

УДК 159.923.2

## **ИССЛЕДОВАНИЕ ЛОКУСА КОНТРОЛЯ И УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СОТРУДНИКОВ РЕГИОНАЛЬНОГО УПРАВЛЕНИЯ МЧС**

**А.Р. Григорян, О.В. Захарова, С.И. Филиппченкова**

Тверской государственной технической университет

Представлены результаты теоретико-прикладного исследования по изучению локуса контроля и уровня сформированности профессионального выгорания в зависимости от гендерных различий, опыта работы и должностного стажа сотрудников с целью построения психологической модели профессионала – сотрудника МЧС. Полученные результаты позволили эксплицировать значимые различия в проявлении указанных личностных черт у сотрудников МЧС на разных ступенях профессионализации. **Ключевые слова:** *локус контроля, профессиональная деятельность, профессиональное выгорание, пожарные-спасатели, психологическая модель.*

Сегодня для службы МЧС очевиден рост напряженности труда ее сотрудников, что вызывает к разработке новых современных подходов к изучению личностных особенностей и поведенческих стратегий, отвечающих данному вектору изменения профессиональной деятельности. Одной из важнейших задач становится построение релевантной профессиональной деятельности психологической модели личностного потенциала сотрудника МЧС. Личностный потенциал нами рассматривается как генерализированный (субъектный, когнитивный, поведенческий) ресурс к изменению себя в профессиональной среде. Структурными составляющими разрабатываемой модели, которые мы выделяем, являются следующие ведущие переменные: коммуникативные, интеллектуальные, эмоциональные и регуляторные свойства личности. Именно эти личностные качества играют существенную роль в процессе принятия решений в экстремальных ситуациях, возникающих в профессиональной деятельности сотрудника МЧС. В то же время сам процесс выработки и принятия решений выстраивается в структурированную иерархию, которая имеет в своем составе уровень операционального обеспечения деятельности, уровень функций психофизиологии, а также уровень специальной деятельности и уровень действия. В свою очередь, уровень деятельности включает личностные смыслы и специфические мотивы сотрудника МЧС; уровень действий обуславливается целью, выбранной при принятии профессионального решения; операциональный уровень принятия решений формируется с помощью когнитивного стиля, умений и навыков специалиста, а также локуса контроля профессионала, под которым мы понимаем (вслед за Дж. Роттером) свойство личности приписывать свои успехи или неудачи внешним либо внутренним

факторам жизнедеятельности [6]. В современной психологической науке принято выделять экстернальный и интернальный локусы контроля. Экстернальность подразумевает склонность человека приписывать результаты деятельности влиянию внешних факторов, а интернальность проявляется в склонности к приписыванию результатов деятельности собственным внутренним факторам (своим усилиям, индивидуально-психологическим качествам, наличию определенных знаний, умений и навыков). По проявлению личностных особенностей в профессиональном поведении, характеру реализуемых решений, уровню эмоциональной вовлеченности в профессиональную ситуацию можно с уверенностью спрогнозировать способности сотрудников МЧС справляться со своими профессиональными обязанностями, работать и взаимодействовать с коллегами и окружающими людьми [2, с. 33–49].

Однако в результате нарастающего профессионального опыта и увеличивающегося стажа работы у профессионала возникают психологические деструкции, выражающиеся в формировании профессионального стресса и – как следствие – профессионального выгорания. В профессиональной сфере субъект сталкивается со множеством специфических стрессоров, большинство из которых действует непрерывно и длительно, вызывая ухудшение функционального состояния, нарушение эффективности и безопасности труда, развитие психосоматических и других заболеваний, изменение личностного статуса работника. Результатом профессионального стресса может стать профессиональная деформация личности в виде психического выгорания. Деформация личности представляет собой изменения, происходящие с личностью в процессе профессиональной деятельности человека, снижающие её адаптивность и профессионально-эффективное функционирование. Психологическое выгорание является наиболее ярким проявлением профессиональной деформации личности. Под профессиональным психологическим выгоранием мы понимаем выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия [5, с. 31]. В процессе формирования профессионального выгорания у специалиста формируется определенный стереотип эмоционального поведения, проявляющийся в профессиональной среде. Уровень субъективного контроля представляет собой один из основных факторов, который оказывает влияние на формирование профессионального выгорания у сотрудников МЧС и состояние социальной фрустрированности в зависимости от гендерной принадлежности.

С целью валидации данных различий в 2018 г. на базе Главного управления МЧС России по Тверской области нами было проведено психодиагностическое обследование. В тестировании приняли участие 34 человека: 21 мужчина в возрасте от 24 до 54 лет и 13 женщин в возрасте от 23 до 52 лет. Диагностический инструментарий составили

методики: «Определение уровня субъективного контроля» (Дж. Роттер), «Диагностика профессионального выгорания» (К. Маслач, С. Джексон), «Диагностика уровня социальной фрустрированности» (Л.И. Вассерман). Математическая обработка данных проводилась с помощью программы «SPSS-17» с использованием дескриптивного анализа. Средние выборочные значения количественных признаков приведены в тексте в виде  $M \pm m$ , где  $M$  – среднее выборочное,  $m$  – стандартная ошибка среднего. Для оценки значимых различий в двух независимых выборках применялся сравнительный анализ с использованием непараметрического критерия Манна–Уитни и корреляционный анализ с применением непараметрического критерия Спирмена. За критический уровень значимости различий принято значение  $p < 0,01$ .

