

3. Мовчан М. М. Осмислення феномена самотності як проблеми суспільного буття особистості. *Науково-теоретичний часопис Інституту філософії імені Г. С. Сковороди НАН України та Полтавського державного педагогічного університету імені В. Г. Короленка*. 2005. Вип. 13. URL: <http://dspace.puet.edu.ua/handle/123456789/4295> (дата звернення: 12.02.2020).

Отримано 20.02.2020



УДК 159.922.1-057.36

Аліна Романівна КОЖУШКО,

завідувач відділення психопрофілактики

та професійного психофізіологічного відбору

Центру психіатричної допомоги та професійного психофізіологічного відбору

Державної установи «Територіальне медичне об'єднання

Міністерства внутрішніх справ України по Харківській області»,

кандидат психологічних наук

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ

Діяльність працівників поліції протікає в умовах інтелектуальної, емоційної і фізичної напруженості, і її головними відмінними особливостями є: тривалість і нерівномірність робочих навантажень, наявність стресових ситуацій, підвищена ступінь ризику – все це призводить до емоційного вигорання та негативно впливає на здоров'я і ефективність діяльності. Так наявність маскуліності є основою формування активної життєвої позиції, цілеспрямованості, стійкості до стресу, проте при цьому знижується рівень емпатії в міжособистісному спілкуванні. Фемінність служить підвищенню чутливості, емоційності, емпатійності.

Психологічне благополуччя працівників поліції – одна з найбільш актуальних проблем сучасної соціальної психології. У зв'язку з цим велике значення набуває вивчення феномена емоційного вигорання – психологічного явища, який надає негативний вплив на здоров'я і ефективність діяльності працівників.

Специфіка представників даної професії полягає у великій кількості складних міжособистісних контактів, що вимагає від працівника значного особистісного внеску в щоденні професійні справи. Крім цього, велике значення має отримання від оточуючих необхідної зворотного зв'язку (наприклад, подяку, визнання, прояв поваги, інформація про зміни самопочуття або про нові плани, що стосуються подальшої ділової взаємодії).

Проблематика емоційного вигорання широко висвітлена в сучасній науковій літературі, але існують розбіжності у визначенні самої сутності цього явища. Вітчизняні автори (В. В. Бойко, Г. П. Филиппова та інші)

здебільшого розуміють вигорання як синдром емоційної дезадаптації внаслідок роботи [1, 3].

Закордонні ж дослідники (Х. Дж. Фрейденбергером, К. Черніс та інші) визначають вигорання як розлад особистості, або як стан організму, тобто тимчасове явище. Крім того, практично відсутні єдині психодіагностичні методики, кожна з них вимірює ті симптоми вигорання, які автор включає до цього синдрому, такі як переживання психотравмуючих обставин [1, с. 203].

У своїй роботі нами використано такі методики: методика «Маскулінності-фемінності» Сандри Бем; «Діагностика рівня емоційного вигорання» В. В. Бойко; «Діагностика професійного вигорання» К. Маслач, С. Джексон в модифікації Н. В. Водоп'янова і Е. А. Старченкова. Статистична перевірка відмінностей обчислювалася за допомогою непараметричного критерію Краскела-Уоллеса.

За результатами методики Сандри Бем було сформовано чотири групи випробовуваних: 1) маскулінні чоловіки; 2) андрогінні чоловіки; 3) андрогінні жінки; 4) фемінні жінки.

Статистично значимі відмінності в прояві емоційного вигорання виявлені:

1) на високому рівні значущості ($p < 0,01$) за шкалами «неадекватне виборче емоційне реагування», «розширення сфери економії емоцій», «редукція професійних обов'язків», «емоційне виснаження», «редукція особистих досягнень»;

2) на статистично значущому рівні ($p < 0,05$) за шкалами «особистісна відстороненість» і «деперсоналізація»;

3) на рівні статистичної тенденції ($p < 0,1$) за шкалами «емоційна відстороненість», «психосоматичні» і «психовегетативні».

Встановлено, що у фемінних жінок вищі бали за шкалами «неадекватне виборче емоційне реагування», «розширення сфери економії емоцій». Синдром вигорання проявляється частіше через тривогу і депресію, виникнення психосоматичних симптомів, емоційну відстороненість. Дана група жінок більш емоційні, чуйні, більш чутливі до негативних життєвих обставин, для них емоції пов'язані з міжособистісними відносинами.

Для маскулінних чоловіків характерна «редукція професійних обов'язків», «особистісна відстороненість», «економія емоцій». Так, реагуючи на стресові ситуації чоловіки, скорочують свою залученість в професійну сферу.

У групи з андрогінними характеристиками спостерігається загальне зниження вираженості емоційного вигорання. Значущих відмінностей між чоловіками і жінками не було виявлено. Це свідчить про змішаний тип реагування на стрес: андрогінні жінки частіше впадають в депресію, а чоловіки скорочують професійні обов'язки.

Показник фази «резистенція» значимо вище в фемінній вибірці ($p < 0,01$), що свідчить про те, що опір наростаючому стресу і формування захисту у жінок виражено більшою мірою. При цьому, найбільш суттєві відмінності за показниками симптому «розширення сфери економії емоцій», середні значення у працівників жіночої статі значно вище, ніж у чоловіків ($p < 0,01$). Тобто, саме жінки більшою мірою втомлюються від контактів на роботі і «економлять» свої емоції в спілкуванні з близькими, друзями та знайомими.

Високі бали чоловіків за значенням «деперсоналізація» пов'язані з тим, що у даної групи переважають інструментальні цінності, жінки ж більш емоційно чуйні і у них менше почуття відчуження. Як наслідок, в прояві ознак професійної деформації випробовуваних з різною гендерною ідентичністю можна виділити загальні та специфічні особливості.

Деформуючим фактором в процесі здійснення професійної діяльності схильні жінки, чим більше виражена фемінність, тим сильніше вираженість реагування на стрес. Вони мають меншу нервово-психічну стійкість до стресових ситуацій, в більшій мірі схильні до економії емоцій у міжособистісному спілкуванні і з плином часу в професійній діяльності все рідше проявляють позитивні емоції і все частіше – негативні.

Це пов'язано з біологічними відмінностями, так як стресостійкість – це більшою мірою фізіологічна характеристика, причому більш характерна для маскулінності. Так само має місце психологічний фактор: емоційність і схильність до емпатії, які з дитинства виховуються і стають «жіночими характеристиками» з одного боку і жінки витрачають більший емоційний ресурс в процесі роботи з людьми.

Таким чином, можна зробити висновок, що вираженість і прояви емоційного вигорання детерміновані характеристиками гендерної ідентичності: фемінністю і маскулінністю. Так наявність маскулінності (у чоловіків і андрогінних жінок) є основою формування активної життєвої позиції, цілеспрямованості, стійкості до стресу, проте при цьому знижується рівень емпатії в міжособистісному спілкуванні. Фемінність (у жінок і андрогінних чоловіків) служить підвищенню чутливості, емоційності, емпатійності. Більш адекватно і ефективно реагують на стрес працівники з врівноваженими характеристиками маскулінності і андрогінності.

Список бібліографічних посилань

1. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление. М. : Пер Сэ, 2006. 528 с.
2. Леонова А. Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса. *Вестник Московского государственного университета*. 2000. № 3. С. 69–71.
3. Бендас Т. В. Гендерная психология : учеб. пособие. СПб. : Питер, 2018. 431 с.

Отримано 24.02.2020

