

5. Моросанова В.И., Бондаренко И.Н. Диагностика саморегуляции человека / В.И. Моросанова, И.Н. Бондаренко. – М.: Когито-Центр, 2015. – 304 с.

Автор – **Шулаева Марина Владимировна**, г. Набережные Челны, Набережночелнинский филиал Казанского инновационного университета имени В.Г. Тимирязова (ИЭУП), доцент кафедры общей психологии, mshulaeva@chl.ieml.ru.

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЕ ПОЗИЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПОМОГАЮЩЕЙ СФЕРЫ В АСПЕКТЕ ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

EXISTENTIAL POSITIONS OF SPECIALISTS IN THE HELPING SPHERE IN THE ASPECT OF THE PROBLEM OF PROFESSIONAL BURNOUT

Щербакова А.М., Истомина Л.А.
Shcherbakova A.M., Istomina L.A.

Аннотация. Профессиональное выгорание представляет собой комплекс психологических проблем, возникающих в связи с трудовой деятельностью человека [Маслач К., 2004]. Существуют различные подходы к изучению синдрома выгорания [Водопьянова Н.В., Старченкова Е.С., 2016], которое нами рассматривается как следствие неэкзистенциальной установки по отношению к жизни [А. Лэнгле, 2008]. Результаты эмпирического исследования дают основания говорить о специфике показателей экзистенциальной исполненности специалистов, оказывающих помощь людям с ограниченными возможностями здоровья (врачи-психиатры, клинические психологи) по сравнению с психологами-консультантами, работающими с людьми без ограничений здоровья. Осмысление результатов исследования позволяет оценить избранное направление как перспективное для поиска предикторов профессионального выгорания и для создания соответствующих профилактических программ.

Ключевые слова: выгорание, экзистенциальный вакуум, экзистенциальная исполненность, помогающие профессии.

Annotation. Professional burnout is a complex of psychological problems that arise in connection with a person's labor activity [Maslach K., 2004]. There are different approaches to the study of the burnout syndrome [Vodopyanova N.V., Starchenkova E.S., 2016], which we consider as a consequence of a non-existential

attitude towards life [A. Langle, 2008]. The results of the empirical study give grounds to speak about the specifics of the indicators of the existential fulfillment of specialists who provide assistance to people with disabilities (psychiatrists, clinical psychologists) in comparison with counseling psychologists working with people without disabilities. Understanding the results of the study allows us to evaluate the chosen direction as promising for the search for predictors of professional burnout and for the creation of appropriate preventive programs.

Keywords: burnout, existential vacuum, existential fulfillment, helping professions.

Эмпирическое исследование: организация и материалы

Было предпринято эмпирическое исследование с целью выявления показателей экзистенциальной исполненности специалистов, осуществляющих взаимодействие с людьми, имеющими ОВЗ (врачей-психиатров, психологов клинической практики) в сравнении со специалистами помогающей сферы, в которой не предполагается взаимодействие с людьми, имеющими ОВЗ (психологи консультативной практики). Также к исследованию была привлечена контрольная группа (люди, чья профессиональная деятельность не осуществляется в системе «Человек-человек»). Всего участвовали 32 человека, по 8 человек в каждой группе. Возраст всех испытуемых составил от 28 до 35 лет, средний возраст составил примерно равные показатели во всех группах.

Нами была применены следующие методики: Тест Шкала Экзистенции (ШЭ) А. Лэнгле и К. Орглер [Кривцова С.В., Лэнгле А., Орглер К., 2009], методика Выявления индивидуального смысла понятий – ВИСП, предложенная А.М.Щербаковой [Щербакова А.М., 2020].

Результаты и их обсуждение

I этап. Изучение экзистенциальной исполненности: по общему показателю G (экзистенциальная исполненность), а также по большинству субшкал более высокие показатели на уровне тенденций получены в группе врачей-психиатров (группа I) в сравнении с группами психологов клинической практики (группа II), психологов консультативной практики (группа III) и контрольной группой (группа IV).

