

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2020.45.1.001

Взаимосвязь профессионального выгорания и локуса контроля у студентов различных типов профессий

Неруш Татьяна Григорьевна

Кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры управления персоналом и психологии,
Саратовский социально-экономический институт (филиал),
Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова,
410003, Российская Федерация, Саратов, ул. Радищева, 89;
e-mail: tgner@mail.ru

Неруш Антон Александрович

Магистрант,
Саратовский национальный исследовательский
государственный университет им. Н.Г. Чернышевского,
410012, Российская Федерация, Саратов, ул. Астраханская, 83;
e-mail: antonnertakagi@gmail.com

Бирюков Дмитрий Игоревич

Магистрант,
Саратовский национальный исследовательский
государственный университет им. Н.Г. Чернышевского,
410012, Российская Федерация, Саратов, ул. Астраханская, 83;
e-mail: dmitry.birukov1997@gmail.com

Аннотация

В статье рассмотрена проблема выгорания студентов – поколения «миллениалов», выгорающего на работе, согласно результатам исследования Gallup, чаще чем другие поколения. Отмечена важность ранней диагностики и вмешательства в данный процесс в условиях вуза для его предотвращения в будущем. С целью выявления взаимосвязи профессионального выгорания и локуса контроля у студентов было организовано и проведено онлайн-исследование выборки студентов вузов России (n=200) в возрасте 18–30 лет, представляющих типы профессий: «человек-человек», «человек-знак», «человек-техника», «человек-художественный образ», «человек-природа». Выявлена распространенность выгорания в студенческой среде, его профессиональные различия, взаимосвязи между типом профессии студентов и интернальностью, выгоранием студентов (его субфакторами) и их парциальными показателями локуса контроля. Отмечено, что связь между выгоранием студентов и локусом контроля носит неоднородный характер.

Для цитирования в научных исследованиях

Неруш Т.Г., Неруш А.А., Бирюков Д.И. Взаимосвязь профессионального выгорания и локуса контроля у студентов различных типов профессий // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2020. Т. 9. № 1А. С. 7-13. DOI: 10.34670/AR.2020.45.1.001

Ключевые слова

Профессиональное выгорание, локус контроля, типы профессий, студенческое выгорание, миллениалы.

Введение

Проблема профессионального выгорания актуальна для современной психологии. Исследование Международного Института Gallup (n=7500) показало, что около двух третей сотрудников (66%) занятых полный рабочий день испытывают профессиональное выгорание [Wigert, Agrawal, 2018, www]. По данным опроса «ВЦИОМ» треть россиян (33%) обвиняют проблемы со здоровьем, работу и стресс [Тяжелый труд..., 2019, www], которые порождают их профессиональное выгорание. Внимание исследователей привлекает проблема распространенности выгорания среди студентов. Отмечается, что его проявления могут выражаться в форме разочарования в профессии, раздумий о том, как ее сменить, ухудшении физического и психического здоровья и т.д. Выгорание студентов анализируется, в частности, как: проекция их профессиональных мотивов (Т.И. Черникова); феномен, связанный с их успеваемостью (R.Paloş, L.P. Maricuţoiu, I. Costea, Ю.А. Маркова, Е.Б. Мареева); реакция на напряженную эмоционально коммуникативную и учебную деятельность в вузе (О.С. Глазачев). Изучаются роль выгорания студентов в прогнозировании их выгорания в будущем, в переходе от университета к работе, а также влияние выгорания студентов на их выгорание на работе [Robins T., Roberts R., Sarris, 2018]. Современных студентов объединяет, то, что все они, согласно «теории поколений» являются «поколением Y» («миллениалов») [Howe, Strauss, 1991]. Результаты исследования Gallup (n=7500) показали, что миллениалы испытывают выгорание на работе в большем количестве (75%), чем другие поколения, около 3 из 10 миллениалов сгорают на работе, а 7 из 10 испытывают некоторый уровень выгорания на рабочем месте [Pendell, 2018, www]. Данные результаты подтверждают значимость ранней диагностики и вмешательства в процесс выгорания в университетских условиях, как для уменьшения выгорания студентов, так и для предотвращения выгорания от работы в будущем.

