

Секция «Психология кризисных и экстремальных ситуаций»

**Отличительные особенности профессионального выгорания у сотрудников
руководящего состава Управления МЧС России и сотрудников личного
состава пожарных частей**

Гордиенко Анна Сергеевна

Студент (магистр)

Волгоградский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной
службы, Волгоград, Россия

E-mail: annette5@mail.ru

Синдром профессионального выгорания был впервые описан Х. Фрейденбергом в 1974 году. Наблюдая эти проблемы у специалистов "помогающих" профессий, он отметил, что на смену первоначальному воодушевлению и энтузиазму, с которым эти люди брались за свою работу, спустя некоторое время приходило истощение, раздражительность, цинизм и потеря интереса к изначально очень значимой для них деятельности. По контрасту с первоначальным "эмоциональным горением" Х. Фрейденберг назвал эти симптомы "эмоциональным выгоранием". В зарубежной литературе синдром выгорания обозначают термином burn-out (англ.) - "сгорание", "выгорание", "затухание горения". Симптомами синдрома эмоционального выгорания являются эмоциональное истощение, деперсонализация (дегуманизация), переживание собственной неэффективности (редукция персональных достижений).

Установлено, что особенно часто синдром выгорания развивается у специалистов «помогающих» профессий, к которым также относятся сотрудники Государственной противопожарной службы МЧС России (ГПС МЧС России).

Сотрудники Государственной противопожарной службы МЧС России относятся к лицам профессий экстремального профиля, чья деятельность связана с работой в тяжелых и опасных условиях, сопряженных с сильным психотравмирующим воздействием. Оно может быть как однократным, так и постоянно повторяющимся, что требует адаптации к непрекращающемуся действию стрессоров, в числе которых явная и скрытая угроза жизни и здоровью, психофизическое перенапряжение, внезапность происходящих событий, информационная перегрузка в условиях дефицита времени. В связи с этим остро встает вопрос о способах совладания с этими профессиональными стрессорами, так как неадаптивное поведение в таких случаях приводит к развитию профессионального «выгорания», нервно-психических и психосоматических нарушений, требующих психологической коррекции.

Несмотря на то, что проблеме профессионального выгорания уделяется некоторое внимание со стороны психологической науки, в современной социальной ситуации на роль специалиста «помогающих» профессий выпадает все больше трудновыполнимых задач, требующих огромных эмоциональных затрат, что ведет к возрастающей тенденции профессионального выгорания. По моему мнению, данная проблема является столь серьезной, что требует периодического, и возможно, лонгитюдного изучения, вкладом в которое и является данное исследование.

Целью нашего исследования является изучение особенностей развития профессионального выгорания у сотрудников МЧС и разработка психологических рекомендаций по его предупреждению и коррекции. В рамках данной работы была выдвинута гипотеза, что уровень профессионального выгорания сотрудников МЧС зависит от личностных особенностей, психологических защит и типа выполняемой деятельности.

В исследовании приняли участие 65 сотрудников МЧС, из них 34 сотрудника из руководящего состава Управления МЧС России и 31 сотрудник пожарной части. Возраст испытуемых составил от 22 до 60 лет.

В качестве диагностического инструментария были выбраны 6 методик: опросник "Профессиональное выгорание" К. Маслач, С. Джексона (в адаптации Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой); методика диагностики эмоционального выгорания В.В. Бойко; индивидуально-типологический опросник Л.Н. Собчик; опросник "Индекс жизненного стиля" Плутчика-Келлермана­-Конте; "Опросник травматического стресса" И.О. Котенева (в модификации Т.Н. Гуренковой, О.Ю. Голубевой); проективная методика диагностики особенностей совладания со сложными ситуациями "Человек под дождем", а также была разработана авторская анкета для выяснения социального статуса сотрудников (уровень образования, семейное положение, стаж работы, режим труда и др.). Данные методики позволили получить полный объем информации, необходимой для нашего исследования.

Полученные результаты исследования свидетельствуют о том, что показатели профессионального выгорания у сотрудников руководящего состава Управления МЧС России значительно выше показателей профессионального выгорания личного состава пожарных частей. Следовательно, мы можем сделать вывод о том, что дефицит времени, высокий уровень ответственности, высокий уровень интеллектуальной нагрузки, которые присутствуют в профессиональной деятельности руководящего состава, являются значимыми факторами развития синдрома профессионального выгорания. У личного состава пожарных частей также присутствует некоторая степень выгорания, которая объясняется высокими физическими нагрузками, а также повышенной стрессогенностью их деятельности.

Все вышесказанное подтверждает наше предположение о том, что уровень профессионального выгорания сотрудников МЧС зависит от типа выполняемой деятельности, таким образом, выдвинутая гипотеза частично подтвердилась. В дальнейшем планируется продолжать изучение выбранной темы исследования, накапливать теоретический и эмпирический материал для расширения теоретико-методологической базы исследований в этой области.

Источники и литература

- 1) Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М., 1996.
- 2) Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике. СПб.: Питер Ком, 1999.
- 3) Василюк Ф. Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. М.:МГУ,1984.
- 4) Караяни А.Г. Психологическое обеспечение боевых действий личного состава частей сухопутных войск в локальных военных конфликтах. М.: ВУ, 1998.
- 5) Maslach C., Jackson S.E. The Maslach Inventoru Manual (2nd ed). Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press. 1986.