

Научная статья
УДК 159.9.07+316.6
<https://doi.org/10.24158/spp.2022.3.12>

Взаимосвязь эмоционального выгорания и психологического климата в коллективе работников железной дороги

Иван Викторович Малышев

Саратовский национальный исследовательский государственный университет
имени Н.Г. Чернышевского, Саратов, Россия, iv.999@list.ru, <https://orcid.org/0000-0002-3085-0861>

Аннотация. Статья посвящена проблеме эмоционального выгорания на примере работников, взаимодействующих в сложных современных стрессогенных условиях. Автор предполагает существование взаимосвязи между синдромом эмоционального выгорания и психологическим климатом в коллективе представителей железнодорожной отрасли. Анализируются данные эмпирического исследования, характеризующие корреляцию между показателями психологической атмосферы и симптомами эмоционального выгорания в производственной группе. Кроме того, результаты исследования подтвердили гипотезу о взаимосвязи уровня сплоченности в коллективе работников железной дороги и характеристик психологического климата. Применение результатов целесообразно в процессе психологического сопровождения и консультации специалистов, взаимодействующих в сложных условиях деятельности, а также при подготовке психокоррекционных программ по снижению риска выгорания, направленных на улучшение морально-психологической атмосферы в обозначенной профессиональной группе.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, коллектив работников железной дороги, морально-психологический климат

Для цитирования: Малышев И.В. Взаимосвязь эмоционального выгорания и психологического климата в коллективе работников железной дороги // Общество: социология, психология, педагогика. 2022. № 3. С. 86–89. <https://doi.org/10.24158/spp.2022.3.12>.

Original article

Relationship between emotional burnout and psychological climate in the team of railway workers

Ivan V. Malyshev

Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevskiy, Saratov, Russia,
iv.999@list.ru, <https://orcid.org/0000-0002-3085-0861>

Abstract. The article focuses on the problem of emotional burnout on the example of workers interacting in complex modern stressful conditions. The author supposes that there is a relationship between the burnout syndrome and the psychological climate in the railway workers' teams. The results of an empirical study characterizing the relationship between these phenomena are analyzed. The results of the study confirmed the hypothesis about the relationship between the level of cohesion in the team and the characteristics of the psychological atmosphere among railway workers. It is advisable to use the results in the process of psychological support and consulting of specialists interacting in difficult conditions, as well as in the preparation of psycho correctional programs to reduce the risk of burnout and aimed at improving the moral and psychological climate in a professional group.

Keywords: emotional burnout, collective of railway workers, moral and psychological climate

For citation: Malyshev, I.V. (2022) Relationship between emotional burnout and psychological climate in the team of railway workers. *Society: Sociology, Psychology, Pedagogics.* (3), 86–89. Available from: [doi:10.24158/spp.2022.3.12](https://doi.org/10.24158/spp.2022.3.12) (In Russian).

Профессиональная деятельность в сложных стрессогенных условиях сопряжена с повышенным риском формирования эмоционального выгорания. Поэтому данная проблематика не теряет актуальность и в XXI в., что создает предпосылки для новых исследований в этой области. Разрушительные изменения личности эмоционально выгорающих работников в трудовых коллективах заставляют исследователей искать новые подходы к решению этого вопроса.

Системно-диахронический подход, предполагающий всестороннее изучение личности в контексте современных социальных явлений в психологии, создает новые перспективы преодоления проблем в направлении социально-психологической адаптированности. По мнению

М.В. Григорьевой, эффективные взаимодействия в ходе успешной адаптации индивида формируют предпосылки к равновесию в системе «личность – среда» (2013). Не меньшее значение в усилении факторов антивыгорания и сведении к минимуму риска снижения адаптационных возможностей играет социальная активность личности, которая способствует успешной социализации (Шамянов, 2018).

Важная роль в исследованиях принадлежит изучению эмоционального выгорания в стрессогенных профессиях, где присутствуют повышенная экстремальность среды, негативные взаимодействия с социальным окружением (Малышев, 2016). Современные ученые анализируют результаты исследования зависимости эмоционального выгорания от ценностно-мотивационной сферы личности у служащих МЧС (Маркер, Карсакова, 2017). Также подчеркивается значимость изучения выгорания и личностных свойств специалистов в экстремальных условиях и специалистов помогающих профессий (Лечиева, Мансури, 2017). Зарубежные ученые выделяют факторы возникновения эмоционального выгорания у работников, взаимодействующих в сложных экстремальных условиях (Левицкая, 2013). Иностранные авторы, кроме влияния ролевых стрессоров на возникновение выгорания, отмечают и специфику профессиональной деятельности (Kwak, 2018).