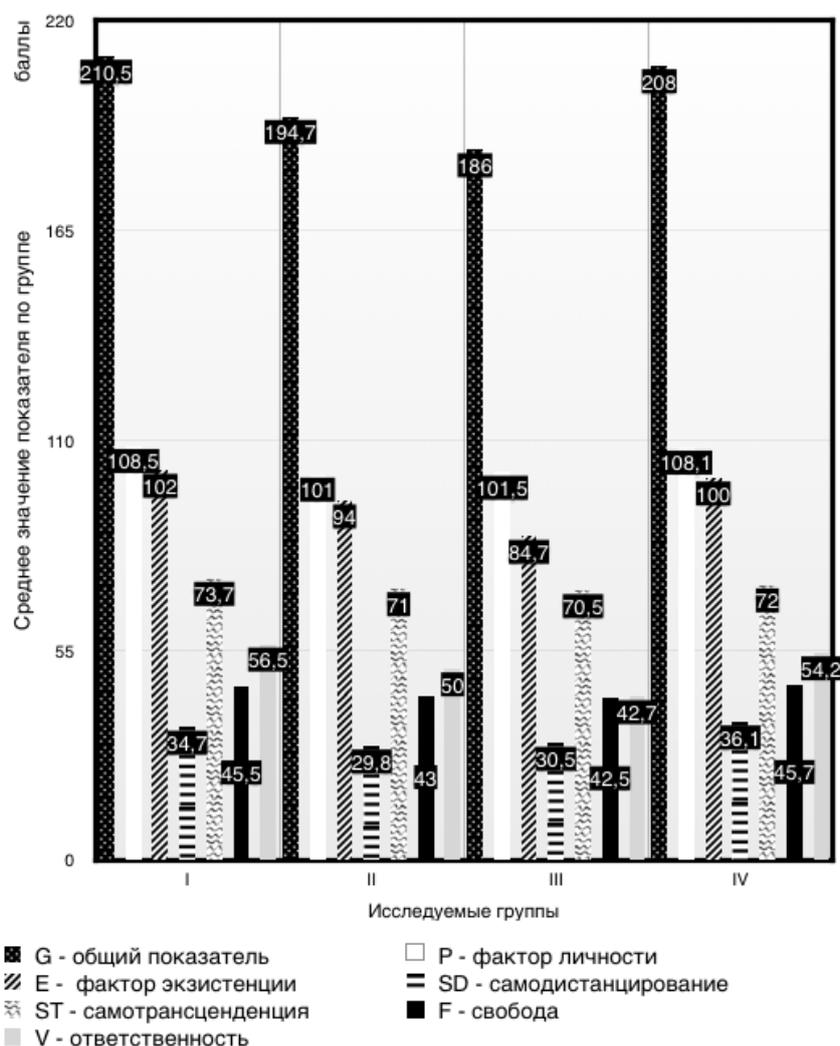


Рис. 1. Средние значения показателей теста Шкала экзистенции (ШЭ), баллы

Проверка значимости различий

Проведенный дисперсионный анализ обнаружил, что по субшкале V (ответственность) врачи-психиатры (группа I) отличаются от психологов клинической практики, психологов консультативной практики и контрольной группы (F -критерий = 4,348; $p = 0,012$), то есть данным специалистам больше, чем представителям остальных групп, присущи обязательность, персональная включенность и/или чувство долга.

II этап. Исследование особенности коннотаций экзистенциальных понятий: жизнь, смерть, болезнь, здоровье. Сравнение результатов продемонстрировало специфику переживания экзистенциальных данностей группой врачей-психиатров, которые не дают ярко выраженных негативных либо позитивных коннотаций предложенных понятий (рис. 2).

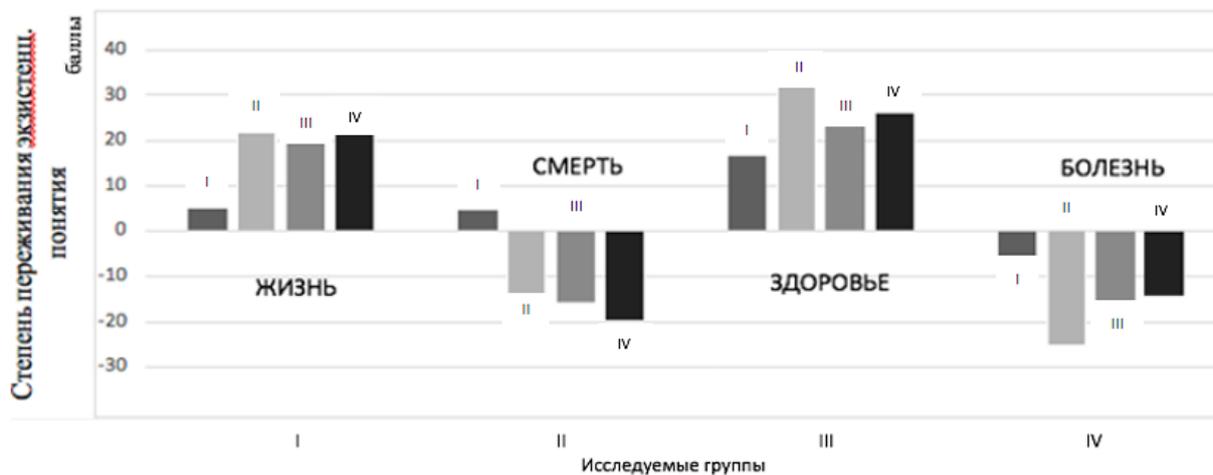


Рис. 2. Эмоциональная наполненность в восприятии экзистенциального понятия, баллы

