

*П'янківська Л. В., асистент кафедри педагогіки, психології, медичного та фармацевтичного права, Національна медична академія післядипломної освіти імені П. Л. Шупика
ORCID ID 0000-0001-9086-271X*

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СИНДРОМУ “ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ” У КУРСАНТІВ

У статті представлено результати дослідження синдрому “емоційного вигорання” у курсантів. Здійснено аналіз вираженості феномену вигорання та найбільш домінуючих його симптомів. Виявлено взаємозв'язки синдрому з соціально-демографічними характеристиками, індивідуально-типологічними особливостями, рівнем стійких функціональних станів та показниками життєстійкості.

Ключові слова: синдром “емоційного вигорання”, резистенція, виснаження, напруження, перенасичення, монотонія, життєстійкість.

В статті представлені результати дослідження синдрому “емоційного вигорання” у курсантів вищих навчальних закладів со специфічними умовами навчання системи МВС України. Розглядаються результати емпіричного аналізу стосовно вираженості феномену вигорання та найбільш домінуючих його симптомів. Виявлені зв'язки синдрому з соціально-демографічними характеристиками, індивідуально-типологічними особливостями, рівнем стійких функціональних станів та показниками життєстійкості у курсантів.

Ключевые слова: синдром “емоційного вигорання”, резистенция, истощение, напряжение, перенасыщение, монотония, жизнестойкость.

Постановка проблеми. Сучасні тенденції інтенсивного розвитку суспільства, період інтеграції України в європейський освітній простір, реформування Міністерства внутрішніх справ (далі – МВС) України потребують оновлення та вдосконалення системи відомчої освіти, пошуку ефективних шляхів і методів модернізації її змісту, активного запровадження освітніх інновацій та інформаційних технологій для якісної підготовки майбутніх офіцерів поліції. Разом з цим, ведення військових дій на Сході країни, загострення криміногенної ситуації в державі сприяють підвищенню вимог і до курсантів та їх відповідного рівня компетентностей.

Майбутні поліцейські з перших днів навчання у вищому закладі освіти зі специфічними умовами навчання, окрім здобуття фаху, проживання у військовому середовищі в умовах безперервного жорстокого контролю і регламентації поведінки, постійно залучаються до виконання завдань пов'язаних з охороною громадського порядку, профілактикою правопорушень тощо. Саме ці аспекти в повній мірі показують і окреслюють їм весь рівень складності та екстремальності майбутньої професійної діяльності.

Період становлення майбутнього офіцера формує професійний тип особистості поліцейського, а також сприяє

появі у нього певних деструктивних змін, зокрема симптоматики синдрому “емоційного вигорання”: втоми; цинічності; емоційного перенасичення спілкуванням з курсантами та офіцерами; емоційної відстороненості; зниження мотивації до навчальної та службової діяльності тощо.

З огляду на зазначене, емпіричне дослідження особливостей прояву синдрому “емоційного вигорання” у курсантів набуває актуальності в період професійного становлення особистості, тому що їх психологічне здоров'я є запорукою майбутньої професійної діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Ретельна увага проблематиці синдрому “емоційного вигорання” почала приділятися в другій половині ХХ століття зарубіжними та вітчизняними вченими. В більшості наукових джерел присвячених вивченню синдрому вигорання постає як феномен особистісної деструкції людини, являє собою багатовимірний конструкт та набір негативних психологічних переживань, пов'язаних з непомітною, тривалою, інтенсивною міжособистісною взаємодією, яка характеризується високою емоційною насиченістю.

Науковцями проводилися ґрунтовні дослідження змісту та структури феномену вигорання (Л. Карамушка, К. Маслач, В. Шауфелі); факторних моделей результативного та процесуального підходів

досліджуваного конструкту (А. Гарден, Н. Грїшина, Д. Дїрендонк, С. Джексон В. Франкл); симптоматики “емоційного вигорання” (Д. Енцманн, К. Маслач, С. Кахілл, О. Чабан) розробки психодіагностичного інструментарію (В. Бойко, К. Маслач, О. Рукавішніков); форми психологічного захисту (В. Бойко, В. Орел, О. Тїмченко); психологічної профїлактики синдрому (Н. Водоп’янова, Т. Зайчікова, Л. Карамушка).

В силових структурах та системі МВС України зокрема, проблематика синдрому “емоційного вигорання” відображена у працях: С. Безносова, Т. Кодлубовської, Н. Мілорадової, І. Моцонелїдзе, І. Слюсар, О. Тїмченка, С. Чижевського, О. Хайруліна. Вони досліджують особливості прояву та симптоматику даного синдрому у працівників поліції, його взаємозв’язок демографічними показниками та стажем професійної діяльності, але практично немає досліджень щодо особливостей синдрому “емоційного вигорання” у курсантів системи МВС України, що власне і спонукало нас до проведення теоретико-емпіричного дослідження.

