

## ЗАКОНОМЕРНОСТИ ТРАНСФОРМАЦИИ СОСТОЯНИЯ ПСИХИЧЕСКОГО ВЫГОРАНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ

Молчанова Л.Н.

ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Минздрава России, Курск,  
e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru

Статья посвящена исследованию закономерностей структурно-динамических изменений состояния психического выгорания в процессе трансформации в личностные свойства у социальных работников, независимо от специфики условий и содержания их профессиональной деятельности. Методологией исследования является структурно-процессуальный подход. В соответствии с ним повторяющиеся в каждой фазе структурно-динамические изменения состояния психического выгорания рассматриваются как закономерности его трансформации. Так в фазе «истощение» состояния психического выгорания выявлены общие для социальных работников закономерности его трансформации в свойства саморегуляции: самая высокая интегрированность взаимосвязей структурных элементов состояния психического выгорания, в том числе с личностными свойствами, его влияние на личностные свойства.

**Ключевые слова:** структурно-динамические изменения, закономерности трансформации, состояние психического выгорания, социальные работники

## REGULARITIES OF THE TRANSFORMATION OF THE MENTAL BURNOUT CONDITION OF SOCIAL WORKERS

Molchanova L.N.

Kursk state medical University of Russia health Ministry, Kursk, e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru

The article is devoted to investigation of regularities of the structural – dynamic changes of the mental burnout condition in the process of transformation in personal characteristics of social workers, regardless of the specifics of the conditions and content of their professional activities. Structural-procedural approach is a research methodology. Structural-dynamic changes of the state of mental burnout, repeated in each phase are treated as patterns of its transformation. Common regularities of the transformation of the mental burnout in the properties of self-regulation among social workers identified in the phase of «exhaustion»: the highest integration of the interrelationships between the structural elements of the mental burnout condition, including personal characteristics, and its influence on personal characteristics.

**Keywords:** structurally-dynamic changes, transformation, condition of mental burning out, social workers

Проблема психического выгорания социальных работников является относительно малоисследованной в отечественной психологии, но довольно актуальной, что обеспечивается, с одной стороны, высокой социальной востребованностью и мультифункциональностью их профессии, а с другой – малопрестижностью и сверхнапряженностью ее условий и содержания. Наряду с этим по-прежнему в предметное поле исследований попадает регуляция психического выгорания и его детерминированность внутривидовыми различиями [4, 6].

Исследовательская позиция в изучении психического выгорания характеризуется его пониманием как трехкомпонентного состояния истощения физических, эмоциональных и когнитивных ресурсов, характерного для представителей профессий типа «человек-человек» и проявляющегося в виде ригидности мышления, эмоционального равнодушия, личностной отстраненности, ощущения профессиональной неэффективности, цинизма в отношениях с клиентами и коллегами и др. [7, 10]. Со-

стояние психического выгорания более срока лет анализируется с позиций результативных и процессуальных подходов [7, 9]. Среди современных научных подходов, объясняющих его феноменологию и генезис, исследователи указывают на структурно-процессуальный [5]. Согласно структурно-процессуальному подходу и методологии К.К. Платонова [8] о взаимосвязи и взаимопереходе психических процессов, психических состояний и свойств личности предположили, что генезис каждой последующей фазы в состоянии психического выгорания сопровождается усилением интегрированности структуры взаимосвязей всех элементов, в том числе и с личностными свойствами. Самая высокая интегрированность взаимосвязей структурных элементов состояния психического выгорания, в том числе с личностными свойствами, его влияние на личностные свойства предположительно диагностируется в фазе «истощение». Это может привести к его трансформации в личностные свойства. Таким образом, повторяющиеся во всех фазах состояния психического выгорания его

структурно-динамические изменения рассматриваем как закономерности трансформации в личностные свойства [5].

В связи с вышеизложенным, цель исследования состояла в изучении закономерностей трансформации состояния психического выгорания в личностные свойства у социальных работников как оснований в разработке универсальной модели его регуляции.

