

**Биопсихологический возраст как фактор профессионального выгорания сотрудников следственных подразделений органов внутренних дел**

**Научный руководитель – Березина Татьяна Николаевна**

*Люсова Татьяна Алексеевна*

*Аспирант*

Московский государственный психолого-педагогический университет, Факультет экстремальной психологии, Москва, Россия

*E-mail: tata.lusova@mail.ru*

**Актуальность исследования.** Ухудшение состояния здоровья сотрудника, снижение его трудовой мотивации и безразличие к качеству и производительности труда - это лишь несколько последствий рабочих стрессов и эмоционального и физического истощения, которые возникают в результате постоянных физических и психических перегрузок, характерных для служебной деятельности следователя [3,4].

**Обзор литературы.** Профессиональное выгорание – системное качество субъекта профессиональной деятельности, которое возникает из-за нарушения оптимального функционирования в системе «субъект – профессия – организация – общество» [1].

Биопсихологические особенности следователя: требования к состоянию здоровья; психологическая и морально-нравственная подготовленность к исполнению возлагаемых на него функций [5,6].

Факторами биологического и психологического старения следователей, а также истощения их психологических ресурсов являются: профессиональный стресс; несоответствие требований трудовой деятельности с моральными ценностями личности; возраст, стаж и пол сотрудников [2,7].

**Цель исследования:** на основе изучения научной литературы и эмпирической работы исследовать биопсихологический возраст как фактор профессионального выгорания сотрудников следственных подразделений органов внутренних дел.

**Гипотеза исследования:** профессиональное выгорание сотрудников следственных подразделений органов внутренних связано с их биопсихологическим возрастом сильнее, чем с календарным возрастом и со стажем работы.

Для изучения компонентов биопсихологического возраста были использованы методики: для определения биологического возраста методика «Диагностика биологического возраста» (В.П. Войтенко), для определения психологического возраста респондентов применялась методика «Оценка личностного (психологического) возраста» (К.А. Абульханова, Т.Н. Березина), для определения ожидаемого пенсионного возраста была использована методика «Шкала ожидаемого пенсионного возраста» (Т.Н. Березина). Для выявления выраженности проявлений выгорания у сотрудников была использована методика «Диагностика профессионального выгорания» (К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой) и методика «Определение психического выгорания» (А.А. Рукавишников) для оценки выраженности чувств, связанных с работой, и определения уровня психического выгорания. Методы математической статистики: U-критерий Манна-Уитни, коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Выборку исследования составили 53 следователя управления МВД России по Московской области, в возрасте от 23 до 57 лет, из них 36 человек женского и 17 человек мужского пола.

**Результаты исследования и их анализ**

В ходе первичной обработки данных были обнаружены следующие признаки у сотрудников: снижение общего энергетического уровня; появление формальности при выполнении профессиональных обязанностей и задач; негативное отношение к своей компетентности и продуктивности; уменьшение профессиональной мотивации; холодность в общении с коллегами; эмоциональное и физическое утомление, сопровождающееся равнодушием и раздражительностью; истощение эмоциональных ресурсов и проявление негативизма в отношении рабочей деятельности (см. Рис. 1).

Среднее значение «календарного возраста» (КВ) респондентов равно 37,75 годам, среднее значение «биологического возраста» (БВ) 37,07 годам соответственно. Согласно данным таблицы 2, значения по показателю «психологический возраст» (ПВ) равны 52,83 года.

Респонденты ощущают себя как людей более зрелых по своему жизненному пути, так как значения «календарного возраста» ниже, чем значения «психологического возраста», что может быть вызвано эмоциональной усталостью, большим профессиональным и жизненным опытом. У сотрудников присутствует мотивация и желание работать дольше в данной сфере, с перспективой выйти на пенсию позже установленных сроков, которые, возможно связаны с желанием продвинуться по карьерной лестнице (см. Рис. 2).

