

11. Малишева К.О. Синдром емоційного вигорання психолога-консультанта: психологічні чинники, профілактика та корекція / К.О. Малишева. – К. : Київ. нац. ун-т імені Тараса Шевченка, 2003. – 16 с.
12. Мешко Г.М. Емоційне благополуччя учнів у сучасній школі: бажане і реальне / Г.М. Мешко, О.І. Мешко // Практична психологія і соціальна робота. – 2008. – №4. – С. 11–16.
13. Молоканов М.В. Типологические особенности мотивационной сферы учителей / М.В. Молоканова, Н.А. Аминов // Практична психологія та соціальна робота. – 2001. – №5. – С. 5–15.
14. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості / Е.Л. Носенко // Психологія і суспільство. – 2004. – №4. – С. 95–109.
15. Носенко Э.Л. Изменение характеристик речи при эмоциональной напряженности / Э.Л. Носенко // Вопросы психологии. – 1978. – №6. – С. 76–85.
16. Помиткіна Л. Врегулювання емоційного стану засобами когнітивної психотерапії / Л. Помиткіна, Т. Ковальова // Соціальна психологія. – 2008. – №2. – С. 71–79.
17. Сергєєнкова О.П. Психологічні основи формування професійної індивідуальності майбутніх учителів : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07 / О.П. Сергєєнкова. – К., 2005. – 516 с.
18. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти ; [за наук. ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки, Т.В. Зайчикової]. – [2-е вид.]. – К. : Міленіум, 2006. – 368 с.
19. Солодухова О.Г. Становлення особистості вчителя у процесі професійної адаптації : [монографія] / О.Г. Солодухова. – Донецьк : Либідь, 1996. – 175 с.
20. Телешевська М.Е. Емоції і здоров'я / М.Е. Телешевська. – К. : Здоров'я, 1978. – 88 с.
21. Технології роботи організаційних психологів : навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів після диплом. освіти / [за наук. ред. Л.М. Карамушки]. – К. : Фірма «ІНКОС», 2005. – 366 с.
22. Титаренко Т.М. Запобігання емоційному вигоранню в сім'ї як фактор гармонізації сімейних взаємин: науково-методичний посібник / Т.М. Титаренко, О.Я. Кляпець. – К. : Міленіум, 2007. – 142 с.
23. Тишук Л.І. Особливості творчої діяльності педагога дошкільного закладу в контексті синдрому професійного вигорання / Л.І. Тишук // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України ; за ред. С.Д. Максименка. – К., 2006. – Т. VIII. – Вип. 3. – С. 318–329.
24. Чебыкин А.Я. Об эмоциях, детерминирующих познавательную активность / А.Я. Чебыкин // Психологический журнал. – 1989. – №4. – С. 135–141.
25. Яценко Т. Глибина психокорекція та упередження психічного вигорання / Т. Яценко, Б. Іваненко, І. Євтушенко. – Ч. 1. – К. : Главник, 2008. – 176 с.

УДК 005.32

ЧИННИКИ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПЕРСОНАЛУ ОПЕРАТИВНО-РЯТУВАЛЬНОЇ СЛУЖБИ МНС УКРАЇНИ

Ю.Г. Ковровський

*аспірант лабораторії організаційної психології
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України,
викладач кафедри теоретичних основ захисту населення і територій
Інституту державного управління у сфері цивільного захисту*

У статті розглянуто чинники мезо- та макрорівня професійного вигорання персоналу Оперативно-рятувальної служби МНС України. Запропоновано підходи до їх емпіричного дослідження.

Ключові слова: надзвичайні ситуації, рятувальники, професійне вигорання, чинники професійного вигорання.

В статье рассматриваются факторы мезо- и микроуровня профессионального выгорания среди персонала Оперативно-спасательной службы МЧС Украины. Предложены подходы к их эмпирическому исследованию.

Ключевые слова: чрезвычайные ситуации, спасатели, профессиональное выгорание, факторы профессионального выгорания.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ

Згідно із сучасними даними, під «психічним вигоранням» розуміється стан фізичного, емоційного і розумового виснаження, що виявляється в професіях соціальної сфери. Цей синдром включає три основні складові: емоційну виснаженість, деперсоналізацію (цинізм) і редукцію професійних досягнень [9].