### Материалы и методы исследования

Исследование закономерностей трансформации состояния психического выгорания было реализовано на базах муниципального учреждения «Центр социально-бытового обслуживания населения «Участие» и дома-интерната ветеранов войны и труда и (г. Курск). В соответствии с критерием внутрипрофессиональных различий общая выборка участников исследования из 138 человек в возрасте от 22 до 59 лет была проградирована по уровню образования на две группы. Одна из них включала 78 специалистов социальной работы со средним стажем профессиональной деятельности 10,47±5,19 лет. Их средний возраст равнялся 35,34±5,69 лет. Вторая группа состояла из 60 социальных работников, средний стаж профессиональной деятельности равнялся 13,06±3,41 лет, а средний возраст 32,74±3,13 лет. Психодиагностический комплекс методик составили опросник «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко, опросник психического выгорания А.А. Рукавишникова, 16-факторный личностный опросник Р. Кэттелла. Количественная и качественная оценка данных осуществлялась с помощью методов описательной, сравнительной статистики, корреляционного анализа, а статистическая обработка результатов исследования – с помощью компьютерной программы «Statistica 6.0».

Внутрипрофессиональные различия социальных работников представлены условиями и содержанием их профессиональной деятельности: степенью эмоциональной напряженности и включенности в проблемы клиентов, интенсивностью и продолжительностью общения с разновозрастным/одновозрастным контингентом клиентов, периодичностью/постоянством и глубиной контактов с ними, их «мотивированностью», соприкосновением с такими стресс-факторами, как потеря работы, смена социального статуса и др.

Данные исследований о связи между длительностью профессиональной деятельности и психическим выгоранием достаточно противоречивы. Так, в одних исследованиях имеются доказательства отсутствия значимых корреляций между длительностью профессиональной деятельности и психическим выгоранием [2]. В других работах продемонстрирована прямая или обратная зависимость между ними [1, 3, 7, 9]. К примеру, С. Maslach (1993) доказано, что социальные работники начинают выгорать спустя 2–4 года профессиональной деятельности [9].

### Результаты исследования и их обсуждение

Диагностика состояния психического выгорания социальных работников по методике «Диагностика уров-

ня эмоционального выгорания» В.В. Бойко показала у социальных работников в фазах «напряжение»  $X_{cp} = 43,43 \pm 4,59$ , «резистенция»  $X_{cp} = 52,04 \pm 3,55^{cp}$  и «истощение»  $X_{cp} = 40,78 \pm 4,57$  умеренную его выраженность, а у специалистов социальной работы в фазах «резистенция»  $X_{cp} = 70,75 \pm 4,46$  и «истощение»  $X_{cp} = 62,08 \pm 4,78$  – высокую выраженность; фаза «напряжение» умеренно выражена:  $X_{cp} = 58,58 \pm 4,14$ . Сравнительный анализ выраженности состояния психического выгорания засвидетельствовал тот факт, что специалисты социальной работы в большей степени подвержены его влиянию, продемонстрировав достоверно высокие значения (в фазе «напряжение»  $U_{эмл} = 79,5^*$  при  $p = 0,042$ , в фазе «резистенция»  $U_{эмл} = 59,0^*$  при  $p = 0,006$  и в фазе «истощение»  $U_{эмл} = 63,0^*$  при  $p = 0,009$ ).

Динамика состояния психического выгорания у социальных работников на различных этапах профессиональной деятельности характеризуется следующими общими и специфическими тенденциями: у социальных работников с длительностью профессиональной деятельности до пяти лет – значимостью различий в выраженности показателей состояния психического выгорания в фазах «напряжение» и «резистенция» ( $U = 34,5^*$  при  $p = 0,010$ ), «резистенция» и «истощение» ( $U = 29,0^*$  при  $p = 0,004$ ), что свидетельствует о несотопосимости фаз состояния психического выгорания с длительностью этапов профессиональной деятельности и её преимущественном проецировании на трансформацию состояния психического выгорания; у специалистов социальной работы – отсутствием достоверных различий в выраженности показателей состояния психического выгорания в фазах «напряжение» и «резистенция», а также «резистенция» и «истощение», что указывает на соотносимость фаз состояния психического выгорания с длительностью этапов профессиональной деятельности и её проецирование на трансформацию состояния психического выгорания.