Следующим этапом обработки данных было разделение респондентов на две группы. В первую группу вошли сотрудники следственных подразделений в возрасте до 30 лет (14 человек), во вторую группу вошли сотрудники старше 30 лет (39 человек). Далее было проведено сравнение исследуемых показателей на наличие значимых различий с помощью критерия Манна-Уитни для двух независимых выборок (см. Рис. 3).

Результаты экспериментальной работы показали, что у сотрудников в возрасте до 30 лет по сравнению с сотрудниками старше 30 лет менее выражены признаки сниженного эмоционального тонуса, отстранения, эмоционального безразличия в общении с окружающими людьми, как в личной, так и в профессиональной сфере. Психологически респонденты в возрасте до 30 лет ощущают себя моложе (ср. значение 42,79 года), чем респонденты старше 30 лет (ср. значение 56,44 года). Данные различия на наш взгляд вызваны тем, что у сотрудников старше 30 лет, подверглись процессам профессионального выгорания больше чем сотрудники младше 30 лет (см. Рис. 3).

Далее для каждой группы было проведено корреляционное исследование с применением коэффициента ранговой корреляции  $r_s$  Спирмена на наличие значимых взаимосвязей показателей профессионального выгорания и показателей биопсихологического и календарного возраста (см. Рис. 4, 5).

Эмпирическое исследование представило возможность утверждать, что у сотрудников моложе 30 лет с увеличением уровня увлеченности и энтузиазма в отношении профессиональной деятельности будет увеличиваться ожидаемый пенсионный возраст ( $r=0,588^*$ ;  $p \leq 0,05$ ). У сотрудников в возрасте старше 30 лет с увеличением уровня повышенной психической истощаемости, будет наблюдаться рост уровня самооценки состояния своего здоровья в худшую сторону ( $r=0,654^{**}$ ;  $p \leq 0,01$ ); с возрастанием биологического возраста будет снижаться профессиональная мотивация ( $r=-0,446^{**}$ ;  $p \leq 0,01$ ), наблюдаться увеличение уровня негативизма в отношении своей профессиональной компетентности ( $r=-0,360^*$ ;  $p \leq 0,05$ ), избегание окружающих и прямых должностных обязанностей, снижаться самооценка себя как профессионала, своей компетентности и своих достижений ( $r=-0,375^*$ ;  $r=-0,362^*$ ;  $p \leq 0,05$ ). Однако с возрастанием психологической (личностной) зрелости ( $r=0,356^*$ ;  $p \leq 0,05$ ) сотрудник будет более удовлетворительно оценивать свои личные и профессиональные качества. С увеличением уровня эмоционального утомления ( $r=0,532^{**}$ ;  $p \leq 0,01$ ), раздражительности и нетерпимости в общении ( $r=0,577^{**}$ ;  $p \leq 0,01$ ) с окружающими людьми (коллегами, близкими и т.п.), будет увеличиваться уровень физического утомления сотрудника.

## **Выводы**

Результаты исследования показывают, что труд сотрудников следственных подразделений органов внутренних дел характеризуется чрезмерной стрессогенностью, физическими и психическими нагрузкам. Кроме того, у сотрудников наблюдается падение общего энергетического тонуса, проявление формальности при выполнении профессиональных обязанностей и задач, присутствует тенденция к негативной оценке своей компетентности и продуктивности, снижение профессиональной мотивации. В ходе исследования было установлено, что у сотрудников в возрасте до 30 лет по сравнению с сотрудниками старше 30 лет менее выражены признаки сниженного эмоционального тонуса, отстранения, эмоционального безразличия в общении с окружающими людьми, как в личной, так и в профессиональной сфере. Было выявлено, что у сотрудников моложе 30 лет с увеличением уровня увлеченности и энтузиазма в отношении профессиональной деятельности будет увеличиваться ожидаемый пенсионный возраст.

