

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ У СПЕЦИАЛИСТОВ, РАБОТАЮЩИХ В КОРРЕКЦИОННЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

В.С. Боянов

ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный медицинский университет»

Минздрава России, Владивосток, Россия, mcclaell@bk.ru

*Научный руководитель: кандидат психологических наук, преподаватель
кафедры общепсихологических дисциплин Т.В. Капустина*

С каждым годом большому числу специалистов, в частности работающих с людьми, все чаще приходится сталкиваться с синдромом эмоционального выгорания, что не может не привлекать внимание исследователей со всего мира к данной проблеме. Синдром эмоционального выгорания проявляется в реагировании организма на воздействие профессиональных стрессоров [2]. Специалисты, работающие в коррекционных учреждениях, попадают в группу профессий, подверженных эмоциональному выгоранию, среди них врачи, педагоги, психологи и другие профессии в системе «человек-человек» [3]. В первую очередь, это связано с тем, что им приходится больше всех взаимодействовать с другими людьми, применяя определенные качества личности. Именно к данным специалистам предъявляются большие требования в их личности и способностях, и их отсутствие может являться причиной выгорания. Так, например, замкнутость и отстраненность, как черты личности, в социальных профессиях способны вызывать определенные, в основном, негативные эмоциональные реакции и переживания в процессе взаимодействия с другими людьми [1, 3, 4].

Актуальность работы состоит в том, чтобы определить взаимосвязь между индивидуальными особенностями личности специалистов коррекционных учреждений с целью формирования группы риска, подверженной проявлениям эмоционального выгорания. Накопление научных знаний о данной проблеме также позволит более качественно подходить к проблеме решения и минимизации данного синдрома среди населения.

«Помогающие» профессии», ввиду повышенного риска, являются важным предметом современных исследований, так как выполняемая ими деятельность может быть серьезно искажена с последующими соматическими заболеваниями вследствие проявления симптомов эмоционального выгорания [5]. Учитывая специфику работы специалиста коррекционных учреждений, следует сделать вывод о том, что к личности такого специалиста будут предъявляться определенные требования.

Целью эмпирического исследования является установить взаимосвязь личностных особенностей с проявлениями симптомов эмоционального выгорания.

В исследовании были использованы следующие методики: «Методика диагностики уровня эмоционального выгорания», В. Бойко; К. Маслач, С. Джексон «Опросник на определение уровня психического выгорания (МВІ)» (в адаптации Н. Водопьяновой); Индивидуально-типологический опросник (ИТО) Л. Собчик. Для установления взаимосвязи отдельных показателей, представленных в виде порядковых данных (непараметрических) в данной работе был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Все расчеты проводились в программе Statistica 7.0

В исследовании принимали участие 28 женщин специалистов коррекционных учреждений. Из них 16 специалистов города Владивостока (КГБОУ «Владивостокская КШ II вида») и 12 специалистов города Южно-Сахалинска (МБОУ КШ «Надежда»), от 35 до 56 лет.

Результаты статистического анализа взаимосвязи показали высокий уровень достоверности показателей неискренности ответов и такого симптома эмоционального выгорания, как «редукция личностных достижений» (Таблица 1). Исходя из результатов, можно сделать вывод о том, что люди, отвечая в соответствии с общепринятыми и социально значимыми нормами, склонны к низкому уровню чувства компетентности в своей работе, часто обесценивают свои достижения и постоянно недовольны собой.

Специалисты коррекционных учреждений, которым свойственна потребность преувеличивать свои проблемы с целью получения поддержки (аггравация), склонны к проявлению эмоционального и психического истощения, а так же личностному отстранению (таблица 1). Такие люди, согласно результатам исследования, «блокируют» потребность в общении, отстраняясь от контактов с целью нормализации состояния, при этом, постоянные мысли о своем текущем состоянии не дают специалистам адекватно оценивать негативные проявления. Также специалистам с высокими показателями аггравации свойственен целый ряд симптомов эмоционального выгорания (таблица 2), а именно – переживание психотравмирующих обстоятельств, неудовлетворенность собой, ощущение «загнанности в клетку», тревога и депрессия, расширение сферы экономии эмоций, эмоциональный дефицит, личностная отстраненность и психосоматические и психовегетативные нарушения.

Таблица 1.

