

Секция «Психология труда и инженерная психология»

Эмоциональное выгорание психологов-консультантов

Мешкова Полина Романовна

Аспирант

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет
психологии, Москва, Россия
E-mail: poromesh@gmail.com

Феномен выгорания широко изучен как за рубежом (Maslach и Jackson, Shaufeli и др.), так и в рамках отечественной школы (Бойко, Водопьянова, Старченкова, Орёл и др.). Наиболее распространенным является трехкомпонентный результативный подход к синдрому выгорания Maslach и Jackson, выделявших в синдроме эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию профессиональных достижений. Существуют и процессуальные теории выгорания, выделяющие этапы постепенного развития данного синдрома у профессионала (Chemiss, Burish). В рамках развития отечественной психологии данные подходы не противоречат друг другу, так как любой феномен можно рассматривать как с точки зрения процесса, так и с точки зрения результата.

Несмотря на широкую представленность исследований данного феномена у специалистов различных профессий, в том числе профессий социальной сферы, в области психологического консультирования практика «обгоняет» теорию: существует система супервизирования практикующих психологов, группы поддержки молодых специалистов, балинтовские группы и т.п.

Среди исследований, посвященных синдрому выгорания среди психологов, наиболее популярным и простым для изучения является организационный фактор. Так, множество исследований подтвердили, что психологи, работающие в частной практике, выгорают в наименьшей степени, психологи из государственных учреждений - в большей степени, а наиболее выгоревшими являются психологи, работающие в больницах.

Также проводились исследования корреляции пола, возраста и семейного статуса с тремя компонентами выгорания. Ряд исследований показал отрицательную корреляцию возраста психолога и эмоциональным истощением и деперсонализацией (в то же время не было обнаружено значимых корреляций с редукцией профессиональных достижений).

Исследования связи пола и выгорания расходятся в выводах. Так, Maslach и Jackson получили результаты, согласно которым женщины более склонные к эмоциональному истощению, а мужчины - к деперсонализации. Но более поздние исследования не выявили значимой корреляции. Неясным до конца остается и связь семейного положения и выгорания.

Попытки анализа содержания деятельности психологов и его связи с выраженностью синдрома выгорания зачастую сводятся к подсчету стажа работы, времени работы на последнем месте и количеству клиентов в неделю. Так, в некоторых исследованиях было выявлено, что стаж работы отрицательно связан с выгоранием, а большое количество клиентских часов положительно положительно с позитивной оценкой профессиональных достижений. Второй фактор, впрочем, также не подтвердился в некоторых других исследованиях. Более редкими были попытки оценить тяжесть клиентов и влияние данного фактора на уровень выгорания.

Интерес представляет более глубокое понимание содержание труда психологов-консультантов и индивидуально выделяемых трудностей в работе. Личностные смыслы тех или иных аспектов профессиональной деятельности позволили бы выделить наиболее способствующие выгоранию для каждого психолога. Адекватным данной задаче методом исследования

представляется метод репертуарных решеток.

Источники и литература

- 1) Водопьянова Н., Старченкова Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2-е издание. Питер: Спб, 2008
- 2) Орёл В.Е. Синдром психического выгорания личности. Ярославль: Когито-Центр, 2005,
- 3) Юдина Е.В. К проблеме синдрома выгорания у психологов-консультантов: экзистенциальный подход//Вестник Московского государственного гуманитарного университета им. М.А. Шолохова. Педагогика и психология, № 1, 2011
- 4) Schaufeli, Wilmar B.; Leiter, Michael P.; Maslach, C. Burnout: 35 years of research and practice/The Career Development International, Vol 14(3), 2009, 204-220
- 5) Vredenburgh L.D., Carlozzi A.F., Stein L.B. Burnout in counseling psychologists: type of practice setting and pertinent demographics// Counselling Psychology Quarterly, Vol. 12, No. 3. pp.293-302, 1999