С помощью опросника психического выгорания А.А. Рукавишникова была проведена диагностическая процедура по оценке выраженности структурных элементов состояния психического выгорания социальных работников. Оказалось, что независимо от внутрипрофессиональных различий выраженность структурных элементов «психоэмоциональное истощение» и «личностное отдаление» соответствовала среднему уровню, а элемента «профессиональная мотивация» – высокому. Так у специалистов социальной работы и социальных

работников «психозмоциональное истощение» составило  $X_{\text{ср.}} = 24,40 \pm 2,24$  и  $X_{\text{ср.}} = 28,30 \pm 3,27$ , «личностное отдаление» равнялось  $X_{\text{ср.}} = 24,63 \pm 3,24$  и  $X_{\text{ср.}} = 28,98 \pm 2,90$ , а «профессиональная мотивация» –  $X_{\text{ср.}} = 26,37 \pm 3,45$  и  $X_{\text{ср.}} = 28,13 \pm 2,17$ .

Следующий этап исследования состоял в изучении динамики выраженности структурных элементов состояния психического выгорания социальных работников в его различных фазах, в результате которого были обнаружены общие закономерности (см. табл. 1, 2).

Таблица 1

Значимость различий в выраженности структурных элементов состояния психического выгорания социальных работников ( $U$ -критерий Манна-Уитни,  $p \leq 0,05$ ;  $U_{\text{эмп.}}^* < U_{\text{кр.}}$ )

Фазы выгорания. Структурные элементы	Фаза «напряжение» (1)				Фаза «резистенция» (2)				Фаза «истощение» (3)			
	$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_X$	Качественный	(1)–(2)		$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_X$	Качественный	(2)–(3)		$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_X$	Качественный	(1)–(3)	
			$U_{\text{эмп.}}$	$p$			$U_{\text{эмп.}}$	$p$			$U_{\text{эмп.}}$	$p$
«психозмоциональное истощение»	18,49 ± 3,38	Низкий уровень выраженности	136,0*	0,001	28,50 ± 2,93	Средний уровень выраженности	1136,5*	0,019	37,92 ± 3,50	Высокий уровень выраженности	119,5*	9,31E-7
«личностное отдаление»	24,43 ± 3,58	Средний уровень выраженности	196,0*	0,025	26,39 ± 2,20	Средний уровень выраженности	880,5*	0,0002	36,12 ± 2,92	Высокий уровень выраженности	188,5*	0,0001
«профессиональная мотивация»	25,23 ± 2,64	Высокий уровень выраженности	197,0*	0,023	28,78 ± 2,04	Высокий уровень выраженности	150,5*	0,043	30,38 ± 1,83	Высокий уровень выраженности	254,5*	0,003

\* – значимость различий.

Таблица 2

Значимость различий в выраженности структурных элементов состояния психического выгорания специалистов социальной работы ( $U$ -критерий Манна-Уитни,  $p \leq 0,05$ ;  $U_{\text{эмп.}}^* < U_{\text{кр.}}$ )

Фазы выгорания. Структурные элементы	Фаза «напряжение» (1)				Фаза «резистенция» (2)				Фаза «истощение» (3)			
	$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_X$	Качественный	(1)–(2)		$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_X$	Качественный	(2)–(3)		$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_X$	Качественный	(1)–(3)	
			$U_{\text{эмп.}}$	$p$			$U_{\text{эмп.}}$	$p$			$U_{\text{эмп.}}$	$p$
«психозмоциональное истощение»	7,71 ± 2,20	Крайне низкий уровень выраженности	1,5*	3,0E-6	22,00 ± 1,87	Средний уровень выраженности	10,00*	0,0002	43,50 ± 2,66	Высокий уровень выраженности	0,00*	6,0E-6
«личностное отдаление»	15,58 ± 3,65	Низкий уровень выраженности	58,0*	0,003	25,82 ± 3,02	Средний уровень выраженности	518,5*	0,030	32,50 ± 3,05	Высокий уровень выраженности	31,0*	0,0004
«профессиональная мотивация»	19,23 ± 3,74	Средний уровень выраженности	89,5*	0,046	28,27 ± 3,01	Высокий уровень выраженности	22,0*	0,050	31,60 ± 3,61	Высокий уровень выраженности	46,0*	0,0023

\* – значимость различий.