Метою статті є аналіз особливостей прояву синдрому “емоційного вигорання” у курсантів та його зв’язку з соціально-демографічними характеристиками, індивідуально-типологічними якостями особистості.

Методи дослідження. Для досягнення мети нами використані методи аналізу, порівняння, узагальнення, що допомогли визначити та обґрунтувати особливості прояву “вигорання” у курсантів.

Комплексна оцінка рівня

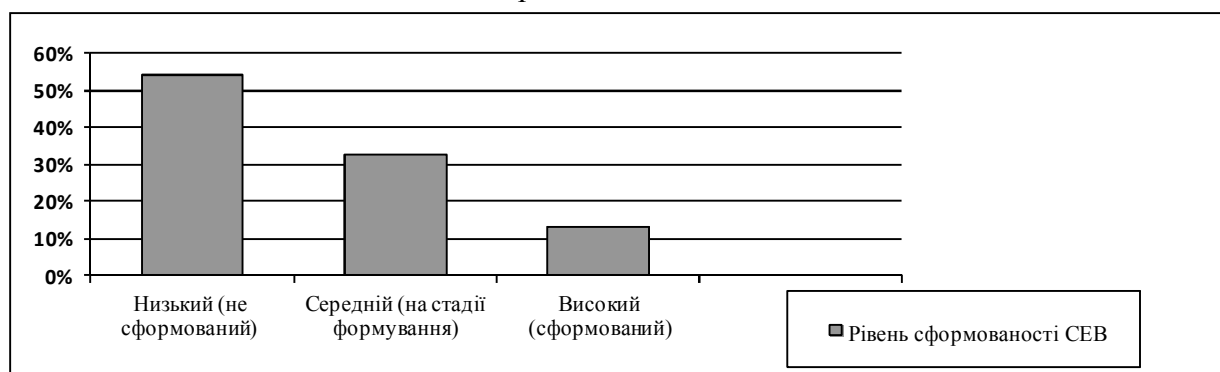


Рис. 1. Рівень сформованості синдрому емоційного вигорання у курсантів (%)

Подальший аналіз отриманих результатів засвідчує домінування у структурі вигорання досліджуваних фази “резистенція”, що сформована у 7,91 %

сформованості досліджуваного феномену у майбутніх офіцерів поліції проводилась за допомогою методики “Діагностика рівня емоційного вигорання” (В. Бойко), яка сприяла виявленню основних симптомів на різних стадіях протікання та рівнів досліджуваного феномену.

Для з’ясування провідних тенденцій особистості застосовано методику (ІТО – визначення індивідуально-типологічних властивостей) Л. Собчик. Методика життєстійкості С. Мадді, що адаптована Д. Леонтьєвим, допомогла виявити рівень життєстійкості та ефективність переборювання стресових ситуацій, а методика ДОРС О. Леонової, С. Величковської сприяла проведенню диференційованої оцінки стану зниження працездатності.

Для статистичної обробки даних використовувався кореляційний аналіз.

Виклад основного матеріалу. Дослідження синдрому “емоційного вигорання” у курсантів системи МВС України проводилось серед курсантів Національної академії внутрішніх справ. Обсяг вибірки склав 177 курсантів третього-п’ятого курсів навчання чоловічої статі у віці від 19 до 24 років.

За результатами дослідження виявлено, що синдром “емоційного вигорання” є сформованим у 13 % досліджуваних курсантів, знаходиться на стадії формування у 32,8 % осіб, а відсутній – у 54,2 %. Це значить, що у половини досліджуваних майбутніх офіцерів поліції запущений механізм формування феномену вигорання (рис. 1).

а у 22,03 % – формується. Тобто, поява тривожної напруги у майбутніх офіцерів сприяє формуванню протидії стресовим обставинам. Цим курсантам

властиві: вибірковість у міжособистісному спілкуванні (емоційна стриманість, байдужість та поверховість у виконанні поставлених завдань та соціального кола), прагнення до психологічного комфорту та усамітнення, зменшення емоційності у процесі здійснення освітньої діяльності та виконання службових обов'язків, а також – деяка обмеженість у спілкуванні з рідними та близькими. Таким чином, можемо підсумувати, що саме специфіка освітньої діяльності сприяє формуванню у них саме таких проявів психологічного захисту, протидії зовнішньому тиску та свідчить про наявність деякої соціальної незрілості.