Найчастіше «професійне вигорання» вражає людей, вимушених за службовим обов'язком тісно спілкуватися з іншими людьми. В контексті професійної діяльності персоналу Оперативно-рятувальної служби важливими і специфічними чинниками, що обумовлює синдром «професійного вигорання», є екстремальність професійної діяльності та психологічно важкий контингент, з яким доводиться мати справу професіоналу у сфері спілкування [14; 15].

Актуальність вивчення проблеми негативних стресогенних впливів на особистість рятувальника в процесі службової діяльності зумовлена, насамперед, необхідністю ефективної адаптації персоналу до специфічних умов виконання завдань оперативно-рятувальними службами.

Мета статті полягає в аналізі чинників мезо- та мікрорівня виникнення професійного вигорання серед персоналу Оперативно-рятувальної служби МНС України.

РЕЗУЛЬТАТИ ТЕОРЕТИЧНОГО АНАЛІЗУ ПРОБЛЕМИ

Зростаючі вимоги сьогодення, як до особистості так і до професіонала, істотно розширюють кількість чинників, що впливають на розвиток «вигорання», а також перелік професій в системі «людина-

людина», представники яких схильні до небезпеки розвитку цього захворювання. До таких професій належать соціальні працівники, лікарі, адвокати, вчителі, політики, психологи, оператори і т.д. У дослідженнях синдрому «професійного вигорання» переважно брали участь соціальні представники, вчителі, військові, пожежники, студенти, лікарі тощо. В результаті синдром професійного вигорання може розглядатися як «хвороба» соціальних і комунікативних професій. Провідне місце в переліку так званих «допомагаючих професій» належить професіоналам рятувальної справи.

Великий обсяг досліджень феномену «вигорання» здійснено *російськими вченими* (В.В. Бойко[2], Н.Є. Водоп'янова [3], В.Є. Орел [1], Т.В. Форманюк [16] та ін.).

Аналіз психологічної літератури свідчить про те, що проблема професійного вигорання знайшла певне відображення в роботах *українських вчених*, які присвячені загальній характеристиці цього явища серед професій, які передбачають, насамперед, роботу з людьми, зокрема серед працівників освітніх організацій, педагогічних працівників (Т.В. Зайчикова, Л.М. Карамушка, С.Д. Максименко [19]); медичних працівників (Л.М. Юр'єва [18]; працівників ОВС (Н.Є. Мілорадова) [9], пожежних (А.С. Куфлієвський [5]; О.В. Тімченко [15]).

Безперечно, найнебезпечнішими і найбільш травмуючими ситуаціями у житті людини є надзвичайні ситуації. Вони не лише забирають життя у багатьох людей одночасно, а й спричиняють у багатьох людей стан пригніченості, психічного болю, страждання, страху та тривоги. Отже, надзвичайні ситуації не лише впливають на емоційний стан учасників подій, а й на стан усього суспільства в цілому. Якщо небезпечні чинники існування так сильно впливають на загальний стан населення, то що ж відбувається з особистістю, яка постійно є учасником надзвичайних ситуацій? Наприклад, з персоналом центрального органу виконавчої у сфері цивільного захисту, який задіяний на ліквідації надзвичайних ситуацій. Якими шляхами рятувальники захищають себе від впливу потенційно небезпечних факторів своєї діяльності?

Одним із важливих психологічних аспектів професійної діяльності рятувальників є професійна адаптація та мінімізація негативних наслідків стресогенних впливів у процесі виконання завдань в екстремальних умовах.

Багато вітчизняних та зарубіжних учених вважають, що при сильних екстремальних впливах будуть проявлятися різноманітні симптоми стресу та відбуватися інтенсивне задіяння адаптаційних резервів організму. Таким чином, екстремальні ситуації, які виникають у процесі діяльності фахівців рятувальної справи, впливають на поведінку і психіку людини опосередковано через внутрішні і зовнішні чинники. Кожен із цих чинників окремо може викликати розвиток різноманітних відтермінованих негативних психічних станів.

