

**Взаимосвязь особенностей ценностных ориентаций сотрудников с развитием эмоционального выгорания.**

**Научный руководитель – Гапонова София Александровна**

*Ловков Сергей Григорьевич*

*Аспирант*

Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина,  
Нижегородская область, Россия  
*E-mail: lovscom@yandex.ru*

В настоящее время к человеку, как к субъекту труда, предъявляются повышенные требования. Постоянно изменяются формы и методы организации, требуется осваивать новые, высокотехнологичные инструменты и развитые средства коммуникации. Все эти требования, а так же все ускоряющийся темп жизни не могут не сказаться на психологическом благополучии.

Одной из главных угроз психологическому благополучию сейчас выступает синдром эмоционального выгорания. После выявления этого феномена в конце прошлого века, он широко изучается как в зарубежной, так и в отечественной психологии. Такие исследователи, как К. Маслач, С. Джексон, В.В.Бойко, В.Е. Орел внесли большой вклад в формирование современного представления о выгорании [1, 3]. Особенное распространение этот феномен получил среди специалистов «помогающих» профессий, т.е. профессий, относящихся к сфере «человек - человек» и отличающихся эмоционально - нагруженным общением.

Современные исследователи выделяют три группы факторов, влияющих на развитие синдрома эмоционального выгорания. Во-первых, это организационные факторы, связанные с окружением субъекта труда. Во-вторых, ролевые факторы, фокусирующие внимание на взаимодействии работника с организацией. И, наконец, факторы, определяемые свойствами самого субъекта. К настоящему моменту проведено множество исследований и выявлен ряд конкретных факторов, значимо влияющих на развитие выгорания. Однако, сам психологический механизм феномена остается нераскрытым [4]. И, поскольку выгорание связано с профессиональной деятельностью человека, было бы логичным обратить внимание именно на исследование компонентов деятельности, как факторов выгорания. К таким компонентам можно отнести структуры, отвечающие за регуляцию деятельности: мотивы, смыслы и их составные элементы - ценности [2].

Целью исследования было проверка наличия связи между свойствами личности, как ценностные ориентации и развитием синдрома эмоционального выгорания.

Гипотеза исследования состоит в том, что существует связь между потребностями и ценностями человека и развитием эмоционального выгорания.

Для определения степени выгорания применялась методика диагностики уровня профессионального выгорания В.В. Бойко, для установления ценностных ориентаций - методика «Ценностные ориентации» М. Рокича, позволяющая судить о значимости для человека основных ценностей и методика «Шкала экзистенции» А. Лангле.

В исследовании приняли участие 44 медицинских работника поликлиники в возрасте от 35 до 61 года со средним специальным и высшим образованием. В силу специфики места проведения исследования, в выборку вошли только женщины. Стаж работы испытуемых по специальности не менее 10 лет, на последней должности - от 2 до 25 лет. Семейное положение распределяется следующим образом: 30 представительниц выборки на момент исследования находились замужем, 14 - нет.

В результате исследования были получены следующие данные. Примерно пятая часть испытуемых - 19% не испытывает признаков выгорания или находится на начальной стадии процесса - стадии напряжения. Более половины - 59% демонстрирует признаки следующей стадии - сопротивления. Наконец, 23% испытуемых находятся на конечной стадии выгорания - стадии истощения. Эти данные согласуются с данными других исследований, утверждающих, что распространение эмоционального выгорания среди представителей помогающих профессий составляет 60-80% [5].

Так же выявлено, что у сотрудников, которые демонстрировали приверженность индивидуалистическим ценностям по методике Рокича, уровень выгорания был, в среднем, выше, чем у сотрудников, которые заявили о приверженности альтруистическим ценностям. Данное отличие является статистически значимым по критерию Стьюдента, и имеет параметры  $t = 5.04$ ;  $df = 22$ ;  $p = 0.0003$ . Вместе с тем, обратил на себя внимание тот факт, что разброс уровня выгорания в группе, проявившей альтруистические ценности явно отличался от нормального. Фактически, сформировалось две подгруппы: одна с низким уровнем выгорания, а другая - с высоким. Для этих подгрупп был проанализирован результат, полученный по методике «Шкала экзистенции». Оказалось, что по шкале «Ответственность» группа с низким уровнем выгорания показывает довольно высокие значения. И наоборот, группа с высоким уровнем выгорания имеет низкие значения по шкале «Ответственности».

Такое расхождение может быть интерпретировано следующим образом. В группе с высокими показателями ответственности альтруистические ценности действительно переживаются людьми. Это и является причиной низкого уровня выгорания. В группе с низким показателем ответственности альтруистические ценности не являются по-настоящему переживаемыми. Люди их только декларируют. Это объясняет высокий уровень эмоционального выгорания.

Таким образом, гипотеза о связи между развитием синдрома эмоционального выгорания и ценностными ориентациями человека подтвердилась. Более того, исследование показало, что в аспекте изучения выгорания существует значимое различие между актуально переживаемыми ценностями и ценностями декларируемыми.

### Источники и литература

- 1) Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2-е изд. — СПб.: Питер, 2008. — 358 с.
- 2) Ермакова Е.В. Изучение синдрома эмоционального выгорания как нарушения ценностно-смысловой сферы личности (теоретический аспект) // Культурно-историческая психология. — 2010. — № 1. — С. 27–39.
- 3) Орел В.Е. Синдром психического выгорания личности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. — 450 с.
- 4) Орел В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования // Психологический журнал. — 2001. — Т.22. — № 1. — С. 90–101.
- 5) Трухан Е.А., Азарко Т.В. Полимотивированность деятельности и профессиональное выгорание // Психологический журнал. — 2013. - №1/2, С.43-50.