З'ясовано, що фаза “виснаження” сформована у 1,12 % досліджуваних осіб, а у 9,03 % курсантів – знаходиться на стадії формування. Такі курсанти мають прояви зниженості енергетичного тону, послабленням нервової системи, частіше виражають негативні емоції або виключають їх зі сфери професійної

діяльності, що наносить шкоду самому суб'єкту діяльності. Отже, емоційний захист стає характерною особливістю курсанта.

Порівняно найменш вираженою є фаза “напруження”, що сформована у 1,69 % досліджуваних і формується у 6,2 % курсантів. На цій фазі майбутні офіцери поліції усвідомлюють основні психотравмуючі чинники власної діяльності та розуміють, що їх неможливо уникнути та змінити. Саме це впливає на збільшення накопиченню у них роздратування та обурення.

Встановлено, що домінуючими симптомами “емоційного вигорання” у курсантів є “неадекватне вибіркове емоційне реагування” (10,85 б.), “редукція професійних обов'язків” (8,18), “емоційно-моральна дезорієнтація” (7,58), що є складовими фази “резистенції”; “емоційної відстороненості” (8,32), “емоційного дефіциту” (6,10), які входять до фази “виснаження”. (рис. 2).

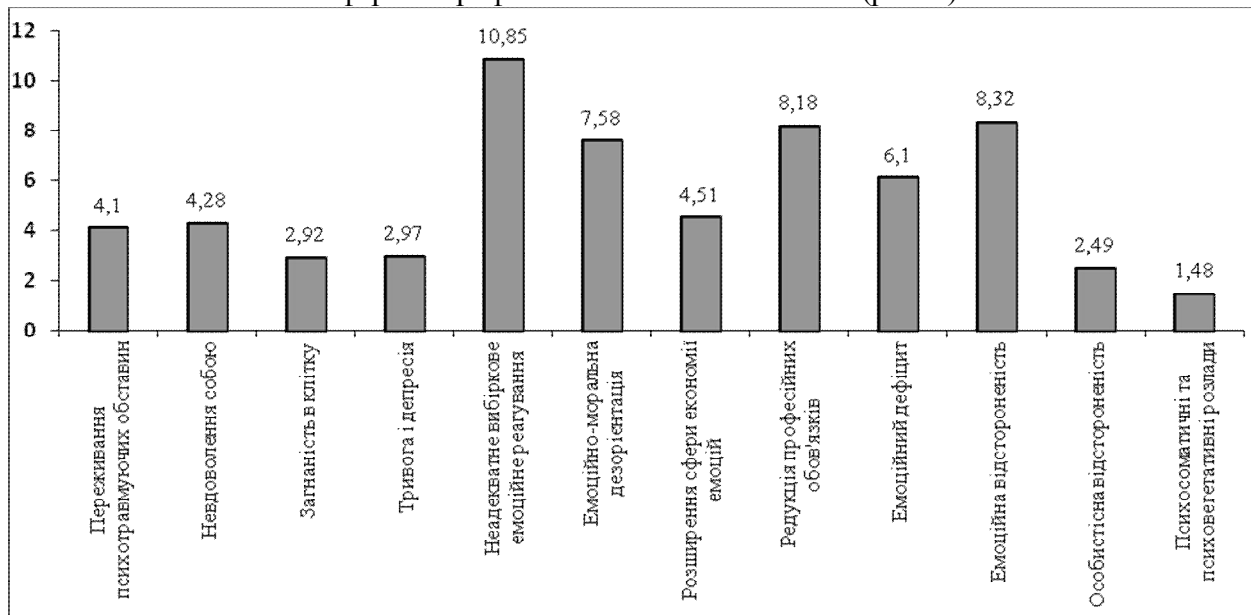


Рис. 2. Середні показники вираженості синдрому “емоційного вигорання” у курсантів

В структурі компонентів синдрому симптом “неадекватне та вибіркове емоційне реагування” формується у 46,3 % осіб, досліджуваних, у 34,46 % – симптом домінуючий, а у 18,64 % досліджуваних є сформованим. В ході здійснення службової діяльності зазначений симптом виступає набутим стереотипом професійної поведінки [2] і проявляється двояко: “розмитістю” сприйняття границі між економним проявом емоцій та вибірковим емоційним реагуванням [6]. Тобто курсанти навчилися обмежувати власний прояв емоцій при взаємодії з людьми, які

викликали раніше у них напруження або потребували додаткових проявів емоційності. Саме така реакція у професійному спілкуванні може сприйматися оточуючими як байдужість або зневажливе ставлення до їх особистості.

Серед досліджуваних курсантів симптом “емоційної відстороненості” у 29,94 % досліджуваних перебуває на стадії формування, у 7,91 % – сформований, а у 7,34 % курсантів є домінуючим. Цей симптом виражається у курсантів виключенням емоцій з професійної сфери та деякою емоційною відстороненістю від

соціуму. Тобто, майбутній офіцер поліції починає діяти “шаблонно” в навчальних та професійних ситуаціях без відповідних емоційних реакцій, хоча в інших сферах він живе повноцінним життям.