Методологические основы исследования

Методологической основой исследования выгорания студентов явились основные положения, сформулированные в работах отечественных и зарубежных исследователей (Х. Дж. Фрейдбергер, К. Маслач, П. Торнтон, К. Кондо, Е. Махер А. Пайнс, В.Е. Орел, Ю.П. Поваренков и др.). Первые исследования выгорания начаты с фиксации и описания эмоционального истощения у волонтеров социальных служб, работавших с клиентами и их проблемами [Freudenberger, 1974]. Результаты современных исследований показали, что феномен выгорания является общепрофессиональным, т.е. общим для всех типов профессий (В.Н. Димова, Е. С. Картавая, В.Е. Орел, А.В. Сечко, К.Н. Шестакова и др.). Выгорание

изучается в контексте профессионального становления личности как его деструктивная тенденция, проявляющаяся на всех его этапах, и анализируется как процесс с нарастанием его проявлений (В.Е. Орел, Ю.П. Поваренков). Начало данного процесса связывают с напряжением вследствие противоречия между ожиданиями, намерениями, идеалами и повседневной реальностью даже при наличии у сотрудника сильной начальной мотивации (К. Чернис, Дж. Эделвич, Р. Бродски, Л. Холлстен, М. Буриш и др.). Профессиональное выгорание исследуется как конструкт, включающий три компонента: эмоциональное истощение, деперсонализацию и снижение профессиональной эффективности [Maslach, Schaufeli, Leiter, 2001] и анализируется как профессиональный кризис, который связан с утратой ее смысла труда. Зарегистрирована сложная внешняя и внутренняя детерминация выгорания, его взаимосвязь с личностными особенностями, в том числе с локусом контроля. Начало изучению локуса контроля положил Дж. Роттер (1954). Данный феномен рассматривается как причина атрибуции достижений личности [Хьелл, Зиглер, 2017] и формирует ее представление о профессиональной успешности. Исследователи полагают, что чем более высокие показатели «интернальности», тем выше вероятность, что субъект обладает высокой степенью саморегуляции и ответственности, в отличие от экстернала (П. Гурин, К. Муздыбаев, С.Р. Пантелеев, В.В. Столин и др.). В целом профессиональное выгорание коррелирует с локусом контроля, но эта связь неоднозначна [Лукина, Бурлакова, 2018; Неруш, 2019]. Для выявления распространенности выгорания среди студентов различных типов профессий (по Е.А. Климову), оценки его уровня и уточнения его связи с локусом контроля было организовано и проведено эмпирическое исследование.

Выборка

Обследована выборка студентов вузов России ($n = 200$) в возрасте 18–30 лет, представляющих типы профессий: «человек-человек», «человек-знак», «человек-техника», «человек-художественный образ», «человек-природа».

Методы исследования

Исследование проводилось анонимно в цифровом формате. «Опросник на выгорание (MBI)» (К. Маслач и С. Джексон, адаптированный Н.Е. Водопьяновой и модифицированный авторами исследования) и «Опросник Уровня Субъективного Контроля (УСК)» (Е.Ф. Бажин, Е.А. Голынкина, А.М. Эткинд) были размещены в сети Интернет на платформе «Google Формы», ссылки на них распространялись через социальную сеть «В Контакте» на страницах вузов России. Обработка и анализ данных (Критерий χ^2 , Критерий V Крамера) осуществлялись на базе программы SPSS [Неруш, 2019].

Результаты и их обсуждение

Анализ результатов «Опросника на выгорание MBI» показал, что у 1% респондентов выявлен крайне высокий «Индекс выгорания», у 25% – высокий, у 61% – средний, у 13% – низкий. Анализ результатов по отдельным шкалам показал, что: 1) у 13% респондентов выявлен крайне высокий уровень эмоционального истощения; у 25,5 % – высокий, 30,5% – средний, 22 % – низкий, 9% –крайне низкий; 2) у 3,5% респондентов выявлен крайне высокий уровень деперсонализации, у 15,5% – высокий, у 27,5% – средний, у 35% – низкий, у 18,5% – крайне низкий; 3) у 1,5% студентов выявлен очень высокий уровень редукции профессиональных

достижений; у 12% – высокий, у 39% – средний, у 38,5 – низкий. Таким образом, у 86% опрошенных студентов выявлено профессиональное выгорание различной степени выраженности, у 66% – развитие эмоционального истощения, у 46,5% – деперсонализации, у 52,5% – редукции профессиональных достижений. Установлена статистически значимая связь между типом профессии и уровнем эмоционального истощения ($p=0,032$, $df=16$), а так же типом профессии и уровнем редукции профессиональных достижений ($p<0,001$, $df=16$). Выявлено, что эмоциональное истощение наиболее распространено среди студентов профессий «человек-знак» и «человек-человек», а наивысшая степень редукции профессиональных достижений проявляется у студентов профессий «человек-художественный образ» и «человек-природа».

