

УДК 159.947.5:159.942:343.81

DOI: 10.34670/AR.2022.65.80.023

Особенности фрустрационных реакций и эмоционального выгорания в профессиональной деятельности сотрудников УИС

Сергеева Марина Анатольевна

Кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии и педагогики,
Астраханский государственный медицинский университет,
414024, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: mari-s2010@mail.ru

Абдуллаева Алия Салаватовна

Кандидат психологических наук,
доцент кафедры экономики и здравоохранения
с курсом последипломного образования,
Астраханский государственный медицинский университет,
414024, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: alya_kubekova@mail.ru

Фурси Лейла Фаруховна

Кандидат психологических наук,
доцент кафедры гуманитарных наук и психологии,
Астраханский государственный технический университет,
414025, Российская Федерация, Астрахань, ул. Татищева, 16;
e-mail: fursi@inbox.ru

Аннотация

Деятельность сотрудника пенитенциарного учреждения относится к особым видам профессиональной деятельности, характеризуется сложностью выполнения служебных задач, часто связанных с риском или опасностью, что обуславливает уровень психической напряженности труда и протекает в условиях с высоким уровнем экстремальности и конфликтности, а диапазон поведенческих актов сотрудников в значительной степени ограничен требованиями, вытекающими из предписанных нормативных документов и принципов профессиональной деятельности. Статья посвящена исследованию особенностей фрустрационных реакций и эмоционального выгорания в профессиональной деятельности сотрудников УИС. Выборка исследования: сотрудники ИК-10 в количестве 36 человек, мужчины в возрасте от 22 до 45 лет. В исследовании были использованы психологические методики: 1) методика диагностики уровня эмоционального выгорания Бойко В.В.; 2) тест фрустрационных реакций Розенцвейга». Было установлено, что для

сотрудников с наличием синдрома эмоционального выгорания повышенный показатель эго-защиты, то есть фиксация на самозащите во фрустрирующих ситуациях. На основании проведенного исследования была разработана психокоррекционная программа, которая поможет психологам ФСИН проводить работу по преодолению синдрома эмоционального выгорания у сотрудников. Специальные практические занятия помогут оказать эффективную психологическую помощь работникам в укреплении психического здоровья и поддержании позитивного личного самочувствия.

Для цитирования в научных исследованиях

Сергеева М.А., Абдуллаева А.С., Фурси Л.Ф. Особенности фрустрационных реакций и эмоционального выгорания в профессиональной деятельности сотрудников УИС // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2022. Т. 11. № 5А. С. 194-200. DOI: 10.34670/AR.2022.65.80.023

Ключевые слова

Психологические особенности, сотрудники, эмоциональное выгорание, ценностные ориентации, межличностное взаимодействие, фрустрация, психокоррекционная программа.

Введение

Деятельность сотрудника пенитенциарного учреждения относится к особым видам профессиональной деятельности, характеризуется сложностью выполнения служебных задач, часто связанных с риском или опасностью, что обуславливает уровень психической напряженности труда и протекает в условиях с высоким уровнем экстремальности и конфликтности, а диапазон поведенческих актов сотрудников в значительной степени ограничен требованиями, вытекающими из предписанных нормативных документов и принципов профессиональной деятельности [Робертс, 1998]. По мнению В.В. Бойко, эмоциональное выгорание является формой профессиональной деформации личности [Карнаухова, 2017]. Данный стереотип эмоционально восприятия действительности складывается под воздействием ряда факторов предпосылок – внешних и внутренних» [Ронгинская, 2002]. К внутренним факторам, обуславливающим эмоциональное выгорание, В.В. Бойко относит склонность к эмоциональной ригидности. Эмоциональное выгорание как средство психологической защиты возникает быстрее у тех, кто менее реактивен и восприимчив, более эмоционально сдержан, чем у людей импульсивных, обладающих подвижными нервными процессами. Борисова Д.П. [Борисова, 2019] в исследовании установила взаимосвязь между нервно-психическим напряжением и эмпатическими способностями сотрудников УИС. В работе Карнауховой А.О. [Карнаухова, 2017] выявлено, что с годами вместе с уверенностью в себе у сотрудников УИС снижается сила воли, снижается уровень удовлетворенности качеством жизни. Следует отметить, что проблема формирования синдрома эмоционального выгорания у сотрудников УИС недостаточно глубоко изучена. В результате проведения нашего исследования мы сможем разработать психокоррекционную программу, позволяющую психологам ФСИН использовать ее для работы с сотрудниками, имеющими синдром эмоционального выгорания.