Встановлено, що симптом фази “виснаження” – “емоційний дефіцит” формується у 29,37% осіб, є сформований у 8,47% досліджуваних, а домінує – у 6,78%. Він виражається у курсантів зниженою здатністю до співчуття та співпереживання у професійному колі спілкування (однорупники, однокурсники, курсові офіцери та ін.), поступово появою дратівливості, цинічності, різкості, образливості по відношенню до оточуючих та зникненням позитивних емоцій.

“Редукція професійних обов’язків” знаходиться на стадії формування у 25,42% курсантів, домінує – у 14,69% осіб, а у 14,12% є сформованою. Цей показник характеризується виникненням відчуття у курсантів некомпетентності в діяльності, зневазі до себе, зниженням мотивації до діяльності та формальністю у виконанні професійних та навчальних завдань.

З’ясовано, що симптом “емоційно-моральна дезорієнтація” знаходиться на стадії формування у 22,60%, є

сформованим 9,60%, а у 7,61% яскраво вираженим. Зазначений показник є досить поширеним явищем у системі службових відносин. Він проявляється нівелюванням моральних норм та принципів курсантами. У міжособистісній взаємодії з однокурсниками, однорупниками мають місце випадки самооправдовування власних дій та вчинків. Таким чином, цей показник підтверджує тезу Т. Кодлубовської, про те, що “емоційно-моральна дезорієнтація” є моральним дефектом при наявності якого збільшується ймовірність зневаги до суб’єкта діяльності, проявляється холодність та байдужість до виконання власних обов’язків [4].

Проведене дослідження дало змогу проаналізувати зв’язок синдрому “емоційного вигорання” у курсантів рядом соціально-демографічних характеристик. Помітним є взаємозв’язок між курсом навчання та проявом трьох фаз досліджуваного феномену (табл. 1). Виявлено, що рівень зворотного кореляційного зв’язку між курсом та фазою “виснаження” становить -0,340 при $p \leq 0,01$. Аналогічний зв’язок встановлений між курсом і фазами “напруження” (-0,250) та “резистенції” (-0,226).

Таблиця 1

Взаємозв’язок між рівнем синдрому “емоційного вигорання” та соціально-демографічними показниками

Соціально-демографічні характеристики	Фази СЕВ		
	Напруження	Резистенція	Виснаження
Курс	-0,250**	-0,226**	-0,340**
Стаж	-0,129	-0,052	-0,211**
Вік	-0,133	-0,140	-0,184*

Примітки: ** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$

Поєднання освітньої діяльності та дотримання вимог служби є характерним для закладів вищої освіти зі специфічними умовами МВС України. Істотний вплив має і специфіка кожного курсу. Саме ці аспекти сприяють появі певного рівня конфліктності між особистістю курсанта та вимогами, що ставляться, які він істотно не зможе змінити. Таким чином, у кожного майбутнього офіцера протягом усього періоду навчання формується певний захисний стереотип поведінки, що накладає відбиток на його особистість.

Водночас, виявлений зворотний кореляційний зв’язок між фазою

“виснаження” та стажем служби (-0,211 при $p \leq 0,01$), віком курсанта (-0,184 при $p \leq 0,05$).

Розширений аналіз особливостей прояву симптоматики “вигорання” сприяє розкриттю його взаємозв’язку з соціально-демографічними характеристиками. Виявлено статистично значущі зворотні кореляційні зв’язки серед досліджуваних між курсом навчання та “емоційним дефіцитом” особистості (-0,536 при $p \leq 0,01$), “невдоволенням собою” (-0,352 при $p \leq 0,01$), “розширенням сфери економії емоцій” (-0,262 при $p \leq 0,01$), “емоційно-моральній дезорієнтації” (-0,253 при $p \leq 0,01$), “переживанням психотравмуючих обставин” (-0,154 при $p \leq 0,05$). Ці

результати є свідченням того, що особливості навчання на курсі сприяють появі емоційного спустошення у курсантів та зниженню продуктивності їх діяльності, які з часом можуть переходити в розчарування, що постійно переживаються через неможливість впливати на ці травмуючі фактори впливу. При таких обставинах майбутні офіцери намагаються знаходити підтримку поза межами навчального закладу: з батьками, родичами, друзями та іншими особами, які першими помічають прояви виснаження курсанта. З часом у них починають з'являтися негативні емоції при взаємодії з соціальним професійним середовищем, які усвідомлюються, але важко корегуються та спричиняють зростання негативних емоційних проявів.