Корреляционные связи (Методики ИТО Л. Собчик и МВИ К. Маслач и С. Джексона в адаптации Н. Водопьяновой)

Коррелируемые показатели	Значение коэффициента корреляции Спирмена, R	Уровень достоверности
Ложь /«Редукция личных достижений»	0,56	0,009963
Аггравация/«Психоэмоциональное истощение»	0,75	0,000159
Аггравация/«Деперсонализация» (личностное отдаление)	0,81	0,000017
Экстраверсия/«Деперсонализация» (личностное отдаление)	-0,63	0,002879
Экстраверсия/«Редукция личных достижений» (профессиональная мотивация)	0,62	0,003596
Спонтанность/«Редукция личных достижений» (профессиональная мотивация)	0,56	0,010003
Сензитивность/«Редукция личных достижений» (профессиональная мотивация)	0,62	0,003531
Тревожность/«Редукция личных достижений» (профессиональная мотивация)	0,53	0,015356
Лабильность/«Деперсонализация» (личностное отдаление)	-0,53	0,016693
Лидерство/«Редукция личных достижений» (профессиональная мотивация)	0,65	0,002076
Неконформность/«Редукция личных достижений» (профессиональная мотивация)	0,50	0,024511

Конформность/«Редукция личных достижений» (профессиональная мотивация)	0,64	0,002404
Компромисность/«Деперсонализация» (личностное отдаление)	-0,58	0,006940
Коммуникативность/«Деперсонализация» (личностное отдаление)	-0,77	0,000068
Коммуникативность/«Редукция личных достижений» (профессиональная мотивация)	0,56	0,010204

Следующие статистически выявленные сходства личностных особенностей и симптомов эмоционального выгорания позволяют сделать вывод о том, что чем больше человек направлен на общение, открыт к новым контактам, тем меньше будет выражен симптом деперсонализации (таблица 1). Экстраверты имеют тенденцию к обсуждению своих проблем в кругу близких людей, «разряжаются» в общении и таким образом сохраняют спокойное психическое состояние. Однако, наличие проблем и сложности в профессиональной деятельности, при длительном воздействии, способны понижать самооценку специалиста, вызывать чувство вины и недовольство своими достижениями (таблица 1). Так, частые социальные связи на работе способны провоцировать переутомление и в дальнейшем, вызывать безразличие к работе. Согласно взаимосвязи корреляционных показателей (таблица 2), наличие в личностном профиле высоких показателей экстраверсии связано с такими симптомами эмоционального выгорания, как переживание психотравмирующих событий, ощущения «загнанности в клетку» и редукции профессиональных обязанностей. То есть, специалист, направленный на «внешний» мир, открытый к общению, будет меньше подвергнут вышеописанным симптомам. В свою очередь, интроверты будут в большей степени подвержены развитию неадекватного эмоционального реагирования на трудности в своей работе, на детей и коллег, при этом можно подчеркнуть склонность к обесцениванию своих профессиональных и личностных достижений (таблица 1).

Показатели сензитивности, взаимосвязанные с симптомом обесценивания личностных достижений (Таблица 1), говорят о том, что впечатлительные

люди, склонные к «надумыванию» и постоянной рефлексии негативно оценивают себя и свои профессиональные успехи. Несмотря на это, согласно результатам статистики, излишнее отреагирование негативных эмоций способствует торможению развития таких симптомов эмоционального выгорания, как эмоциональный дефицит, эмоциональная отстраненность и личностная отстраненность (таблица 2).

Специалисты, склонные к лидерству, обладают «устойчивостью» к развитию симптома деперсонализации, однако имеют тенденцию к оценке своих трудов как «несостоятельных» (Таблица 1). Инициативные специалисты, вовлеченные в коллективное и рабочее взаимодействие, имеют предрасположенность структурировать деятельность и подбирать правильные пути решения поставленных задач. Но трудности, с которыми им приходится сталкиваться, ввиду особенностей работы в коррекционных учреждениях, не всегда способствуют своевременной и качественной завершенности решения профессиональных задач. В этом случае специалисты обвиняют себя в неудачах и провалах, которые могут возникнуть.

Показатели неконформности и конформности показали высокую зависимость с симптомом редукции личностных достижений (Таблица 1). Вероятно, из полученных данных следует сделать вывод о том, что как излишняя неуверенность в себе и ориентация на общепринятые нормы поведения, так и стиль поведения, характеризующийся излишними чертами эгоцентризма и уверенность в собственных знаниях и силах способны повлечь за собой развитие вышеописанного симптома.

Статистически выявленная взаимосвязь показателя компромиссности и деперсонализации показывает отрицательную корреляцию (Таблица 1). Таким образом, вовлеченный во взаимодействие специалист способен к эмоциональной поддержке, как детей, так и своих коллег, стремится к избеганию конфликтов путем принятия решения, удовлетворяющего все стороны.