Саме тому підготовка персоналу Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту МНС України вимагає не лише засвоєння необхідних спеціальних знань і навичок, але й психологічної готовності ефективно діяти в умовах екстремальної ситуації, адже суб'єкт у специфічних умовах надзвичайної ситуації швидко змінює свою поведінку. Його подальші дії визначаються психофізіологічними характеристиками та рівнем професійної підготовки до виконання дій за призначенням. Безпосереднє сприйняття небезпеки професіоналом повинне бути адекватним, адже неадекватне сприйняття небезпеки призведе до помилок та зриву діяльності. Таким чином, специфіка професійної підготовки до профілактики професійного вигорання серед персоналу Оперативно-рятувальної служби МНС України передбачає, на наш погляд, урахування чинників, які можуть впливати на його виникнення.

Аналіз конкретних досліджень синдрому «психічного вигорання» показує, що основні зусилля психологів були спрямовані на виявлення чинників, що викликають вигорання. Традиційно вони групувалися в два великі блоки, особливості професійної діяльності й індивідуальні характеристики самих професіоналів [10].

На наш погляд, у рамках досліджень, які здійснюються в організаційній психології, доцільним може бути дещо інший підхід. Згідно з існуючими в лабораторії організаційної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України підходами [19]), такі чинники можна підрозділити на дві групи: а) *чинники мезорівня* (які стосуються діяльності організації); б) *чинники макрорівня* (які стосуються діяльності та поведінки персоналу). Ці групи чинників, у свою чергу, можуть бути підрозділені на окремі підгрупи.

Що стосується групи **чинників мезорівня**, то вони можуть бути підрозділені на дві підгрупи: а) чинники, що стосуються змісту професійної діяльності, яка здійснюється в організаціях, що належать до Оперативно-рятувальної служби МНС України; б) чинники, що стосуються психологічних особливостей взаємодії персоналу в таких організаціях.

Що стосується першої підгрупи чинників, які стосуються *професійної діяльності*, то така група чинників включає: характер виконуваної роботи та умови праці (графік роботи, тривалість робочої зміни, рівень фізичних навантажень, рівень психоемоційних навантажень, необхідність спілкування з постраждалим населенням відповідно до посадових обов'язків, виконання керівних функцій, рівень соціальної захищеності з боку організації, дефіцит часу, ризик для власного життя і здоров'я під час професійної діяльності, висока персональна відповідальність за результати діяльності) [14]. На думку В.А. Бодрова [1], діяльність рятувальників часто характеризується екстремальними чинниками, вплив яких призводить до стану динамічної розузгодженості, тобто порушення адекватності фізіологічних, психологічних або поведінкових реакцій.

До чинників, які стосуються психологічних особливостей *взаємодії персоналу* в організаціях Оперативно-рятувальної служби МНС України, можна віднести: особливості кадрової політики в такого типу організаціях (прозорість, дотримання законності у вирішенні службових питань, наявність системи стимулювання професійної діяльності тощо), рівень розвитку соціально-психологічного клімату в колективі (зокрема, наявність/відсутність нестатутних взаємин тощо).

Чинники **мікрорівня**, в свою чергу, можуть бути підрозділені на такі основні підгрупи: а) організаційно-професійні; б) соціально-демографічні; в) соціально-економічні; г) чинники, які стосуються стану здоров'я рятівників; д) особистісні.

Що стосується **організаційно-професійних чинників**, то сюди можна віднести такі: штатна категорія особового складу; посадовий статус в організації (керівник або підлеглий); рівень освіти персоналу; наявність досвіду проходження працівником служби в Збройних Силах України; наявність статусу учасника бойових дій; загальний стаж професійної діяльності; стаж професійної діяльності на займаній посаді та ін.

Так, у літературі, зокрема, існують дані про позитивний зв'язок між рівнем освіти і ступенем психічного вигорання [8; 19]. Причинами цього можуть бути завишені домагання у людей з вищим рівнем освіти або невідповідність рівня освіти конкретному змісту праці. Основна ідея підходу, запропонованого К. Маслач, полягає в тому, що вигорання являє собою результат невідповідності між особою і роботою [8]. Збільшення цієї невідповідності підвищує вірогідність виникнення вигорання.

За результатами досліджень Н.Е. Мілорадової, існує пряма залежність між перебігом професійного вигорання професіонала і його професійним досвідом (стаж працівника на службі та в займаній посаді) [9].

До підгрупи **соціально-демографічних чинників** слід віднести: стать працівників, їх вік, сімейний стан, наявність та кількість дітей, місце народження, соціальне походження та ін.

Так, наприклад, К. Маслач [8] вважає, що зі всіх соціально-демографічних характеристик найбільш тісний зв'язок з професійним вигоранням має вік.