Цель исследования заключалась в изучении особенностей фрустрационных реакций

сотрудников УИС, имеющих синдром эмоционального выгорания, с целью разработки психокоррекционной программы.

Материалы и методы исследования

База исследования: Федеральное казенное учреждение «Исправительная колония №10» УФСИН России по Астраханской области. Выборка исследования: сотрудники ИК-10 в количестве 36 человек, мужчины в возрасте от 22 до 45 лет. Объект исследования: сотрудники УИС с синдромом эмоционального выгорания. Предмет исследования: психологические особенности сотрудников УИС с синдромом эмоционального выгорания. Гипотеза: развитие синдрома эмоционального выгорания у сотрудников УИС связано с личностными особенностями, наличием внутриличностных конфликтов и неадекватным реагирование во фрустрирующих ситуациях. Для выявления значимости различий был применен непараметрический U-критерий Манна-Уитни [Сидоренко, 2003]. В исследовании были использованы психологические методики: 1) методика диагностики уровня эмоционального выгорания Бойко В.В. [Водопьянова, 2019; Методика диагностики уровня эмоционального выгорания Бойко, www]; 2) «Тест фрустрационных реакций Розенцвейга» [Тест фрустрационных реакций Розенцвейга, www]. Методика предназначена для исследования реакций на неудачу и способов выхода из ситуаций, препятствующих деятельности или удовлетворению потребностей личности. Тестирование сотрудников, которых нам предоставила психологическая служба УФСИН, проходило в кабинете психологической помощи сотрудникам ФКУ ИК-10 во время прохождения моей практики в этом учреждении. Продолжалось тестирование на протяжении 7 недель в виде групповых тестирований (по 4-5 чел.), бланковая и компьютерная диагностика при помощи программы PsychometricExpert8. Респонденты положительно отнеслись к исследованию и участвовали в нем добровольно. Изученные особенности позволяют составить психокоррекционную программу для сотрудников УИС с синдромом эмоционального выгорания.

Результаты исследования и их обсуждение

По средним результатам методики диагностики уровня эмоционального выгорания Бойко В.В., в первой группе среди всех симптомов преобладает симптом «Резистенция» (табл. 1).

Таблица 1 - Сводная таблица средних значений по группам (методика Бойко В.В.)

Симптомы	Сотрудники с наличием СЭВ	Сотрудники с отсутствием СЭВ
Напряжение	25,3	16,5
Резистенция	43,5	30,2
Истощение	26,9	15,2
СЭВ	95,6	61,8

(составлено авторами по материалам исследования)

Во второй группе также преобладает фаза «Резистенция», но по значению среднего показателя мы можем говорить, что синдром эмоционального выгорания отсутствует.

Таблица 2 - Таблица средних значений по группам (тест Розенцвейга)

Показатели	Сотрудники с наличием СЭВ	Сотрудники с отсутствием СЭВ
Реакция с фиксацией на препятствии	41,62	41,86
Реакция с фиксацией на самозащите	26,36	19,87
Реакция с фиксацией на удовлетворение потребности	31,92	22,6
Экстрапунитивные реакции	26,13	30,52
Интропунитивные реакции	27,99	20,59
Интропунитивные реакции	46,26	48,12

(составлено авторами по материалам исследования)

Согласно средним результатам, и в первой, и во второй группе преобладают реакции с фиксацией на препятствии, что говорит о том, что сотрудники с наличием синдрома эмоционального выгорания и сотрудники с отсутствием синдрома при фрустрирующих ситуациях фиксируют свои эмоции на объекте или ситуации. По средним показателям теста Розенцвейга, эго-защита и фиксация на удовлетворении потребностей в большей степени свойственны испытуемым первой группы. Это означает, что сотрудники с наличием синдрома эмоционального выгорания во фрустрирующих ситуациях стремятся к защите собственного «Я» и к удовлетворению своих потребностей.