Анализ результатов опросника «Уровень субъективного контроля (УСК)», показал, что у 4% респондентов выявлен низкий уровень интернальности, у 82% – средний, 14% – высокий. Обнаружена статистически значимая связь между типом профессии и интернальностью ($p<0,001$, $df=8$). Установлено, что наиболее высокие значения интернальности проваливаются у студентов, чья профессия относится к типу «человек-человек», а наиболее низкие – «человек-природа». Анализ результатов по отдельным шкалам показал, что обследованной выборке наиболее распространены высокие значения по шкале «Интернальность в области межличностных отношений» (50,5%), что позволяет предположить, что каждый второй респондент считает себя в силах контролировать свои неформальные отношения с другими людьми, вызывать уважение и симпатию к себе.

Проведен анализ корреляционных связей между показателями «Опросника на выгорание (МБИ)» и «Опросника Уровня Субъективного Контроля (УСК)». Анализ внутренних групп по критерию «тип профессии» показал, что статистически значимые связи отсутствуют. В целом по выборке Критерий χ^2 выявил следующие статистически значимые связи: 1. «Эмоциональное истощение» – «Интернальность в области достижений» ($p<0,001$, $df=8$); «Редукция профессиональных достижений» – «Интернальность в области достижений» ($p<0,001$, $df=8$); «Редукция профессиональных достижений» – «Интернальность в области межличностных отношений» ($p=0,024$, $df=8$); «Редукция профессиональных достижений» – «Интернальность общая» ($p<0,001$, $df=8$). Критерий V Крамера показал наличие умеренной прямой связи ($p=30\pm 2$); 2. «Индекс выгорания» – «Интернальность в области достижений» ($p<0,002$, $df=6$); «Индекс выгорания» – «Интернальность в области межличностных отношений» ($p=0,028$, $df=6$); «Индекс выгорания» – «Интернальность в области производственных отношений» ($p=0,009$, $df=6$); «Эмоциональное истощение» – «Интернальность общая» ($p=0,009$, $df=8$); «Деперсонализация» – «Интернальность в области достижений» ($p=0,016$, $df=8$). Критерий V Крамера показал наличие слабой связи ($p=21\pm 2$). Таким образом, обнаружено, что связь между выгоранием студентов, его субфакторами и парциальными показателями локуса контроля носит неоднородный характер.

Заключение

Результаты проведенного исследования позволили зафиксировать широкую распространенность выгорания у студентов (86%) и описать его профессиональные различия. Выявлены статистически значимые связи между типом профессии студентов и интернальностью, а также между выгоранием (его субфакторами) и парциальными показателями локуса контроля студентов. Установлено, что связь между выгоранием студентов и локусом контроля неоднозначна. Полученные данные могут быть использованы в целях профилактики и коррекции студенческого выгорания.

Библиография

1. Тяжелый труд, бедность и старость: три причины болезней в России// ВЦИОМ №3954. 16.05.2019. URL: <https://wciom.ru/index.php?id=236&uid=9687> (дата обращения 06.01.2020).
2. Лукина В.С., Бурлакова А.Р. Взаимосвязь профессионального выгорания и локуса контроля // Вестник Северо-Восточного федерального университета им. М.К. Аммосова. Серия: Педагогика. Психология. Философия. 2018. №. 4 (12). С.91-95.
3. Неруш Т.Г., Неруш А.А. Профессиональное выгорание и локус контроля у студентов направления «Социальная работа»//В сборнике: Дыльновские чтения. Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции. Саратов: Изд-во «Саратовский источник», 2019. С. 356-362.
4. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. СПб.: Питер, 2017. 608 С.
5. Freudenberger H.J. Staff burn-out // Journal of Social Issues. 1974. Vol. 30. P.159-165.
6. Howe N., Strauss W. The Fourth Turning: What the Cycles of History Tell Us About America's Next Rendezvous with Destiny. N.Y., 1997. 382 p.
7. Maslach C.M., Schaufeli W.B., Leiter M.P. (2001) Job burnout. In: Annual Review of Psychology. Vol. 52, p. 397–422.
8. Pendell R. Millennials Are Burning Out. 19.07.2018. URL: <https://www.gallup.com/workplace/237377/millennials-burning.aspx> (дата обращения 06.01.2020).
9. Robins T. G., Roberts R. M., Sarris A. The role of student burnout in predicting future burnout: Exploring the transition from university to the workplace //Higher Education Research & Development. 2018. Vol. 37. №. 1. P. 115-130.
10. Wigert B. and Agrawal S. Employee Burnout, Part 1: The 5 Main Causes. 12.07.2018. URL: <https://www.gallup.com/workplace/237059/employee-burnout-part-main-causes.aspx> (дата обращения 06.01.2020).