Сегодня отрицательное воздействие стрессов на личность специалистов в нашей стране только возросло, что связано со сложной эпидемиологической обстановкой из-за COVID-19. Кроме того, в преддверии пандемии у жителей российских регионов отмечены депрессивные тенденции в виде высокого уровня рассеянной негативной напряженности (Петрова, Панушкин, 2018). Существенное значение в формировании синдрома выгорания имеют различные стрессогенные воздействия и факторы социальной среды, которые в условиях пандемии многократно усиливаются. Исходя из этого, целью нашего исследования является изучение взаимосвязи морально-психологического климата и эмоционального выгорания в коллективе работников железной дороги в контексте современной действительности.

При рассмотрении психологической атмосферы использованы методика оценки климата в коллективе А.Ф. Фидлера, опросник психологического климата В.В. Шпалинского, Э.Г. Шелеста, методика выявления групповой сплоченности К. Шихора. Для исследования эмоционального выгорания применена методика В.В. Бойко. При статистической обработке результатов задействован коэффициент корреляции К. Пирсона. Выборку испытуемых составили 74 работника РЖД в возрасте от 24 до 55 лет, средний возраст – 38,3 года, 56 % участников мужского пола.

На первом этапе исследования изучались составляющие и уровень эмоционального выгорания, психологическая атмосфера в коллективе железнодорожников. Обнаружена значительная часть специалистов (более 60 %) с разными проявлениями выгорания. Из этого числа 25 % имеют выраженные изменения по большинству признаков синдрома. Больше всего выгорающих в тех отделах, где отмечается низкая степень сплоченности и менее благоприятный психологический климат. Напротив, в коллективе, где морально-психологический климат благоприятный, присутствуют незначительные проявления синдрома выгорания, т. е. эмоциональное выгорание существенно незначительному количеству работников. В целом результаты дали основание для изучения взаимосвязи между явлениями и проведения корреляционного анализа.

После проверки на нормальность распределения корреляционный анализ показал наличие средних и умеренных зависимостей (уровень значимости $p < 0,01$ или $0,05$). В результате у работников железной дороги выявлены отрицательные связи между показателем сплоченности (коэффициентом К. Шихора) и симптомом «тревога и депрессия» ($r = -0,425$; $p = 0,034$), симптомом «эмоционально-нравственная дезориентация» ($r = -0,507$; $p = 0,010$), фазой «напряжение» ($r = -0,408$; $p = 0,043$), фазой «резистенция» ($r = -0,448$; $p = 0,025$). Следовательно, отсутствие оптимальной степени сплоченности в коллективе негативно влияет на адаптационный потенциал личности сотрудника и его возможности преодолеть стрессы. В связи с этим в симптоматике выгорающих специалистов фигурируют неудовлетворенность работой и собой, предпосылки для возникновения напряжения, которые приводят к личностной тревоге, разочарованию в себе и профессии. Отсутствие сплоченности в коллективе может обусловить формирование эмоционально-нравственной дезориентации, неадекватных реакций в отношениях с людьми.

Кроме этого, выявлены положительные взаимосвязи между признаком психологической атмосферы (методика А.Ф. Фидлера) «дружелюбие – враждебность» и показателями выгорания «неудовлетворенность собой» ($r = 0,506$; $p = 0,010$) и «эмоционально-нравственная дезориентация» ($r = 0,410$; $p = 0,042$). Отсутствие дружеских взаимоотношений в коллективе усиливает психотравмирующие воздействия, когда сотрудник начинает испытывать недовольство собой, своими обязанностями. В дальнейшем это приводит к изменениям в ценностной сфере, эмоционально-нравственно дезориентирует работника, в итоге во взаимоотношениях возникают безраз-

личие, черствость, конфликтность. В то же время неудовлетворенность собственным положением, эмоциональный дискомфорт выгорающих специалистов создают почву для конфликтной атмосферы внутри коллектива.

