $p>0,01$ )

По выборке ЧЕЛОВЕК-ЧЕЛОВЕК:

1. Деперсонализация — истощение ( $r=0,506206669$ ,  $p>0,01$ )
2. Редукция — истощение ( $r=-0,527786304$ ,  $p>0,01$ )
3. Возраст — стаж ( $r=0,536850797$ ,  $p>0,01$ )

По выборке ЧЕЛОВЕК-ПРИРОДА, ЧЕЛОВЕК-ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ОБРАЗ, ЧЕЛОВЕК-ЗНАКОВАЯ СИСТЕМА:

1. Деперсонализация — истощение ( $r=0,706256248$ ,  $p>0,01$ )

Полученные результаты позволяют оценить различия в факторных проявлениях выгорания между людьми разных профессий, а также преимущественно рассмотреть специфику взаимодействия факторов выгорания группы ЧЕЛОВЕК-ЧЕЛОВЕК и определить отличия от других групп, поделённых по типу профессии.

Данное исследование нацелено на дальнейшее углубленное изучение деперсонализации и редукции собственных достижений, а также на поиск причин данных корреляционных связей. Дальнейшая работа предполагает рассмотреть выборку ЧЕЛОВЕК-ЧЕЛОВЕК предположительно с помощью диагностик: «Опросник диагностики самоактуализации личности» для более подробного рассмотрения явления редукции профессиональных достижений, «Тест мотивов аффилиации, (MAFF)» для изучения феномена деперсонализации.

### Источники и литература

- 1) Бойко В. В. Методика диагностики уровня эмоционального выгорания // Практическая психодиагностика. Методики и тесты. 1999. С. 161–169.
- 2) Водопьянова Н. Е, Старченкова Е. С. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика: практическое пособие. М.: Издательство Юрайт, 2023. 299 с.
- 3) Воробьева М. А. Психология труда: учебное пособие для студентов и слушателей образовательных программ укрупненной группы специальностей «Экономика и управление», «Менеджмент» и «Управление персоналом», а также магистрантов. Екатеринбург: Урал.гос.пед.ун-т, 2015. 212 с.
- 4) Ильин Е. П, Липина А. Н. Динамика характеристик эмоциональной сферы и агрессивности на протяжении периода от юности до старости // Вестник практической психологии образования. 2007. № 4. С.42–46.
- 5) Лозинская Е. И, Лутова Н. Б. Системный индекс синдрома перегорания. СПб: Санкт-Петербург, 2007. 17 с.
- 6) Нубер У. Кто я без тебя? Почему женщины чаще страдают депрессией и как находят себя. М.: Альпина Паблишер, 2021. 252 с.

- 7) Щуцкий В. В. Влияние эмоционального выгорания на профессиональную деятельность преподавателя // Материалы Международного молодежного научного форума «Ломоносов-2023». 2023. С. 1–3.
- 8) Burisch M. Das Burnout-Syndrom. Heidelberg: Springer Berlin, 2006. 305 с.
- 9) Freudenberger H. The Issues of Staff Burnout in Therapeutic Communities // Journal of Psychoactive Drugs. № 13. P. 247–251.
- 10) Maslach C. Understanding job burnout // Stress and Quality of Working Life: Current Perspectives in Occupational Health. P. 37–51.