#### *Результаты исследования*

Уровень субъективного контроля (УСК) – методика, предназначенная для диагностики интернальности–экстернальности, то есть степени готовности человека брать на себя ответственность за то, что происходит с ним и вокруг него. Исследование, проведенное с помощью данной методики, выявило у сотрудников-мужчин уровень субъективного контроля выше (32,4), чем у сотрудниц-женщин (29,9). Мужчины в целом демонстрируют достаточно высокий уровень общей интернальности. Это указывает на то, что при решении жизненных проблем они склонны рассчитывать на свои силы. Они обнаруживают внутренний контроль как над отрицательными, так и над положительными фактами своей жизни. Считают достигнутые в жизни успехи результатом собственных качеств и проявленной активности, а в своих неудачах склонны винить только самих себя. Женщины-сотрудницы демонстрируют уровень субъективного контроля значительно ниже мужчин, им свойственно чаще прибегать к экстернальному типу контроля над значимыми для себя событиями и присваивать ответственность за отрицательные события и ситуации, происходящие в их жизни, другим людям или воспринимать их в итоге как невезение. Они не считают свои действия особо решающим фактором в организации собственной трудовой деятельности, отношениях, складывающихся в коллективе, своего продвижения по службе и т.д.

Профессиональное «выгорание» – комплекс негативных переживаний, связанных с профессиональной деятельностью, коллективом и всей организацией в целом. Методика, составителями которой стали американские психологи К. Маслач и С. Джексон, была создана для диагностики степени «выгорания» в профессиях типа «человек–человек». По их мнению, признаками профессионального выгорания считаются: 1) чувство равнодушия, эмоционального истощения, усталости, обесценности (человек не может отдаваться работе так, как это было прежде); 2) деперсонализация (развитие негативного отношения к своим коллегам по работе); 3) негативное профессиональное самовосприятие – ощущение

собственной некомпетентности, недостатка профессионального мастерства.

Исследование, направленное на определение уровня профессионального выгорания, выявило следующую тенденцию (табл. 1).

Таблица 1

Результаты дескриптивного анализа признаков профессионального выгорания у сотрудников МЧС по гендерным различиям

Переменные	Результаты		Диапазон		
	Мужчины	Женщины	Низкий	Средний	Высокий
Эмоциональное истощение	15,0 ± 10,6	21,4 ± 9,6	0–15	16–24	25–54
Деперсонализация	6,85 ± 5,1	8,76 ± 4,9	0–5	6–10	11–30
Редукция личных достижений	33,8 ± 9,7	28,38 ± 7,75	37–48	31–36	0–30

По шкале «эмоциональное истощение» у сотрудниц-женщин результаты оказались значительно выше (21,4), нежели у сотрудников-мужчин (15,0), что свидетельствует о значительном снижении эмоционального фона у женщин по сравнению с мужчинами. Это может указывать на то, что служба в силовых структурах требует от женщин больших эмоциональных затрат и им сложнее их восполнять, чем мужчинам.

По шкале «Деперсонализация» сотрудницы-женщины демонстрируют результаты выше (8,76), чем мужчины (6,85). Деперсонализация отображает негативные изменения в отношениях с другими людьми, выражается в возникновении равнодушного отношения к субъектам профессиональной деятельности. Контакты становятся формальными, обезличенными. Зарождаются негативные установки, которые приводят к конфликтам. Таким образом, по результатам исследования у женщин чаще, чем у мужчин, возможны проявления раздражения, они более склонны к конфликтным ситуациям.

По шкале «Редукция личных достижений» показатели женщин (28,38) свидетельствуют о высоком уровне проявления редукции личных достижений, в отличие от мужчин, у которых этот уровень средний (33,8). Редукция личных достижений выражается в снижении самооценки, умалении своих профессиональных результатов, негативном настрое в отношении своих профессиональных возможностей или депривации обязательств по отношению к субъектам профессиональной деятельности.

Таким образом, исследование выявило, что женщины-сотрудницы более склонны к профессиональному выгоранию, чем сотрудники-мужчины.

Социальная фрустрированность – это вид психического напряжения, вызванного неудовлетворенностью, недовольством своим социальным положением, своими достижениями в обществе, отношениями с окружающими людьми. Опросник, который мы использовали, измеряет уровень неудовлетворенности человека социальными достижениями в основных аспектах жизнедеятельности. Заключение об уровне социальной фрустрированности выносится с учётом величины среднего

балла. Чем балл больше, тем выше уровень социальной фрустрированности.

Исследование обнаружило в обеих группах низкие показатели в оценке степени фрустрированности респондентов (см. табл. 2). Это свидетельствует о том, что у опрашиваемых отсутствует выраженная неудовлетворенность потребностей в ситуации непреодолимых преград. Однако у женщин-сотрудниц показатели фрустрированности оказались выше (1,2) по сравнению с мужчинами-сотрудниками (0,8).