The relationship of professional burnout and locus of control students of various types of professions

Tat'yana G. Nerush

PhD in Pedagogy, Docent,
Associate Professor at the Department of personnel management and psychology,
Saratov Socio-Economic Institute (branch),
Plekhanov Russian University of Economics,
410003, 89 Radishcheva st., Saratov, Russian Federation;
e-mail: tgner@mail.ru

Anton A. Nerush

Master student,
Saratov State University,
410012, 83 Astrakhanskaya st., Saratov, Russian Federation;
e-mail: antonnertakagi@gmail.com

Dmitrii I. Biryukov

Master student,
Saratov State University,
410012, 83 Astrakhanskaya st., Saratov, Russian Federation;
e-mail: dmitry.birukov1997@gmail.com

Abstract

The purpose of the article is to present the results of a study of the relationship between professional burnout and locus of control in students of various types of professions. The article discusses the problem of burnout of students – the generation of «millennials», which according to the result of the Gallup study burns out at work more often than other generations. An empirical study was organized to identify the prevalence of burnout among students of various types of professions, assess its level and clarify its relationship with the locus of control. An online study of a sample of Russian university students (n = 200) aged 18-30 years, representing the types of professions. The study was conducted using the following methods: «Maslach Burnout Inventory (MBI)» and «Subjective Control Level (USK)», which were posted on the Google Forms platform. Links to them were distributed through the «VKontakte» social network on the pages of Russian universities. Data processing and analysis was carried out on the basis of the PSPP program. An analysis of the results of the study showed the prevalence of burnout in the student's environment, its professional differences, statistically significant connections between the type of students' profession and internality, as well as between the burnout of students (its sub-factors) and their partial indicators of the locus of control. It is noted that the relationship between the burnout of students and the locus of control is heterogeneous. The results of the study can be used for the prevention and correction of students' burnout.

For citation

Nerush T.G., Nerush A.A., Biryukov D.I. (2020) Vzaimosvyaz' professional'nogo vygoraniya i lokusa kontrolya u studentov razlichnykh tipov professii [The relationship of professional burnout and locus of control students of various types of professions]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 9 (1A), pp. 7-13. DOI: 10.34670/AR.2020.45.1.001

Keywords

Burnout, locus of control, types of professions, Student Burnout, Millennials.

References

1. Tjzhkij trud, bednost' i starost': tri prichiny boleznej v Rossii [Hard work, poverty and old age: three causes of disease in Russia]. In: *VCIOM* [Russian Public Opinion Research Center] № 3954. 16.05.2019. URL: <https://wciom.ru/index.php?id=236&uid=9687> (date of the application 06.01.2020).
2. Lukina V.S., Burlakova A.R. (2018). Vzaimosvjaz' professional'nogo vygoraniya i lokusa kontrolja [The relationship of professional burnout and locus of control]. In: *Vestnik Severo-Vostochnogo federal'nogo universiteta im. M.K. Ammosova. Serija: Pedagogika. Psihologija. Filosofija* [Vestnik of North-Eastern Federal University. Pedagogics. Psychology. Philosophy], no. 4 (12), pp. 91-95. "
3. Nerush T.G., Nerush A.A. (2019) Professional'noe vygoranie i lokus kontrolja u studentov napravlenija «Social'naja rabota» [Professional burnout and locus of control among students of the Social Work direction]. In: *Dyl'novskie chtenija. Materialy VI Vserossijskoj nauchno-prakticheskoj konferencii* [Dylnov readings. Materials of the VI All-Russian Scientific and Practical Conference]. Saratov: Publishing House «Saratov Source», pp. 356-362.
4. (2017) H'ell L., Zigler D. *Teorii lichnosti* [Personality theories]. St. Petersburg: Peter, 608 p.
5. Freudenberger H.J. (1974) Staff burn-out. In: *Journal of Social Issues*. Vol. 30, pp.159-165.
6. (1997) Howe N., Strauss W. The Fourth Turning: What the Cycles of History Tell Us About America's Next Rendezvous with Destiny. N.Y., 382 p.
7. Maslach C.M., Schaufeli W.B., Leiter M.P. (2001) Job burnout. In: *Annual Review of Psychology*. Vol. 52, pp. 397–422.
8. Pendell R. *Millennials Are Burning Out*. 19.07.2018. URL: <https://www.gallup.com/workplace/237377/millennials->

-
- burning.aspx (date of the application 06.01.2020).
9. Robins T. G., Roberts R. M., Sarris A. (2018) The role of student burnout in predicting future burnout: Exploring the transition from university to the workplace In: *Higher Education Research & Development*. Vol. 37, no. 1, pp. 115-130.
10. Wigert B. and Agrawal S. 12.07.2018. URL: [https://www.gallup.com/workplace/Employee Burnout, Part 1: The 5 Main Causes /237059/employee-burnout-part-main-causes.aspx](https://www.gallup.com/workplace/Employee%20Burnout,%20Part%201%3A%20The%205%20Main%20Causes/237059/employee-burnout-part-main-causes.aspx) (date of the application 06.01.2020).