Методологические аспекты изучения синдрома эмоционального выгорания у сотрудников ФПС ГПС МЧС России

Н.Н. Давледьянова
магистрант факультета психолого-педагогического
и специального образования ФГБОУ ВО
«Томский государственный педагогический университет»

Силовые и правоохранительные структуры Российской Федерации призваны обеспечить безопасность и стабильность российского общества, как внутри территории государства, так и за его пределами. Поэтому определения синдрома эмоционального выгорания, выявление причин и условий его появления и в дальнейшем проведение коррекционных мероприятий данного круга субъектов интересно как с теоретической так и с практической точки зрения.

Синдром эмоционального выгорания — представляет собой состояние эмоционального, умственного истощения, физического утомления, возникающее в результате хронического стресса на работе.

Выделяют три ключевых признака синдрома эмоционального выгорания:

1. предельное истощение;

2. отстраненность от работы (службы);

3. ощущение неэффективности и недостаточности своих достижений.

Исходя из специфики профессиональной деятельности при диагностировании синдрома эмоционального выгорания мною применялись следующие методики диагностирования:

1. Тест В. В, Бойко «Диагностика эмоционального выгорания».

2. Тест смысложизненных ориентации Д. А. Леонтьева.

3. Тест СР-45.

4. Тест FPI — Фрайбургский многофакторный личностный опросник.

(методика исследования личности).

В исследовании изучались проблемы эмоционального выгорания, проведенного среди сотрудников подразделения МЧС России. Изучено 100 действующих сотрудников в возрасте от 20 до 45 лет. Средний возраст — 34 года. Из общего числа сотрудников — 25 человек (25%) служит менее трех лет, а 10 человек (10%) менее одного года. 70 % респондентов непосредственно участвуют в действиях по тушению пожаров и проведению аварийно спасательных работ.

Неудовлетворенность прожитой частью жизни подтвердили 18% респондентов, однако 82% опрошенных прошлое способно придать смысл остатку жизни.

Локус контроля (Я — хозяин жизни) показал, что 60% респондентов представляют себя сильной личностью, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о смысле.

Примерно такие показатели «Локус контроля — жизнь или управляемость жизни». 56% респондентов убеждены в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь.

Таким образом, взятые мною вышеуказанные методики позволяют выявить признаки эмоционального выгорания у сотрудников специальных подразделений ФПС ГПС МЧС России.

Исходя из вышесказанного, необходимо проводить следующую профилактику и коррекционные мероприятия:

1. Проведение периодического тестирования.

2. Организация психологической подготовки.

3. Активизация наставничества в подразделениях, в том числе в отношении вновь принятых сотрудников.

4. Проведение профилактических бесед.

5. Выявление деструктивных элементов в коллективе.

6. Организация в каждой пожарной (спасательной части) комнаты психологической разгрузки.

7. Проведение коррекционных мероприятий.

Литература

1. Дутов В.И. О воздействии на людей опасных факторов пожара / В.И. Дутов, В.Н. Тимошенко// Безопасность людей на пожарах: СБ. науч.тр. — М.:ВНИИПО, 1980.
2. Кошкаров В.С. Влияние места несения службы и стажа работы на индивидуально-личностные особенности сотрудников пожарной охраны / В.С. Кошкаров, Н.Н. Щаблов // Научно-аналитический журнал Санкт-Петербургского университета ГПС МЧС России «Проблема управления рисками в техносфере», 2010-№ 4 (16).
3. Жигинас Н. Семке В. Я. Персонологический подход в консультировании кризисных состояний. Томск, 2012 244 с.