Водночас наявні зворотні кореляційні зв'язки між стажем служби та “емоційним дефіцитом” особистості (-0,361 при $p \leq 0,01$) і “невдоволенням собою” (-0,260 при $p \leq 0,01$); віком та “емоційним дефіцитом” (-0,327 при $p \leq 0,01$), “невдоволенням собою” (-0,217 при $p \leq 0,01$) та “емоційно-моральною дезорієнтацією” (-0,196 при $p \leq 0,01$).

Отже, результати дослідження, показують, що поряд з набуттям певних освітніх та професійних компетентностей під час навчання, курсант отримує і певні негативні професійні впливи, що виражаються у зниженні енергетичного потенціалу, появи втоми, порушенні взаємин, проявах цинічності та поступовим відособленням від виконання професійних обов'язків.

За результатами психодіагностичного вивчення виділено три групи досліджуваних курсантів, в залежності від рівня

сформованості у них синдрому “емоційного вигорання”. Під час проведення аналізу результатів дотримувалися здійсненого поділу серед досліджуваних осіб: група, з низьким рівнем сформованості синдрому “емоційного вигорання” (далі – НР), група, у якій досліджуваний синдром формується (далі – СР) та група зі сформованим феноменом (далі – ВР).

За допомогою індивідуально-типологічного опитувальника ми отримали показники вираженості провідних тенденцій, визначили їх динаміку у досліджуваних осіб під впливом навчальної та службової діяльності і особливості впливу на формування феномену вигорання.

Результати дослідження показують, що у курсантів при формуванні синдрому простежується поступовий перехід від гармонійності до помірної вираженості певних типологічних особливостей, що може свідчити про появу акцентуованості за шкалами екстраверсія, спонтанність, ригідність, лабільність у курсантів трьох груп. При подальшому збільшенні цих показників можна говорити про тенденції до дезадаптованості у поведінці та формування вигорання.

Підвищення рівня синдрому “емоційного вигорання” сприяє зростанню показників агравації, агресивності, тривожності; зниженню проявів сенситивності та лабільності (рис. 3). Разом з цим, спостерігається динамічність показників екстраверсії, спонтанності, ригідності. На етапі формування синдрому “вигорання” відбувається їх зниження, а на етапі сформованості – зростання. Також наявна динамічність показника інтроверсії:

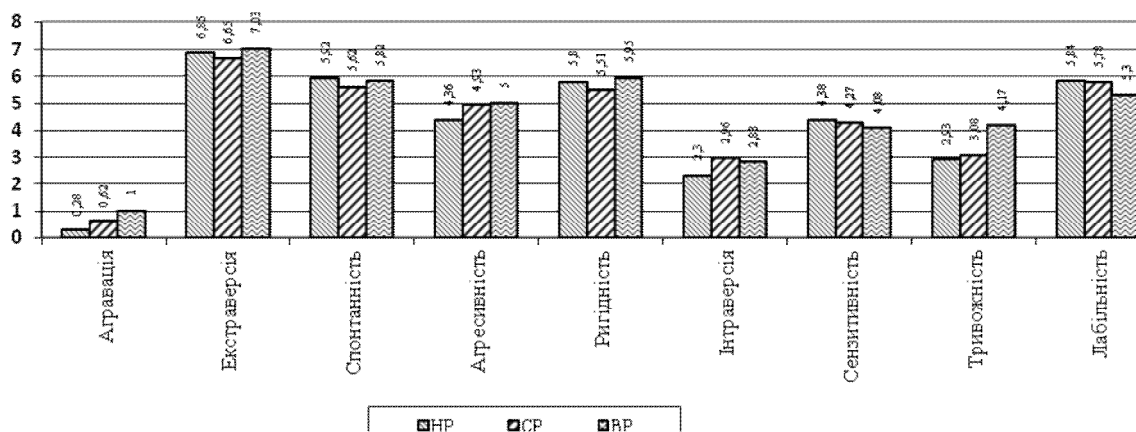


Рис. 3 Середні показники індивідуально-типологічних особливостей у курсантів з різними рівнями сформованості синдрому “емоційного вигорання”

За шкалою екстравертованості курсанти досліджуваних груп характеризуються впевненістю, достаньою комукабельністю, спрямованістю на взаємодію та здатністю вести за собою. Показники екстраверсії з лабільністю у поєднанні вказують на достаньо сформовані комунікативні навички у досліджуваних осіб. Разом з цим, при проявах синдрому ми маємо динаміку зростання показників екстраверсії та зниження лабільності в курсантів групи з високим рівнем вигорання. Це може свідчити, про формування певної нестійкості особистості досліджуваних при достаній соціабельності, виражатися зниженням самоконтролю поведінки та саморозвитку і підтверджувати появу симптоматики досліджуваного феномену.