III этап. Поиск корреляционной связи показателей экзистенциальной исполненности (ЭИ) и оценки содержания экзистенциальных понятий

В группе I (врачи-психиатры) показатель оценки содержания понятия «жизнь» имеет прямую корреляцию с показателем оценки содержания понятия «здоровье» ($r = 0,724$), т. е. оптимистичное, наполненное эмоциональным содержанием проживание жизни связано с восприятием здоровья как источника силы и возможностей.

В группе II (психологи клинической практики) показатель оценки содержания понятия «здоровье» имеет обратную связь со значениями общего показателя экзистенциальной исполненности (G) (-0,760); со значениями субшкалы *самотрансценденция* (ST) (-0,758); со значениями субшкалы *свобода* (F) (-0,646). Мы видим, что в рассматриваемой группе значения общего показателя экзистенциальной исполненности (G), а также значения субшкал ST (самотрансценденция проявляется в способности жить ради чего-то, эмоционально откликаться и сочувствовать) и F (свобода проявляется в способности решаться) тем выше, чем менее позитивно оценивается понятие «здоровье».

В группе III (психологи-консультанты) субшкала *самотрансценденция* (ST) имеет обратную корреляцию с оценкой содержания понятий «болезнь» (-0,827) и «смерть» (-0,750). Показатель оценки содержания понятия «свобода» (F) имеет обратную корреляцию с оценкой содержания понятия «смерть» (-0,803).

В группе IV (контрольная группа) показатели субшкал *свобода* (F) (-0,709) и *ответственность* (V) (-0,730) имеют обратную корреляцию с оценкой содержания понятия «жизнь». Чтобы воплощать в жизнь собственные замыслы, обрести свободу, человеку необходимо принятие жизни в полноте разнополюсных переживаний.

Выводы

Результаты пилотного исследования показали, что:

- существует специфика показателей экзистенциальной исполненности в группах специалистов различных направлений помощи людям с ограниченными возможностями здоровья;
- особенности коннотаций экзистенциальных понятий («жизнь», «смерть», «болезнь», «здоровье») имеют связь с показателями экзистенциальной исполненности специалистов рассматриваемых групп.

Выявленные особенности дают основания для дальнейшего поиска предикторов профессионального выгорания и для создания соответствующих программ профилактики данного состояния.

Литература

1. Водопьянова Н.В., Старченкова Е.С. Синдром выгорания / Н.В. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб. Изд. дом «Питер». – 2016.
2. Кривцова С.В., Лэнгле А., Орглер К. Шкала экзистенции (Existenzskala) А. Лэнгле и К. Орглер / С.В. Кривцова, А. Лэнгле, К. Орглер // Экзистенциальный анализ. – 2009. – Бюллетень № 1. – С. 141–171.
3. Лэнгле А. Эмоциональное выгорание с позиции экзистенциального анализа / А. Лэнгле // Вопросы психологии – 2008. – № 2. – С. 37–57.
4. Маслач К. Выгорание: многомерная перспектива / К. Маслач. – М.: Изд-во Ин-та психотерапии / К. Маслач. – 2004.
5. Щербакова А.М., Федорова А.И. Сравнительное исследование отношения к различным группам людей с ограниченными возможностями здоровья в России и Израиле [Электронный ресурс] / А.М. Щербакова, А.И. Федорова // Аутизм и нарушения развития. – 2020. – Т. 18. – № 1. – URL: 10.17759/autdd.2020180101 (дата обращения: 17. 09. 2021).
6. Van Humbeek G. Van Audenhove Ch., Pieterx G., De Hert M., Storms G., Vertommen H., Peuskens J., Heyrman J. Expressed emotion in the resident – professional care giver dyad: Are symptoms, coping and personality related [Электронный ресурс] / G. Van Humbeek, Ch. Van Audenhove, G. Pieterx, M. De Hert, G. Storms, H. Vertommen, J. Peuskens, J. Heyrman // Soc. Psychiatry and Psychiatric Epidemiology. – 2002. – V. 37. – № 8. – P. 364–371. – URL: 10.1007/s00127-002-0565-4 (дата обращения: 09. 06. 2021).

Авторы: **Щербакова А.М.**, г. Москва, Московский государственный психолого-педагогический университет, к.п.н., доцент, shcherbakova.a.m@yandex.ru.

Истомина Л.А., г. Москва, Московский государственный психолого-педагогический университет, аспирант 2 курса, luiza_istomina@mail.ru.