Структурные элементы «психозмоциональное истощение» и «личностное отдаление» состояния психического выгорания в фазе «резистенция» имеют среднюю, а в фазе «истощение» – высокую выраженность (см. табл. 1,2). Нарастание выраженности всех структурных элементов состояния психического выгорания во всех его фазах и их самые высокие значения в фазе «истощение», а в фазах «напряжение» и «резистенция» – гетерохронность динамики выраженности структурных элементов. Это означает, что в фазе «напряжение» у специалистов социальной работы первым и единственным диагностируемым структурным элементом выступает «профессиональная мотивация». У социальных работников такие структурные элементы, как «профессиональная мотивация» и «личностное отдаление» достигли диагностируемого уровня. В фазе «резистенция» у всех социальных работников состояние психического выгорания представлено двухкомпонентной структурой, характеризующейся такой последовательностью проявлений элементов, как «профессиональная мотивация», «личностное отдаление», «психозмоциональное истощение». Различия на уровне статистической значимости во всех фазах состояния психического выгорания наблюдаются в выраженности всей его структуры (см. табл. 1, 2).

Таким образом, при генезисе каждой последующей фазы состояния психического выгорания значимо увеличивается уровень истощения психозмоциональных, мотивационных, личностных, энергетических ресурсов социальных работников, а также усиливаются их негативизм и безразличие к профессиональным обязанностям. При этом значительно уменьшается мотивация, усиливается чувство своей профессиональной несостоятельности и неудовлетворенности работой.

С помощью процедуры корреляционного анализа была реализована оценка динамики взаимосвязей структурных элементов состояния психического выгорания социальных работников. В результате были выявлены общие закономерности структурно-динамических изменений в фазе «истощение». Среди них следует отметить значимое увеличение выраженности структурного элемента «психозмоциональное истощение», самую высокую интегрированность структуры, включающей элементы «психозмоциональное истощение» и «личностное отдаление». Так, у социальных работников выявлено, что в фазах «напряжение», «резистенция» и «истощение»  $R=0,62^*$ ,  $R=0,77^{**}$  и  $R=0,89^{**}$ , а у специалистов социальной работы:  $R=0,71^*$ ,  $R=0,76^{**}$

и  $R=0,89^{**}$ . Также выявлена наиболее высокая интегрированность взаимосвязей всех структурных элементов («профессиональная мотивация» и «личностное отдаление» в фазах «резистенция» и «истощение» у социальных работников:  $R=0,76^{**}$ ;  $R=0,80^{**}$ , а у специалистов социальной работы:  $R=0,69^*$ ;  $R=0,76^{**}$ ; между структурными элементами «профессиональная мотивация» и «психозмоциональное истощение» в фазе «истощение» у социальных работников:  $R=0,82^{**}$ , у специалистов социальной работы:  $R=0,82^{**}$ ) и со свойствами саморегуляции: моральной нормативностью ( $G$ ) и самодисциплиной ( $Q3$ ) (у социальных работников:  $R(G)=-0,79^{**}$ ;  $R(Q3)=-0,83^{**}$ ; у специалистов социальной работы:  $R(G)=-0,66^*$ ;  $R(Q3)=-0,67^*$ ). Этот факт подтверждает предположение о трансформации состояния психического выгорания социальных работников в личностные свойства.