Обнаружены положительные корреляции между признаком психологической атмосферы «согласие – несогласие» и симптомами выгорания «неудовлетворенность собой» ($r = 0,557$; $p = 0,004$), «эмоционально-нравственная дезориентация» ($r = 0,491$; $p = 0,013$), «эмоциональная отстраненность» ($r = 0,419$; $p = 0,037$) и фазами «резистенция» ($r = 0,414$; $p = 0,040$), «истощение» ($r = 0,411$; $p = 0,041$). Отсутствие согласия внутри коллектива не только приводит к ранее описанным негативным изменениям в личности специалистов, но и полностью или частично исключает эмоции из многих составляющих профессии. Возникает своего рода эмоциональная защита, когда личность проявляет «эмоциональную бедность». Также положительные взаимосвязи выявлены между признаком психологической атмосферы «продуктивность – непродуктивность» и симптомами синдрома выгорания «неудовлетворенность собой» ($r = 0,489$; $p = 0,013$), «неадекватное избирательное эмоциональное реагирование» ($r = 0,427$; $p = 0,033$), «эмоционально-нравственная дезориентация» ($r = 0,639$; $p = 0,001$) и фазой «резистенция» ($r = 0,450$; $p = 0,024$). Здесь необходимо отметить, что ограничение эмоций в профессиональном общении, неудовлетворенность собой и другие негативные личностные трансформации создают помехи в профессиональной деятельности, действия в коллективе становятся контрпродуктивными.

Следующие корреляции выявлены между таким признаком психологической атмосферы, как «сотрудничество – несогласованность» и симптомами выгорания «неудовлетворенность собой» ($r = 0,576$; $p = 0,003$), «загнанность в клетку» ($r = 0,461$; $p = 0,020$), «тревога и депрессия» ($r = 0,526$; $p = 0,007$), «эмоциональная отстраненность» ($r = 0,486$; $p = 0,014$). Кроме того, установлена взаимосвязь между симптомом выгорания «неудовлетворенность собой» и признаком психологического климата «увлеченность – равнодушие» ($r = 0,412$; $p = 0,041$). Отсутствие сотрудничества в группе профессионалов, несогласованность в действиях, равнодушие к коллегам и работе, безразличие приводят к усилению развивающегося стресса, чувству безысходности, недовольству собой и профессией, выраженной эмоциональной защите, реагированию без эмоциональной составляющей.

Также обнаружены положительные корреляции между показателем психологического климата в производственной группе (В.В. Шпалинский и Э.Г. Шелест) и симптомами эмоционального выгорания «неудовлетворенность собой» ($r = 0,560$; $p = 0,003$), «эмоционально-нравственная дезориентация» ($r = 0,495$; $p = 0,012$). Полученные корреляции свидетельствуют о том, что климат в коллективе является одним из факторов эмоционального выгорания. Это заметно по практически полному исключению эмоциональной составляющей из профессионального взаимодействия специалистов, неудовлетворенности профессией и статусом, снижению моральной планки на ценностном уровне. Отмечается усиление выгорания на фоне негативного климата в коллективе.

В целом анализ корреляционных взаимосвязей свидетельствует о том, что общий показатель психологического климата в трудовом коллективе, большинство его составляющих (например, «сотрудничество – несогласованность», «дружелюбие – враждебность», «увлеченность – равнодушие» и т. д.), уровень сплоченности создают предпосылки для развития эмоционального выгорания (в случае негативных взаимоотношений в профессиональной группе) или, напротив, являются тормозящими факторами в формировании синдрома при положительной атмосфере в коллективе. Результаты исследования подтверждают взаимосвязь элементов психологического климата и синдрома эмоционального выгорания в профессиональной группе работников железной дороги. Таким образом, со стороны руководства и психологической службы необходимы постоянный мониторинг психологической атмосферы в коллективе, повышение качества психологического сопровождения железнодорожников. В целях улучшения взаимоотношений, увеличения степени сплоченности, устойчивости к длительным стрессам и профилактики выгорания в коллективе специалистов железной дороги требуется подготовка коррекционных программ. При этом возможно использование различных вариантов социально-психологического тренинга.

