

К ИССЛЕДОВАНИЮ СОДЕРЖАТЕЛЬНОГО АСПЕКТА ПОНИМАНИЯ СИНДРОМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

Н.В. Хван (Алматы)

В современных условиях «помогающие» профессии обладают огромной социальной важностью. Вопросы сохранения профессионального здоровья специалистов этого профиля особенно актуальны сейчас, когда рынок труда, ориентируя личность на достижения, «на конкретный, зримый результат «здесь и теперь», предъявляет высокие требования к продуктивности профессионала, его психической и физической выносливости.

В последнее время широкое распространение получили исследования феномена «выгорания» в различных профессиональных группах. Очевидно, что наиболее подвержены «выгоранию» специалисты помогающих профессий. Это обусловлено спецификой содержания труда, которая отличается высокой насыщенностью рабочего дня общением, большим количеством разных по содержанию и эмоциональной напряженности контактов, высокой ответственностью за результат общения и т.д.

Профессиональное выгорание мы рассматриваем как синдром, характеризующий специфическое психическое состояние, представляющее собой систему взаимосвязанных механизмов и эксплицирующих их феноменов, синтезирующее четыре базовых структурных компонента: эмоциональное истощение, личностное отдаление, утрату профессиональной мотивации, трудности в организации жизнедеятельности.

Мы полагаем, что наиболее перспективным подходом к исследованию синдрома профессионального выгорания является системный, основные положения которого сформулированы в работах Б.Ф. Ломова и В.А. Ганзена.

В соответствии с основными положениями операциональной модели понимания А.М. Ким [3] и понятием общенаучного базиса по В.А. Ганзену [1] нами выделены пространственные, временные, энергетические и информационные характеристики симптомов профессионального выгорания [4].

Несмотря на большое количество литературы по проблеме профессионального выгорания, в существующих зарубежных исследованиях, на наш взгляд, недостаточно разработаны теоретические основы изучаемого феномена, включая понимание данного синдрома самими специалистами. Между тем именно понимание индивидуализирует процесс «выгорания», влияет на своеобразие поведения человека и выбор соответствующей стратегии преодоления трудных ситуаций (coping-strategy).

Фундаментальное исследование содержательного аспекта понимания осуществлено В.В. Знаковым, по мысли которого, «понимание обеспечивает установление связи раскрываемых новых свойств объекта познания с уже известными субъекту, формирование опера-

ционального смысла новых свойств объекта и определение их места и роли в структуре мыслительной деятельности» [2]. Таким образом, в содержательном аспекте понять – значит узнать смысл понимаемого.

Помимо содержательного аспекта понимания возможна дифференциация и в сторону процессуального, формально-динамического его аспекта [2].

Согласно А.М. Ким, «понимание является операционально-стилевым процессом системного интегрирования информации, в котором актуализируется познавательное отношение субъекта. Основными в процессуальном аспекте общепсихологическими видами понимания являются понимание-узнавание и понимание-объединение» [3].

С теоретических и практических позиций нам представляется правомерным и необходимым исследование как содержательного, так и процессуального аспектов понимания синдрома профессионального выгорания.

Содержательный аспект понимания синдрома исследуется нами через субъективную систему значений, образующих семантическое пространство состояния «выгорания». Как отмечает А.О. Прохоров, в основании отношений между сознанием субъекта и его состояниями находится «принцип операциональной аналогии, согласно которому субъективные семантические пространства состояний субъекта могут быть рассмотрены как модельная форма репрезентации содержания индивидуального сознания» [6].

С точки зрения А.О. Прохорова, большое разнообразие психических состояний субъекта обусловлено лексическими пластами языкового сознания. Лексические пласты являются звеном, опосредующим влияние разнообразных факторов жизнедеятельности субъекта; они являются как бы «осознаваемым фундаментом» психического состояния, через который преломляются любые воздействия на личность. Лексические пласты образуют типичные функциональные иерархически разноразмерные семантические пространства состояний по типу граф-дерево. Каждая группа состояний, выделенная на основании определенных классифицирующих признаков, характеризуется спецификой семантических пространств. За этой спецификой стоят, в свою очередь, категориальные структуры сознания, обеспечивающие дифференциацию, осознание и рефлексию переживаемых состояний, а также величину семантического пространства [5].

В одной из задач исследования содержательного аспекта понимания «выгорания» нами была использована методика, предложенная А.О. Прохоровым [5]. Задача была связана с изучением вербальных и графических

ассоциаций синдрома. В ходе обработки материалов были получены данные о лексических и графических ассоциациях профессионального выгорания. В них выявлены разные стороны вербальных и невербальных ассоциаций.

Испытуемыми являлись 42 учительницы средних школ из 15 областей Казахстана в возрасте от 27 до 55 лет.

Для определения графических ассоциаций участники эксперимента должны были, согласно инструкции, нарисовать образ или символ, связанные с ключевым словом «профессиональное выгорание».

Обработанные материалы показали, что для состояния «выгорания» наиболее характерными символами графических ассоциаций являются: свеча, догоревшая до основания (30,94%); потухший костер (26,18%); падающая звезда (9,52%); надломленное деревце (9,52%); увядший цветок (7,14%); плотно заштрихованный куб (7,14%); разбитое сердце (4,76%), знак «Высокое напряжение» (молния) (2,38%); плачущий клоун (2,38%).

Для определения лексических ассоциаций участники эксперимента должны были, согласно инструкции, написать слова или словосочетания, связанные с ключевым словом «профессиональное выгорание».

После обработки материалов было выявлено, что вербальными (лексическими) ассоциациями синдрома профессионального выгорания являются: раздражительность, вспыльчивость (43% встречаемости); бесконечная усталость (57%); опустошение (12%); бессилие (14%); безнадежность (7%); потеря какого-либо желания работать (62%); разочарование (12%); безразличие ко всему и всем (26%); потеря веры в свою необходимость (5%).

Очевидно, что построение структуры семантического пространства синдрома профессионального выгорания на основе полученных данных, в совокупности с данными других психодиагностических методик и экспериментальных процедур исследования, позволит наиболее полно отразить содержательный аспект понимания изучаемого феномена.

В заключение отметим, что изучение «выгорания» среди специалистов социальной сферы приобретает особую значимость, поскольку грамотная диагностика, коррекция и профилактика могут помочь в смягчении синдрома или предупредить его возникновение, сохранив специалиста как здоровую личность и эффективно-го профессионала.

Литература

1. Ганзен В.А. Системные описания в психологии. Л.: Изд-во ЛГУ, 1984. 175 с.
2. Знаков В.В. Понимание в познании и общении. Самара: СамГПУ, 2000. 188 с.
3. Ким А.М. Понимание как общепсихологический феномен: Дис. ... д-ра психол. наук. Алматы, 2002. 300 с.
4. Ким А.М., Хван Н.В. Системно-структурный анализ понимания как объекта «выгорания». 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: КГУ, 2007. 168 с.
5. Прохоров А.О. Семантические пространства психических состояний. Дубна: Феникс+, 2002. 280 с.
6. Психология состояний: Хрестоматия / Сост. Т.Н. Васильева, Г.Ш. Габдреева, А.О. Прохоров; Под ред. А.О. Прохорова. М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. 608 с.