Також до найбільш досліджуваних соціально-демографічних чинників вигорання часто відносять стать професіонала [19].

Є також дослідження, що свідчать про наявність зв'язку між сімейним станом і вигоранням, наявністю та кількістю дітей [19]. При цьому виявлено вищий ступінь схильності до професійного вигорання осіб, що не перебувають у шлюбі.

До соціально-демографічних характеристик, які можуть обумовлювати розвиток синдрому «професійного вигорання», на нашу думку, можна також віднести особливості стосунків в сім'ї та особливості виховання в дитинстві.

Окрему групу чинників макрорівня можуть, на наш погляд, складати **соціально-економічні чинники**: умови проживання, наявність соціально-побутових труднощів, наявність кредитних зобов'язань та ін.

Також заслугове виділення в окрему групу чинників, які стосуються **стану здоров'я рятувальників** (шкідливі звички, стан здоров'я та ін.).

Разом із тим, багато вчених вважає, що **особистісні чинники** набагато більше впливають на розвиток вигорання, порівняно з соціально-демографічними характеристиками і чинниками робочого середовища [9].

Так, Х. Фрейденбергер характеризує схильних до синдрому «вигорання» співчутливих, гуманних, м'яких, захоплених, ідеалістів, орієнтованих на допомогу іншим і одночасно нестійких, інтравертованих, одержимих нав'язливою ідеєю (фанатичних) і легко запальних людей [17].

До найбільш значущих особистісних чинників професійного вигорання можна, на наш погляд, віднести: а) інтелектуальні, емоційно-вольові та комунікативні характеристики; б) тип темпераменту; в) нервово-психічну стійкість та ін.

Для дослідження особистісних характеристик доцільним є використання таких психологічних методик: «Методика багатofакторного вивчення особистості Р. Кеттела» (для вивчення інтелектуальних, емоційно-вольових особливостей, комунікативних здібностей), «Опитувальник Г. Айзенка» (для визначення типу темпераменту), «Індивідуальний типологічний опитувальник» (для визначення характерологічних особливостей та стилю міжособистісного спілкування), «Прогноз НПН» (для визначення рівня нервово-психічної стійкості), «КОТ» (для визначення загального рівня інтелектуального розвитку) та ін.

Вивчення інших чинників (організаційно-професійних, соціально-демографічних, соціально-економічних, чинників, які стосуються стану здоров'я рятувальників, особистісних тощо) можна здійснювати за допомогою аналізу матеріалів послужних карток рятувальників та анкетування.

ВИСНОВКИ

1. Чинники професійного вигорання персоналу Оперативно-рятувальної служби МНС України можна підрозділити на дві групи: а) *чинники мезорівня* (які стосуються діяльності організації); б) *чинники макрорівня* (які стосуються діяльності та поведінки персоналу).

2. *Чинники мезорівня*, в свою чергу, можуть бути підрозділені на дві підгрупи: а) чинники, що стосуються змісту професійної діяльності, яка здійснюється в організаціях, що належать до Оперативно-

рятувальної служби МНС України; б) чинники, що стосуються психологічних особливостей взаємодії персоналу в таких організаціях.

3. До групи *чинників мікрорівня* можна віднести такі основні підгрупи чинників: а) організаційно-професійні; б) соціально-демографічні; в) соціально-економічні; г) чинники, які стосуються стану здоров'я рятувальників; д) особистісні.