Применение U-критерия Манна-Уитни выявило достоверность различий между группой сотрудников с наличием эмоционального выгорания и группой сотрудников с отсутствием эмоционального выгорания (см. таблицу 3).

Таблица 3 - Сравнительная характеристика значений

Показатели	Значение
Фактор различия	Значимость ($p < 0,5$)
Реакция с фиксацией на самозащите	0,047

(составлено авторами по материалам исследования)

Выявлены достоверные различия по такому показателю как «эго-защита» при реагировании во фрустрирующих ситуациях ($t=0,047$, $p < 0,5$).

Сотрудников с наличием синдрома эмоционального выгорания отличает повышенный показатель эго-защиты или фиксации на самозащите во фрустрирующей ситуации. Это означает слабость «Я» и характеризует слабую, уязвимую, ранимую личность, вынужденную в ситуациях препятствия сосредоточиваться в первую очередь на защите собственного «Я».

Опираясь на полученные результаты в ходе исследования индивидуальных личностных особенностей сотрудников УИС с синдромом эмоционального выгорания, мы разработали психокоррекционную программу. Наша психокоррекционная программа состоит из 2-х блоков (1 блок – тренинг уверенности в себе (Ромек В.Г.), 2 блок – психотерапия внутриличностного конфликта (Фанталова Е.Б.)) [Ромек, 2003]. В основу программы положены различные методы и способы управления эмоциональными состояниями. Регулярное выполнение предлагаемых упражнений позволит оценить психоэмоциональное состояние, скорректировать его, выработать навыки психического самовоздействия с целью снижения эмоционального и физического напряжения. Специальные практические занятия помогут оказать эффективную психологическую помощь работникам в укреплении психического здоровья и поддержании позитивного личного самочувствия.

Заключение

Таким образом, для сотрудников с наличием синдрома эмоционального выгорания характерен повышенный показатель эго-защиты, то есть фиксация на самозащите во фрустрирующих ситуациях. На данный момент существует большое количество литературы по профилактике синдрома эмоционального выгорания, но недостаточно методов психокоррекции эмоционального выгорания, в особенности у сотрудников УИС. Именно поэтому мы разработали психокоррекционную программу, которая поможет психологам ФСИН проводить работу по преодолению синдрома эмоционального выгорания у сотрудников.

Библиография

1. Борисова Д.П. Проявление синдрома эмоционального выгорания в деятельности сотрудников уголовно-исполнительной системы Российской Федерации // Ведомости УИС. 2019. № 7 (206). С. 5-11.
2. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009. 336 с.
3. Карнаухова А.О. Профессиональные деформации личности сотрудников УИС с разным стажем // Молодой ученый. 2017. № 1 (135). С. 399-404.
4. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. М.: Наука, 1983. 368 с.
5. Методика диагностики уровня эмоционального выгорания Бойко В.В. URL: <https://psytests.org/boyko/burnout-run.html>
6. Робертс Г.А. Профилактика выгорания // Обзор современной психиатрии. 1998. № 1. С. 39-46.
7. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. СПб.: Речь, 2003. 175 с.
8. Ронгинская Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях // Психологический журнал. 2002. Т. 23. № 3. С. 85-95.
9. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. СПб.: Речь, 2003. 350 с.
10. Тест фрустрационных реакций Розенцвейга. URL: <https://bensotool.ru/risunochnyi-test-frustracii-rozencveiga-onlain-test/>

Features of frustration reactions and emotional burnout in the professional activities of employees of the penal system

Marina A. Sergeeva

PhD in Psychology, Associate Professor,
Department of Psychology and Pedagogy,
Astrakhan State Medical University,
414024, 121, Bakinskaya str., Astrakhan, Russian Federation,
e-mail: mari-s2010@mail.ru

Aliya S. Abdullaeva

PhD in Psychology,
Senior Lecturer of Department of Economics and Health
with a Postgraduate Course,
Astrakhan State Medical University,
414024, 121, Bakinskaya str., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: alya_kubekova@mail.ru