В свою очередь, коммуникативная личность специалиста выступает как «ресурс» защиты от формирования деперсонализации, так как способность поддерживать беседу и направленность в коллектив позволяют отреагировать излишнее напряжение (Таблица 1). Однако постоянная потребность в общении и взаимодействии может повлечь за собой снижение самооценки как профессионала, так как перенасыщение проблемами и общением способны вызвать негативные переживания в отношении работы в коррекционном учреждении.

Таблица 2.

Корреляционные связи (Методики ИТО Л. Собчик и Диагностики уровня эмоционального выгорания В. Бойко)

Коррелируемые показатели	Значение коэффициента корреляции Спирмена, R	Уровень достоверности
Аггравация/ Переживание психотравмирующих обстоятельств	0,67	0,001286
Аггравация/Неудовлетворенность собой	0,64	0,002171
Аггравация/«Загнанность в клетку»	0,80	0,000022
Аггравация/Тревога и депрессия	0,67	0,001213
Аггравация/Расширение сферы экономии эмоций	0,73	0,000283
Аггравация/Эмоциональный дефицит	0,81	0,000014
Аггравация/Личностная отстраненность (деперсонализация)	0,77	0,000068
Аггравация/Психосоматические и психовегетативные нарушения	0,78	0,000060
Экстраверсия/Переживание психотравмирующих обстоятельств	-0,53	0,016813
Экстраверсия/«Загнанность в клетку»	-0,51	0,020693
Экстраверсия/Редукция профессиональных обязанностей	-0,63	0,003092
Интроверсия/Неадекватное эмоциональное реагирование	0,69	0,000846
Интроверсия/Редукция профессиональных обязанностей	0,65	0,001819
Сензитивность/Эмоциональный дефицит	-0,53	0,017206
Сензитивность/Эмоциональная отстраненность	-0,72	0,000335
Сензитивность/Личностная отстраненность (деперсонализация)	-0,50	0,024003
Лидерство/Неадекватное эмоциональное реагирование	-0,62	0,003293
Лидерство/Редукция профессиональных обязанностей	-0,64	0,002279
Лидерство/Эмоциональный дефицит	-0,51	0,022455
Индивидуальность/Неадекватное эмоциональное реагирование	0,66	0,001492
Конформность/Эмоциональная отстраненность	-0,56	0,009942
Коммуникативность/Переживание психотравмирующих	-0,57	0,008151

обстоятельств		
Коммуникативность/Неудовлетворенность собой	-0,56	0,010182
Коммуникативность/«Загнанность в клетку»	-0,61	0,004621
Коммуникативность/Эмоциональный дефицит	-0,58	0,007384
Коммуникативность/Личностная отстраненность (деперсонализация)	-0,55	0,012644
Коммуникативность/Психосоматические и психовегетативные нарушения	-0,58	0,007975

Таким образом, проведенное исследование позволило сделать следующие выводы:

Во-первых, специалист коррекционного учреждения, обладающий навыками коммуникации, большим опытом общения и широким кругом близких людей, способен противостоять развитию эмоционального выгорания в своей профессиональной деятельности.

Во-вторых, описание взаимосвязи индивидуальных особенностей и симптомов эмоционального выгорания позволяет сформировать требования к личности специалиста более устойчивого к данному синдрому.

В-третьих, понимая те качества личности, которые находятся «зоне риска», следует составить коррекционную и профилактическую программы для минимизации развития и формирования эмоционального выгорания, что говорит так же и о дальнейших исследованиях взаимосвязи личностных особенностей и симптомов эмоционального выгорания среди специалистов других профессий с целью накопления научных знаний.

Литература:

1. Баюканская С.Ф., Латифова У.М. Исследование синдрома эмоционального выгорания у педагогов коррекционных классов. *Личность в пространстве и времени*. 2017. № 6. С. 35-39.
2. Кадыров Р.В., Капустина Т.В., Максимович А.Б. Профессиональный стресс в деятельности специалистов Роспотребнадзора. *Тихоокеанский медицинский журнал*. 2017. № 2. С. 8-11.
3. Клевцова Н. А. Синдром эмоционального выгорания в профессиональной деятельности специалиста. *Территория науки*. 2015. № 5. С. 63-67.

4. Кравцова Е.М. Специфика эмоционального выгорания педагогических работников специальной (коррекционной) общеобразовательной школы. *Категория «социального» в современной педагогике и психологии*. 2016. С. 184-187.

5. Ронгинская Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях. *Психологический журнал*. 2002. Т. 23. № 3. С. 85-95.