За результатами порівняння видно наявну синусоїдність вираження інтроверсії (2,30; 2,96; 2,83) у досліджуваних групах, при цьому у курсантів спостерігається домінуючою тенденція до екстравертованості. У групах з середнім та високим рівнем синдрому вигорання наявне підвищення за шкалою інтраверсії, що свідчить про певне зростання внутрішньої напруги.

Ми бачимо, що у групі низьким рівнем сформованості феномену показники діади інтраверсії та ригідності характеризують певну комформність у поведінці та стійкість думок та поглядів. Показники трьох досліджуваних груп при поетапному формуванні синдрому “вигорання” вказують на їх діаметрально протилежне вираження, що може свідчити про тенденцію до некомфортних поведінкових проявів: відкидання загальноприйнятих правил та принципів та схильність до асоціальності.

Поєднання показників ригідності та агресивності характеризує прояв конфліктної чи безконфліктної поведінки. Як бачимо, у групі з низьким рівнем вигорання, в цілому, виражена безконфліктність поведінки курсантів. Порівнюючи показники групових досліджень, видно, що у групі високим рівнем (агресивність – 5,00 б.; ригідність – 5,95) наявне невелике підвищення балів за цими шкалами у порівнянні з групою низькою вираженістю синдрому (агресивність – 4,36 б.; ригідність – 5,80). Це свідчить, що при формуванні симптоматики “вигорання” поступово починають

проявлятися певні моменти конфліктності у взаємодії з соціальним середовищем, зокрема професійному.

Наявність виражених показників спонтанності та стеничності у досліджуваних можна віднести до спонтанно-стеничного типу особистості та охарактеризувати більше проявами рухової активності, що притаманне специфіці професії поліцейського та пов'язане з підвищеним навантаженням на людину.

Діаметрально до сензитивності відноситься спонтанність, яка разом з екстравертованістю і агресивністю формує сильний тип поведінки з чітко вираженими особливостями. У досліджуваних курсантів групові результати за показником спонтанності склали відповідно 5,92 б., 5,62 і 5,82, що проявляється у поведінці наполегливістю, прагненням до самореалізації та певною соціальною активністю. Разом з цим шкали тривожності та сензитивності сприяють збалансуванню чи нівелюванню таких поведінкових дій досліджуваних як: різкість, імпульсивність, асоціальність тощо. Але, як видно з рисунку, у досліджуваних групи з високим рівнем вигорання наявна динаміка на зростання тенденцій, що формують “сильний” тип поведінки і можуть сприяти формуванню досліджуваного феномену.

Показники тривожності групи з низьким рівнем вигорання складають 2,93 б., що загалом відповідає нормі. Для групи з високим проявом вигорання характерне підвищення показників за цією шкалою і складає 4,17 б., що свідчить про поступове підвищення переживань курсантами особливостей виконання освітніх та службових завдань і життєвих ситуацій. Слід акцентувати увагу на тому, що при подальшому збільшенні рівня тривожності можливий прояв її в дезадаптивній формі, що сприяє переходу у симптоматику феномену вигорання.

Отже, наші дослідження показують, що простежується найбільший взаємозв'язок синдрому “емоційного вигорання” з показниками характерологічних особливостей таких як: агравація, лабільність, тривожність, ригідність, агресивність, екстраверсія.

Середні значення за методикою “Діагностики станів зниженої працездатності” демонструють вищі

значення за шкалами індексів перенасичення, монотонії, втоми, стресу у досліджуваних з високим рівнем сформованості вигорання, у порівнянні з особами двох інших груп. У групі досліджуваних з високим рівнем синдрому найвищий ранг маємо за шкалою індексу перенасичення (22,43 б.), що ще раз підтверджує наше припущення про негативний вплив на досліджуваних курсантів надмірної кількості чинників службової діяльності. Разом з цим, інтенсивність та стереотипних виконання цих дій призводять до монотонії (20,69 б.) та супроводжується одноманітністю, втому, сонливістю та прагненням до зміни діяльності.

Отримані наші дослідження підтверджуються вивченням іспанських вчених, що такий прояв синдрому “емоційного вигорання” від перенасичення можна віднести до підтипу вигораючих, що пов’язане з емоційної вентиляцією, а до другого підтипу, – коли досліджуваний феномен виникає через нудьгу та відсутність власного саморозвитку [10].