Таблица 2

Результаты дескриптивного анализа уровня социальной фрустрированности у сотрудников МЧС по гендерным различиям

Шкала	Результаты		Диапазон		
	Мужчины	Женщины	Низкий	Средний	Высокий
УФ	0,8 ± 0,7	1,2 ± 0,4	0–1,9	2–2,9	3,0–4,0

С помощью коэффициента корреляции Спирмена у сотрудников-мужчин были выявлены на достоверном уровне следующие взаимосвязи:

*Прямая взаимосвязь* между эмоциональным истощением и уровнем социальной фрустрированности (+0,732\*\*). Следовательно, чем больше сотрудники эмоционально истощены, тем выше уровень их неудовлетворенности своими достижениями в основных аспектах жизнедеятельности.

*Обратная взаимосвязь* между уровнем субъективного контроля и уровнем социальной фрустрированности (-0,763\*\*). Из этого можно заключить, что чем выше у сотрудников-мужчин уровень субъективного контроля, тем ниже уровень их социальной фрустрированности, тем больше они удовлетворены своим социальным статусом.

*Обратная взаимосвязь* между уровнем субъективного контроля и эмоциональным истощением (-0,642\*\*) и деперсонализацией(-0,601\*\*). Таким образом, чем выше у сотрудников-мужчин развита интернальность, тем меньше они склонны к эмоциональному истощению и негативному отношению к субъектам профессиональной деятельности.

С помощью коэффициента корреляции Спирмена у сотрудниц-женщин была выявлена на достоверном уровне лишь одна взаимосвязь – между уровнем субъективного контроля и уровнем социальной фрустрированности (-0,727\*\*). Из этого следует, что чем выше у сотрудниц развит уровень субъективного контроля, тем меньше они подвержены социальной фрустрированности.

В результате исследования у всех групп обследуемых выявлена обратная взаимосвязь между уровнем субъективного контроля и уровнем социальной фрустрированности. Из этого можно сделать вывод, что чем выше их личная ответственность за события, происходящие в их жизни, тем больше они удовлетворены своей жизнью в целом. Также исследование выявило, что сотрудницы-женщины в системе МЧС более подвержены профессиональному выгоранию, нежели сотрудники-мужчины. Однако уровень субъективного контроля у сотрудниц-женщин не оказывает влияние на профессиональное выгорание, в отличие от

сотрудников-мужчин у которых эти характеристики напрямую взаимосвязаны. У сотрудников-мужчин уровень субъективного контроля взаимосвязан с такими фазами профессионального выгорания, как эмоциональное истощение и деперсонализация. Таким образом, нами продемонстрированы различия в таких личностных особенностях, как уровень субъективного контроля, уровень социальной фрустрированности и фазами профессионального выгорания у сотрудников МЧС, в том числе зависимости от гендерной принадлежности.

### **Список литературы**

1. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания. Питер, 2009. 336 с.
2. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика: практ. пособие. 3-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт, 2018. 343 с.
3. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учеб. пособие. Самара: «БАХРАХ-М», 2017. 672 с.
4. Рубцова Н.Е., Леньков С.Л. Статистические методы в психологии. М.: УМК «Психология». 2005. 84 с.
5. Филиппченкова С.И. Профессиональный стресс и социально-психологическая адаптация специалиста в изменяющихся условиях профессиональной деятельности: учеб. пособие. Тверь: ТГТУ, 2009. 120 с.
6. Rotter J.B. Social learning and clinical psychology. NY.: Prentice-Hall, 1954.

### **RESEARCH OF THE LOCUS OF CONTROL AND LEVEL OF FORMATION OF PROFESSIONAL BURNING OUT AT THE STAFF OF REGIONAL GOVERNMENT OF THE MINISTRY OF EMERGENCY SITUATIONS**

**A.R. Grigoryan, O.V. Zakharova, S.I. Filippchenkova**

Tver State Technical University

Results of the teoretiko-applied research directed to studying of a locus of control and level of formation of professional burning out depending on gender distinctions, experience and an official experience of fire rescuers for the purpose of creation of psychological model of the professional employee of the Ministry of Emergency Situations are presented in article. Results of a research allowed to eksplitsirovat significant differences in manifestation of the specified personal lines at fire rescuers at different steps of professionalizing.

**Keywords:** *personal characteristics, professional activity, fire-rescue, structural model.*

*Об авторах:*

ГРИГОРЯН Арсен Рафикович – аспирант ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет» (170026, Тверь, ул. Аф. Никитина, 22); e-mail: grigoryan\_112@mail.ru

ЗАХАРОВА Ольга Викторовна – аспирант ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет» (170026, Тверь, ул. Аф. Никитина, 22); e-mail: olga.zakharova.71@list.ru

ФИЛИППЧЕНКОВА Светлана Игоревна – доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры психологии и философии ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет» (170026, Тверь, ул. Аф. Никитина, 22); e-mail: sfilippchenkova@mail.ru