4. Врахування названих чинників може сприяти профілактиці та подоланню професійного вигорання персоналу Оперативно-рятувальної служби МНС України.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности : учеб. пособ. для вузов / В.А. Бодров. – М. : ПЕРС, 2001. – 511 с.
2. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В.В. Бойко. – СПб., 1999. – С. 32.
3. Водопьянова Н.Е. Синдром «психического выгорания» в коммуникативных профессиях / Н.Е. Водопьянова // Психология здоровья / под ред. Г.С. Никифорова. – СПб. : СПбГУ, 2000. – С. 443–463.
4. Гришина Н.В. Помогающие отношения: Профессиональные и экзистенциальные проблемы / Н.В. Гришина // Психологические проблемы самореализации личности. – СПб. : Изд-во СПб. ун-та, 1997. – С. 143–156.
5. Куфлієвський А.С. Психічна напруженість і особливості її прояву у рятувальників / А.С. Куфлієвський // Вісник Національної Академії Оборони. – 2010. – Вип. 1 (14). – С. 125–130.
6. Леонова А.Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса / А.Б. Леонова // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. – 2001. – № 11. – С. 2–16.
7. Лужецкая А.М. Особенности проявления синдрома эмоционального выгорания у представителей различных профессий системы «человек-человек» / А.М. Лужецкая // Сибирский психологический журнал. – 2005. – №21. – С. 150–153.
8. Маслач К. Правда о выгорании: каковы организационные причины личностного стресса и что с этим делать / К. Маслач. – М., 1993. – 156 с.
9. Мілорадова Н.Е. Особливості прояву емоційного вигорання у працівників органів внутрішніх справ з різним стажем професійної діяльності / Н.Е. Мілорадова // Вісник Національної Академії Оборони. – 2009. – Вип. 2 (10). – С. 106–110.
10. Орел В.Е. Исследование феномена психического выгорания в отечественной и зарубежной психологии / В.Е. Орел // Проблемы общей и организационной психологии. – Ярославль, 1999. – С. 76–97.
11. Ронгинская Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях / Т.И. Ронгинская // Психологический журнал. – 2002. – Т. 23. – №3. – С. 85–95.
12. Скутаревская М.М. Синдром эмоционального выгорания / М.М. Скутаревская // Медицинские новости. – 2002. – №7. – С. 3–9.
13. Трунов Д.Г. «Синдром сгорания»: позитивный подход к проблеме / Д.Г. Трунов // Журнал практического психолога. – 1998. – №8. – С. 84–89.
14. Тогобицька В.Д. Емоційне вигорання та суїцидальний ризик як прояви професійних деструкцій працівників МНС / В.Д. Тогобицька // Вісник Національної Академії Оборони. – 2010. – Вип. 1 (14). – С. 186–191.
15. Тімченко О.В. Послідовність включення механізмів психологічного захисту у рятувальників в ситуації екзистенційної загрози / О.В. Тімченко, Д.С. Титаренко // Вісник Київського Національного університету імені Тараса Шевченка. – 2011. – С. 102–105.
16. Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» учителя / Т.В. Форманюк // Вопросы психологии. – 1994. – №6. – С. 54–67.
17. Фрейденбергер Х. Психическое выгорание / Х. Фрейденбергер. – М., 1991. – 165 с.
18. Юрьева Л.Н. Профессиональное выгорание у медицинских работников: формирование, профилактика, коррекция / Л.Н. Юрьева. – К. : Сфера, 2004. – 220 с.
19. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти / за ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки, Т.В. Зайчикової. – К., 2006. – 365 с.

УДК 159.92: 37015.3 (045)

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ РЕКЛАМНОЇ СФЕРИ З УРАХУВАННЯМ СПЕЦИФІКИ ДІЯЛЬНОСТІ

В.Г. Кот

*аспірантка кафедри психології управління
ДВНЗ «Університет менеджменту освіти»*

Статтю присвячено вивченню поняття «професійна самореалізація» та психологічних аспектів професійної самореалізації особистості з урахуванням специфіки діяльності рекламної сфери.

Ключові слова: професійна самореалізація, рекламна сфера, психологічні аспекти, специфіка діяльності.

Стаття посвящена изучению понятия «профессиональная самореализация» и психологических аспектов профессиональной самореализации личности с учетом специфики деятельности рекламной сферы.

Ключевые слова: профессиональная самореализация, рекламная сфера, психологические аспекты, специфика деятельности.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ

Різноманітні недоліки системи навчання, життєві обставини, психологічні, економічні труднощі та інше призводять до того, що більше як у половини випускників, які працюють за фахом, професійна самореалізація завершена, ще не розпочавшись. Різноманітні труднощі адаптації до конкретних умов роботи, слабкість базових навичок виконання типових практичних робіт, перебільшено теоретична спрямованість випускників вишів, неготовність до сучасних ринкових відносин обміну праці на фінансові ресурси, слабкі психологічні навички впливу, ділової взаємодії, низька особистісна конкурентність та інші психологічні чинники породжують значні психологічні складнощі пристосування до виробничих груп, низький темп діяльності, стресові стани тощо. Відсутність достатньої і кваліфікованої психологічної підтримки і пріоритет економічних цілей у сучасних організаціях зумовлюють низький темп професійного