Досліджуючи вираженість трансформаційних моделей особистості в групах курсантів виявлено, що у групі з високим рівнем сформованості синдрому “емоційного вигорання” (36,87 б.) показник життєстійкості істотно менший у порівнянні з групою з низьким рівнем (109,86). Тобто, при формуванні феномену знижується показник життєстійкості курсанта, як головний ресурс щодо відновлення внутрішній балансу особистості, який слугує мірою здатності витримувати навантаження та труднощі, в тому числі, й емоційного характеру [9]. Простежуються відмінності середніх значень за показником контроль (41,04; 18,81; 31,91) у всіх трьох досліджуваних групах. Це свідчить про деяку зневіру та розчарування в можливості справлятися з труднощами і нівелюванню бачення майбутньої перспективи, що сприяє виключенню необхідності планування власного життя через особливості організації службової діяльності і говорить про певну соціальну залежність та незрілість курсантів.

Також наявні динамічність прояву показників включеності та прийняття ризику в трьох досліджуваних групах. Зокрема, групі з середнім рівнем

сформованості синдрому (45,63; 18,81) вони знижені у порівнянні з групою з низьким рівнем (47,68; 21,13), а у групі з високим рівнем – мають істотне підвищення (84,78; 31,91). Ці результати ще раз підтверджують несформованість життєвої позиції курсантів, зниженої готовності діяти під впливом стрес-факторів, що залежать від впливу на них особливостей організації службової та освітньої діяльності.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Специфіка діяльності поліцейського, ще з курсантського середовища несе потенційні ризики розвитку синдрому “емоційного вигорання”. Виявлено, що у половини досліджуваних курсантів запущений механізм формування даного феномену.

Серед майбутніх правоохоронців домінуючою фазою у структурі синдрому “емоційного вигорання” є “резистенція” та її симптоми, що свідчить, про наявне вибіркоче спілкування у міжособистісній взаємодії, прагнення до усамітнення, спрощеному підході до виконання завдань, зниження енергопотенціалу та ресурсів у процесі діяльності.

З формуванням досліджуваного феномену у курсантів наявне зростання показників: “неадекватного вибіркового та емоційного реагування”, “емоційної відстороненості”, “емоційного дефіциту”, “редукції професійних досягнень”, “емоційно-моральної дезорієнтації”, “розширення сфери економії емоцій”, “переживання психотравмуючих обставин”.

У курсантів з високим рівнем синдрому “емоційного вигорання” наявне зниження стійких функціональних станів, життєстійкості, контролю, лабільності. Простежується підвищення шкал агравації, тривожності, ригідності, спонтанності, екстраверсії, обережності.

Специфіка службової та освітньої діяльності і навчання на курсі поряд з професійним зростанням майбутнього працівника поліції сприяє появі певного рівня конфліктності між особистістю та вимогами, що ставляться, через неможливість змін та є причиною деструктивних проявів особистості і виражається різноманітними проявами психологічного захисту.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розробці психопрофілактичних

Питання психології

заходів щодо психологічної профілактики синдрому “емоційного вигорання” у курсантів закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання системи МВС України.

Список використаних джерел

1. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / В. В. Бойко. – М. – 1996. – 472 с.
2. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания : диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – СПб. : Питер, 2005. – 336 с.
3. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.
4. Кодлубовська Т. Б. Аналіз особливостей прояву ознак професійного вигорання у співробітників правоохоронних органів / Т. Б. Кодлубовська. // Технології розвитку інтелекту, 2016. – № Vol 2, No 5(16) // Технології розвитку інтелекту : ел. наукометр. наук. фах. журнал Інс-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка, М. Л. Смутьсон. – Вип.17. – 2017. – URL: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/issue/archive.
5. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – М. : Смысл, 2006. – 63 с.
6. Міщенко М. С. Особливості дослідження синдрому емоційного вигорання за допомогою методики “Діагностики рівня емоційного вигорання” В. В. Бойко / М. С. Міщенко // Молодий вчений. – №4(19). – Херсон, 2015. – С. 103–106.
7. Орёл В. Е. Синдром психического выгорания личности. / В. Е. Орёл // Мифы и реальность – Х.: “Гуманитарный Центр”, 2014. – 296 с.
8. Собчик Л. Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. / Л. Н. Собчик. – СПб.: Издательство “Речь”, 2005. – 624 с.
9. Титаренко Т М., Ларіна Т. О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека URL: http://lib.iitta.gov.ua/9065/1/Zhiznestoykost_lichnosti.pdf
10. URL:<https://translate.google.com.ua/translate?hl=ru&sl=en&tl=ru&u=https%3A%2F%2Fwww.psychologicalscience.org%2Fnews%2Fminds-business%2Fburnout-comes-in-three-varieties.html&anno=2&sandbox=1>