Список источников:

- Kwak H., McNeeley S., Kim S.-H. Emotional labor, role characteristics, and police officer burnout in South Korea: The mediating effect of emotional dissonance // *Police Quarterly*. 2018. Vol. 20, no. 1. P. 223–249. <https://doi.org/10.1177/1098611118757230>.
- Григорьева М.В. Диахронический подход к исследованию процессов социально-психологической адаптации личности // *Известия Саратовского университета. Новая серия. Сер.: Философия. Психология. Педагогика*. 2013. Т. 13, № 1. С. 54–58.
- Левицкая И.П. Факторы возникновения синдрома эмоционального выгорания у инспекторов органов государственного пожарного надзора МЧС Республики Беларусь // *Известия Гомельского государственного университета им. Ф. Скорины*. 2013. № 3 (78). С. 112–118.
- Лечева М.И., Мансури О.В. Особенности проявления синдрома эмоционального выгорания у лиц экстремальных и помогающих профессий // *Национальное здоровье*. 2017. № 3–4. С. 93–113.

Малышев И.В. Взаимосвязь адаптационной готовности личности и эмоционального выгорания у представителей стрессогенных профессий // Современные исследования социальных проблем. 2016. № 8 (64). С. 123–132.

Маркер А.В., Карсакова Е.В. Эмпирическое исследование взаимосвязи ценностных ориентаций и эмоционального выгорания у сотрудников противопожарной службы МЧС // Известия Иркутского государственного университета. Сер.: Психология. 2017. Т. 20. С. 21–31.

Петрова Е.А., Панушкин В.Г. Динамика психологического климата России в период с октября 2013 по июнь 2019 г. // Ученые записки Российского государственного социального университета. 2019. Т. 18, № 3 (152). С. 5–15. <https://doi.org/10.17922/2071-5323-2019-18-3-5-15>.

Шамионов Р.М. Социальная активность личности и группы: определение, структура и механизмы // Вестник Российского университета дружбы народов. Сер.: Психология и педагогика. 2018. Т. 15, № 4. С. 379–394. <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2018-15-4-379-394>.

References:

Grigoryeva, M.V. (2013) Diachronic approach to the study of the processes of social-psychological adaptation of personality. *Izvestiya of Saratov University. New Series. Series: Philosophy. Psychology. Pedagogy.* 13 (1), 54–58. (In Russian)

Kwak, H., McNeeley, S. & Kim, S.-H. (2018) Emotional labor, role characteristics, and police officer burnout in South Korea: The mediating effect of emotional dissonance. *Police Quarterly.* 21 (1), 223–249. Available from: doi:10.1177/1098611118757230.

Lechiyeva, M.I. & Mansuri, O.V. (2017) Features of manifestation of a syndrome of emotional burning out at persons of the extreme and helping professions. *National Health.* (3–4), 93–113. (In Russian)

Levitskaya, I.P. (2013) Factors leading to emotional burnout of the inspectors of the state fire supervision office of the ministry for emergency situations in the Republic of Belarus. *Proceedings of Francisk Scorina Gomel State University.* (3), 112–118. (In Russian)

Malyshev, I.V. (2016) Relation of personality's adaptative readiness and emotional burnout among representatives of stressful professions. *Russian Journal of Education and Psychology.* (8), 123–132. (In Russian)

Marker, A.V. & Karsakova, E.V. (2017) Empirical research of the interrelation of value system and burnout of the EMERCOM firefighting service officers. *The Bulletin of Irkutsk State University. Series: Psychology.* 20, 21–31. (In Russian)

Petrova, E.A. & Panushkin, V.G. (2019) Dynamics of psychological climate in Russian regions in the period from October 2013 to June 2019. *Scientific Notes of Russian State Social University.* 18 (3), 5–15. Available from: doi:10.17922/2071-5323-2019-18-3-5-15.

Shamionov, R.M. (2018) Social activity of personality and groups: definition, structure and mechanisms. *RUDN Journal of Psychology and Pedagogics.* 15 (4), 379–394. Available from: doi:10.22363/2313-1683-2018-15-4-379-394. (In Russian)

Информация об авторе

И.В. Малышев – кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогической психологии и психодиагностики, факультет психолого-педагогического и специального образования, Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского, Саратов, Россия.

https://www.elibrary.ru/author_items.asp?authorid=561228.

Information about the author

I.V. Malyshev – PhD in Psychology, Associate Professor, Department of Pedagogical Psychology and Psychodiagnostics, Faculty of Psychological-Pedagogical and Special Education, Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevskiy, Saratov, Russia.

https://www.elibrary.ru/author_items.asp?authorid=561228.

Статья поступила в редакцию / The article was submitted 14.01.2022;

Одобрена после рецензирования / Approved after reviewing 09.03.2022;

Принята к публикации / Accepted for publication 29.03.2022.