Leila F. Fursi

PhD in Psychology, Associate Professor,
Department of Humanities and Psychology,
Astrakhan State Technical University,
414025, 16, Tatishcheva str., Astrakhan, Russian Federation,
e-mail: fursi@inbox.ru

Abstract

The activity of an employee of a penitentiary institution refers to special types of professional activity, characterized by the complexity of performing official tasks, often associated with risk or danger, which determines the level of mental stress of work and takes place in conditions with a high level of extremeness and conflict, and the range of behavioral acts of employees is largely limited requirements arising from prescribed regulatory documents and principles of professional activity. The article is devoted to the study of the features of frustration reactions and emotional burnout in the professional activities of employees of the penitentiary system. Study sample: employees of IK-10 in the amount of 36 people, men aged 22 to 45 years. In the study, psychological methods were used: 1) a method for diagnosing the level of emotional burnout Boyko V.V.; 2) Rosenzweig's test of frustration reactions. It was found that for employees with the presence of burnout syndrome, an increased indicator of ego-defense, that is, fixation on self-defense in frustrating situations. On the basis of the study, a psycho-correction program was developed that will help the psychologists of the Federal Penitentiary Service to carry out work to overcome the syndrome of emotional burnout among employees. Special practical exercises will help to provide effective psychological assistance to employees in strengthening mental health and maintaining positive personal well-being.

For citation

Sergeeva M.A., Abdullaeva A.S., Fursi L.F. (2022) Osobennosti frustratsionnykh reaktsii i emotsional'nogo vygoraniya v professional'noi deyatel'nosti sotrudnikov UIS [Features of frustration reactions and emotional burnout in the professional activities of employees of the penal system]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 11 (5A), pp. 194-200. DOI: 10.34670/AR.2022.65.80.023

Keywords

Psychological features, employees, emotional burnout, value orientations, interpersonal interaction, frustration, psychocorrection program.

References

1. Borisova D.P. (2019) Proyavlenie sindroma emotsional'nogo vygoraniya v deyatel'nosti sotrudnikov ugovolno-ispolnitel'noi sistemy Rossiiskoi Federatsii [The manifestation of the syndrome of emotional burnout in the activities of employees of the penitentiary system of the Russian Federation]. *Vedomosti UIS* [News of penal system], 7 (206), pp. 5-11.
2. Karnaukhova A.O. (2017) Professional'nye deformatsii lichnosti sotrudnikov UIS s raznym stazhem [Professional deformations of the personality of employees of the penitentiary system with different length of service]. *Molodoi uchenyi* [Young scientist], 1 (135), pp. 399-404.
3. Kitaev-Smyk L.A. (1983) *Psikhologiya stressa* [Psychology of stress]. Moscow: Nauka Publ.

4. *Metodika diagnostiki urovnya emotsional'nogo vygoraniya* Boiko V.V [Methodology for diagnosing the level of emotional burnout by Boyko V.V.]. Available at: <https://psyttests.org/boyko/burnout-run.html> [Accessed 10/10/2022]
5. Roberts G.A. (1998) Profilaktika vygoraniya [Prevention of burnout]. *Obzor sovremennoi psikiatrii* [Review of modern psychiatry], 1, pp. 39-46.
6. Romek V.G. (2003) *Trening uverenosti v mezhlchnostnykh otnosheniyakh* [Training confidence in interpersonal relationships]. St. Petersburg: Rech' Publ.
7. Ronginskaya T.I. (2002) Sindrom vygoraniya v sotsial'nykh professiyakh [Burnout Syndrome in Social Professions]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 23, 3, pp. 85-95.
8. Sidorenko E.V. (2003) *Metody matematicheskoi obrabotki v psikhologii* [Methods of mathematical processing in psychology]. St. Petersburg: Rech' Publ.
9. *Test frustratsionnykh reaktsii Rozentsveiga* [Test of frustration reactions by Rosenzweig]. Available at: <https://bensotool.ru/risunochnyi-test-frustracii-rozencveiga-onlain-test/> [Accessed 10/10/2022]
10. Vodop'yanova N.E. (2009) *Psikhodiagnostika stressa* [Psychodiagnostics of stress]. St. Petersburg: Rech' Publ.