Вместе с тем, у сотрудников в возрасте старше 30 лет с увеличением уровня повышенной психической истощаемости, будет наблюдаться рост уровня самооценки состояния своего здоровья в худшую сторону, а с возрастанием биологического возраста будет снижаться профессиональная мотивация. Однако с возрастанием психологической (личностной) зрелости сотрудник будет более удовлетворительно оценивать свои личные и профессиональные качества.

Полученные данные могут быть реализованы в теории исследования биопсихологического возраста и профессионального выгорания личности.

## **Источники и литература**

- 1) Водопьянова Н.Е. Ресурсное обеспечение противодействия профессиональному выгоранию субъектов труда (на примере специалистов «субъект-субъектных» профессий): автореф. дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 2014. – 49 с.
- 2) Котенева А.В. Социально-демографические и психологические факторы биопсихологического возраста специалистов опасных профессий // Биопсихологический возраст и здоровье профессионалов: коллективная монография / Под ред. Т.Н. Березиной. – М. : ИД Академии Жуковского, 2020. – С. 45 – 48.
- 3) Лаврентьева, Е. С., Сорокина, Ю. В. Синдром эмоционального выгорания как механизм психологической защиты // Известия Института систем управления СГЭУ. 2021. № 1(23). С. 62 – 66.
- 4) Мальцева, Т. В., Купцов, А. А., Взаимосвязь механизмов психологической защиты и синдрома эмоционального выгорания у сотрудников полиции // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2019. №1 (76). С. 74 – 79.
- 5) Печенкова Е.А. Особенности проявления динамики психических процессов у сотрудников ОВД в различных ситуациях профессиональной деятельности // Вестник Моск. ун-та МВД РФ. – 2011. – № 2. – С 30 – 33.
- 6) Украинский, С. В. К вопросу о профессиональной деформации сотрудников органов внутренних дел // Вестник Краснодарского края МВД России. 2016. № 2 (32). С. 208 – 211.
- 7) Berezina T.N. Psychological factors in the development of cardiovascular diseases at different stages of life // Psychiatry, Psychotherapy and Clinical Psychology. 2020. Vol. 11, № 1. P. 75 – 84.

## **Иллюстрации**

Таблица 1

Средние значения и стандартные отклонения испытуемых по методикам К. Маслач, С. Джексон (в адаптации Н.Е. Водопьяновой) и А.А. Рукавишникова

Показатели по шкалам	М	S
<i>Методика «Диагностика профессионального выгорания» К. Маслач, С. Джексон (в адаптации Н.Е. Водопьяновой)</i>		
Эмоциональное истощение (ЭИ)	20,83	± 10,31
Деперсонализация (Д)	9,39	± 6,35
Редукция личных достижений (РЛД)	30,11	± 6,35
<i>Методика «Определение психического выгорания» А.А. Рукавишникова</i>		
Психоэмоциональное истощение (ПИ)	26,67	± 14,92
Личностное отдаление (ЛО)	28,6	± 12,19
Профессиональная мотивация (ПМ)	41,26	± 8,09

Рис. : Рис. 1. Средние значения и стандартные отклонения испытуемых по методикам К. Маслач, С. Джексон (в адаптации Н.Е. Водопьяновой) и А.А. Рукавишникова

Таблица 2

Средние значения и стандартное отклонение показателей по методикам В.П. Войтенко, К.А. Абульхановой, Т.Н. Березиной

Показатели биопсихологического возраста по методикам «Диагностика биологического возраста» В.П. Войтенко и «Оценка психологического возраста» К.А. Абульхановой, Т.Н. Березиной	М	S
Биологический возраст (БВ)	37,07	± 10,96
Психологический возраст (ПВ)	52,83	± 17,94
Должный биологический возраст (ДБВ)	40,24	± 5,74
Самооценка здоровья (СЗ)	8,32	± 6,04
Индекс биологического старения (БВ-ДБВ)	-3,17	± 10,33
Психобиологическая зрелость (ПБЗ)	1,52	± 0,60
Календарный возраст (КВ)	37,75	± 9,06
Индекс психологического старения (ПВ-КВ)	15,07	± 17,68
Показатели по методике «Шкала ожидаемого пенсионного возраста» Т.Н. Березиной		
Ожидаемый пенсионный возраст (ОПВ)	51,70	± 6,66