References

1. Bojko V. V. Jenergiija jemocij v obshhenii: vzgljad na sebja i na drugih / V. V. Bojko. – М. – 1996. – 472 s.
2. Vodop'janova N. E., Starchenkova E. S. Sindrom vygoranija : diagnostika i profilaktika / N. E. Vodopjanova, E. S. Starchenkova. – SPb. : Piter, 2005. – 336 s.
3. Vodop'janova, N. E. Psihodiagnostika stressa / N. E. Vodopjanova. – SPb. : Piter, 2009. – 336 s.
4. Kodlubovska T. B. Analiz osoblyvostei proiavu oznak profesiinoho vyhorannia u spivrobotnykiv pravookhoronnykh orhaniv / T. B. Kodlubovska. // Tekhnolohii rozvytku intelektu, 2016. – № Vol 2, No 5(16) // Tekhnolohii rozvytku intelektu : el. nauko metr. nauk. fakh. zhurnal Ins-tu psykholohii im. H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy / Za red. S. D. Maksymenka, M. L. Smulson. – Vyp.17. – 2017. – URL: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/issue/archive.
5. Leont'ev D. A., Rasskazova E. I. Test zhiznestojkosti / D. A. Leont'ev, E. I. Rasskazova. – М. : Smysl, 2006. – 63 s.
6. Mishchenko M. S. Osoblyvosti doslidzhennia syndromu emotsiinoho vyhorannia za dopomohoiu metodyky “Diahno styky rivnia emotsiinoho vyhorannia” V. V. Boiko / M. S. Mishchenko // Molodyi vchenyi. – №4(19). – Kherson, 2015. – S. 103–106.
7. Orjol V. E. Sindrom psihicheskogo vygoranija lichnosti. / V. E. Orjol // Mify i real'nost' – H.: “Gumanitarnyj Centr”, 2014. – 296 s.
8. Sobchik L. N. Psihologija individual'nosti. Teorija i praktika psihodiagnostiki. / L. N. Sobchik. – SPb.: Izdatel'stvo “Rech'”, 2005. – 624 s.
9. Tytarenko T M., Larina T. O. Zhyttiistiikist osobystosti: sotsialna neobkhidnist ta bezpeka URL: http://lib.iitta.gov.ua/9065/1/Zhiznestoykost_lichnosti.pdf
10. URL:<https://translate.google.com.ua/translate?hl=ru&sl=en&tl=ru&u=https%3A%2F%2Fwww.psychologicalscience.org%2Fnews%2Fminds-business%2Fburnout-comes-in-three-varieties.html&anno=2&sandbox=1>

SUMMARY

Piankivska L. V., assistant of department

FEATURES OF THE MANIFESTATION OF THE SYNDROME OF "EMOTIONAL BURNOUT" IN CADETS

The article presents the results of the study of emotional burnout in cadets.

The aim of the work was to study the features of the manifestation of the syndrome of "emotional burnout" in cadets and their relationship with socio-demographic characteristics, individual and typological qualities of the individual.

A total assessment of the level of the syndrome of "emotional burnout" in 177 future police officers was carried out using the method "Diagnostics of the level of emotional burnout" (V. Boyko), which helped to identify the main symptoms at different stages of the course and levels of the phenomenon being studied. To identify: the leading personality trends, the technique (ITO - definition of individual-typological properties) L. Sobchik was applied; the level of vitality and the effectiveness of overcoming stressful situations - the technique of resilience S. Muddy (adapted by D. Leontiev); differentiation of the state of decline in working capacity - the method of DORS A. Leonova, S. Velichkovsky.

According to the results of the study, it was revealed that the syndrome of "emotional burnout" is formed in 13% of the studied cadets, is at the stage of formation in 32,8% of persons, and is absent - in 54,2%. This means that half of the future police officers under investigation have a mechanism for the formation of a burnout phenomenon.

The interrelations of the syndrome with socio-demographic characteristics, individual-typological features, the level of stable functional states and indices of viability in cadets have been revealed.

Differentiation of the examinees into groups depending on the severity of the burnout syndrome made it possible to establish that cadets with a high level of the syndrome of "emotional burnout" have a decrease in stable functional states, viability, control, lability. There is an increase in the scale of aggravation, anxiety, rigidity, spontaneity, extraversion, caution.

Specificity of the activity of a policeman, even with a cadet environment, carries potential risks of the syndrome of "emotional burnout". Among future law enforcers, the dominant phase in the structure of the syndrome of "emotional burnout" is "resistance" and its symptoms. They are expressed in selective communication in interpersonal interaction, the desire for solitude, a simplified approach to the fulfillment of tasks, a decrease in personal resources in the performance of activities.

Prospects for further research are seen in the development of psycho-preventive measures for the psychological prevention of the syndrome of "emotional burnout" among cadets in higher educational institutions with specific training conditions for the Ministry of Internal Affairs of Ukraine.

Key word: syndrome of "emotional burnout", resistance, exhaustion, stress, supersaturation, monotony, viability.