Исследование выраженности свойств саморегуляции в различных фазах состояния психического выгорания, выполненное с помощью 16-факторного личностного опросника Р. Кэттелла, засвидетельствовало в фазе «истощение» общие для специалистов социальной работы и социальных работников тенденции: низкие показатели моральной нормативности и самодисциплины, что указывает на безответственность и неорганизованность: у социальных работников  $G(X_{cp}) = 3,67 \pm 1,14$  балла и  $Q3(X_{cp}) = 3,15 \pm 1,73$  балла, у специалистов социальной работы  $G(X_{cp}) = 3,33 \pm 2,39$  балла и  $Q3(X_{cp}) = 3,00 \pm 1,04$  балла; влияние психического выгорания на свойства саморегуляции, о чем свидетельствуют достоверные различия в выраженности моральной нормативности и самодисциплины ( $G(U_{эмп}) = 0,00^{**}$  при  $p = 3,63E-8$ ;  $Q3(U_{эмп}) = 0,00^*$  при  $p = 7,27E-8$  у социальных работников, у специалистов социальной работы  $G(U_{эмп}) = 0,00^*$  при  $p = 0,050$  и  $Q3(U_{эмп}) = 0,00^*$  при  $p = 0,025$ ).

Выводы. Таким образом, цель настоящего исследования реализована, что позволило сформулировать следующие выводы: во-первых, преимущественная конгруэнтность фаз состояния психического выгорания с этапами профессиональной деятельности социальных работников и полная – у специалистов социальной работы указывают на специфическое проецирование длительности профессиональной деятельности на его трансформацию, которое проявляется в гетерохронной выраженности структурных элементов в фазах «напряжение» и «резистенция»; во-вторых, выявленные закономерности трансформации состояния

психического выгорания в свойства саморегуляции (моральную нормативность и самодисциплину) можно рассматривать в качестве оснований его регуляции.

#### Список литературы

1. Елькин И.О., Алиева Н.Ф. Возрастные детерминанты эмоционального выгорания у педагогов-дефектологов // Системная интеграция в здравоохранении. – №4(15). – 2011. – С. 39–51 – URL: <http://www.sys.int.RU> (дата обращения: 11.05.12).
2. Ларенцова Л.И. Феномен психологического выгорания специалиста и пути предотвращения феномена // Прикладная юридическая психология. – 2008. – № 4. – С. 52–70.
3. Лукьянов В.В. Эмпатия, профессиональный стаж и особенности синдрома эмоционального выгорания у психиатров-наркологов // Проблемы исследования синдрома «выгорания» и пути его коррекции у специалистов «помогающих» профессий (в медицинской, психологической и педагогической практике): сб. науч. ст. / Под ред. В.В. Лукьянова, С.А. Подсадного; Курск. гос. ун-т. – Курск: КГУ, 2007. – С. 100–102.
4. Молчанова Л.Н. Внутрипрофессиональная дифференциация состояния выгорания в педагогической деятельности // Казанский педагогический журнал. – 2009. – № 9–10. – С. 124–133.
5. Молчанова Л.Н., Старкова Е.Е. Трансформация состояния психического выгорания в личностные свойства как проявление профессиональной деформации представителей профессий помогающего типа // Вестник Костромского государственного университета имени Н.А. Некрасова. Серия: «Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика». – 2013. – № 3. – С. 40–44.
6. Никишина В.Б., Молчанова Л.Н. Состояния выгорания медицинских работников в контексте внутрипрофессиональной дифференциации // Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В.Г. Белинского. – 2011. – № 24. – С. 986–993.
7. Орёл В.Е. Синдром психического выгорания личности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. – 330 с.
8. Платонов К.К. Система психологии и теория отражения. – М.: Наука, 1982. – 309 с.
9. Maslach C. BURnoUt: A mUltidimensional peRspective // PProfessional bURnoUt: Recent developments in the theoRy and ReseaRch / C. aslach; ed. W.B. SchaUfeli, CR. Maslach, T. MaRek. – WashinGton D.C: TayloR & FRancis, 1993. – P. 19–32.
10. Maslach C. BURnoUt. The Cost of CaRinG. EnGlewood Cliffs; PRentice – Hall, 1982. – 177 p.