Рис. : Рис. 2. Средние значения и стандартное отклонение показателей по методикам В.П. Войтенко, К.А. Абульхановой, Т.Н. Березиной

Таблица 3

Результаты проверки 1 группы (до 30 лет) и 2 группы (старше 30 лет) на наличие значимых различий

Показатели	Среднее группы 1 (до 30 лет)	Среднее группы 2 (старше 30 лет)	U <sub>эмп.</sub>	p
Эмоциональное истощение	15,79	23,41	173,5	> 0,01
Деперсонализация	7,71	15,15	137	≤ 0,01
Редукция личных достижений	30,21	30,08	255	> 0,05
Психоэмоциональное истощение	19,50	30,54	130	≤ 0,01
Личностное отчуждение	22,14	30,92	144,5	≤ 0,01
Профессиональная мотивация	38,57	42,23	225,5	> 0,05
Биологический возраст	34,70	37,93	213	> 0,05
Психологический возраст	42,79	56,44	136,5	≤ 0,01
Календарный возраст	26,14	41,92	0	≤ 0,01
Должный биологический возраст	33,40	42,71	7,5	≤ 0,01
Самооценка здоровья	6,21	9,08	169,5	> 0,01
Индекс биологического старения	1,30	-4,78	197	> 0,05
Индекс психологического старения	16,64	14,51	257,5	> 0,05
Психобиологическая зрелость	1,24	1,62	222	> 0,05
Ожидаемый пенсионный возраст	50,90	52	220	> 0,05

Примечание: Критические значения U: U<sub>кр.</sub> при p ≤ 0.01 = 157; U<sub>кр.</sub> при p ≤ 0.05 = 190

Рис. : Рис. 3. Результаты проверки групп на наличие значимых различий

Таблица 4

**Результаты корреляционного анализа группы 1 (сотрудники до 30 лет)**

Показатели	БВ	КВ	ПВ	ДБВ	ПВ-КВ	БВ-ДБВ	СЗ	ПБЗ	ОПВ
ЭИ	-,251	,508	-,088	0,53	-,261	-,156	,164	,217	-,472
Д	-,002	,370	,062	,147	-,049	-,020	,211	,023	-,103
РЛД	-,128	-,271	-,228	-,126	-,153	-,218	-,056	-,128	,372
ПИ	-,296	,421	-,124	0,54	-,251	-,250	-,004	,253	-,335
ЛО	-,203	,400	-,069	0,33	-,191	-,154	,160	,196	-,276
ПМ	,013	-,479	,207	-,069	,265	-,141	-,140	,273	<b>,588*</b>

\*\* Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя).

\* Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).

Рис. : Рис. 4. Результаты корреляционного анализа группы 1 (сотрудники до 30 лет)

Таблица 5

**Результаты корреляционного анализа группы 2 (сотрудники старше 30 лет)**

Показатели	БВ	КВ	ПВ	ДБВ	ПВ-КВ	БВ-ДБВ	СЗ	ПБЗ	ОПВ
ЭИ	,229	,293	,288	,254	,112	,138	<b>,654**</b>	,041	,074
Д	-,262	-,171	,148	-,227	,139	-,148	,006	,209	-,199
РЛД	<b>-,446**</b>	<b>-,375*</b>	-,037	<b>-,362*</b>	,156	<b>-,360*</b>	-,099	<b>,356*</b>	-,172
ПИ	,210	,181	,288	,246	,158	,135	<b>,532**</b>	,076	,070
ЛО	,045	,113	,237	,035	,134	,024	<b>,577**</b>	,119	-,122
ПМ	-,099	,044	,042	-,090	,018	-,108	,099	,082	-,224

\*\* Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя)

\* Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя)

Рис. : Рис. 5. Результаты корреляционного анализа группы 2 (сотрудники старше 30 лет)