

Грязнов Сергей Александрович

канд. пед. наук, доцент, декан

ФКОУ ВО «Самарский юридический институт ФСИН России»

г. Самара, Самарская область

ФАКТОР СНИЖЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА В ИСПРАВИТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

***Аннотация:** сотрудники исправительных учреждений играют важную роль в их функционировании, работая непосредственно с заключенными и неся ответственность за их содержание. Им необходимо работать в команде, демонстрировать внимание, самоконтроль, проактивное отношение, инициативу и способность преодолевать трудные ситуации. В статье рассмотрены общие причины, симптомы и последствия стресса для сотрудников исправительных учреждений, а также сделан акцент на развитии лидерских навыков как важнейшего фактора снижения профессионального стресса.*

***Ключевые слова:** профессиональный стресс, сотрудники уголовно-исполнительной системы, адаптация, психосоматика, кумулятивный стресс, эмоциональная работа, стрессоустойчивость.*

Термин «эмоциональный труд» впервые был использован одним из родоначальников социологии эмоций Арли Хохшильд в книге «Управляемое сердце: коммерциализация чувств» в 1983 году. Эта книга стала началом исследования феномена эмоционального труда в сфере профессиональной деятельности. Эмоциональный труд часто встречается в тех родах занятий и профессий, которым свойственны взаимодействие лицом-к-лицу. Во многом это касается социальной сферы, где работники побуждаются к изображению и переживанию «нужных» эмоций с целью воздействия на клиента [1].

Психологический стресс на работе – давно исследуемая тема. По данным Всемирной организации здравоохранения, более половины сотрудников в странах, считающихся промышленно развитыми, считают свою работу «психологически обременительной». Некоторые факторы имеют особо неблагоприятные

психологические последствия, например, изолированная, монотонная работа, требующая постоянной концентрации, сменная (ночная) работа и работа под угрозой насилия – в уголовно-исправительной системе. Психологический стресс и перегрузка выражаются нарушениями сна, симптомами выгорания и депрессиями.

Выделение конструкта профессионального стресса в последние годы представляет собой более комплексный подход, в котором подчеркиваются сочетание факторов профессионального стресса – их физиологические, психологические и поведенческие реакции.

Сотрудники исправительных учреждений потенциально подвергаются большому количеству факторов риска на рабочем месте. Они вносят вклад в общественную безопасность, активно поощряя и помогая правонарушителям стать законопослушными гражданами, а также несут ответственность за обеспечение безопасности и сохранности учреждения. Учитывая характер исправительных учреждений, организации, которые ими управляют, характеризуются строгой иерархией. Организационная структура исправлений и, как следствие, иерархические отношения между руководством и персоналом могут вызывать стресс и неудовлетворенность работой.

Статистика показывает, что у сотрудников исправительных учреждений больше случаев посттравматического стрессового расстройства, развития тяжелой депрессии и самоубийств. Во многом это может быть связано со стрессом в результате травмирующих событий и/или длительным кумулятивным стрессом.

Кумулятивный стресс подрывает уверенность, стойкость и способность сотрудников исправительных учреждений справляться с ситуацией. Каждый аспект работы, включая взаимодействие с заключенными, рабочую среду, может способствовать накоплению этого стресса [2].

Существуют четыре общие категории, которые охватывают причины стресса сотрудников исправительных учреждений. Важно отметить, что накапливаемый стресс влияет на людей по-разному.

На первом месте стоят причины, связанные с заключенными. Постоянная угроза насилия и необходимость поддерживать высокую ответственность в течение длительного времени могут привести к психологической напряженности. Усугубляет ситуацию – переполненность исправительных учреждений, что снижает качество обслуживания заключенных и поддерживает более высокий уровень девиантного поведения.

На втором месте – профессиональные причины. Работа в исправительных учреждениях отличается от других профессий. Сотрудники обычно находятся в замкнутом помещении все рабочее время (как правило, это график с ночными сменами), они ограничены, к примеру, в том, что не могут взять с собой мобильный телефон или покинуть объект в свой перерыв.

На третьем месте – организационные/административные причины. Разногласия с руководством оказывают сильное влияние на стресс среди сотрудников исправительных учреждений. Низкая оплата труда, отсутствие оценок производительности, также могут привести к нарастанию стресса.

Можно заметить некоторые расхождения в исследованиях в отношении влияния индивидуальных характеристик (пола, этнической принадлежности, возраста, уровня образования, опыта работы в исправительном учреждении) на уровень стресса. В любом случае потенциальные последствия неправильной адаптации будут ощутимы. Например, такой аспект, как «удовлетворенность работой», является более сильным предиктором, чем многие другие [3].

Симптомами накопленного стресса являются: неспособность сконцентрироваться; навязчивые размышления об инцидентах; потеря сна или аппетита; недостаток энергии; развитие цинизма, дистанцирование от друзей или семьи; отсутствие удовольствия от хобби; психосоматические (туннельное зрение, слуховое отключение, измененное чувство времени).

Стресс на сотрудников исправительных учреждений может оказывать как краткосрочное, так и долгосрочное негативное воздействие. При должной поддержке, политике и обучении, кумулятивный стресс можно вовремя выявить и эффективно с ним справляться.

Одним из важных факторов снижения профессионального стресса в исправительных учреждениях может стать развитие лидерских навыков. Рабочее место – одна из важнейших сред, влияющих на психическое и физическое здоровье людей. Персонал исправительных учреждений часто сталкивается с ролевыми конфликтами, пытаясь совместить свои обязанности по содержанию заключенных и «воспитательные» функции.

Кроме того, в тюремной среде персонал обычно менее уважаем, чем другие лица, работающие в сфере уголовного правосудия, такие как полицейские. Роль тюремного персонала в некоторой степени игнорируется или забывается обществом, отчасти из-за того, что общественность мало знает о тюрьмах и условиях работы в них. Эти факторы не только усиливают стресс, испытываемый персоналом, но и негативно влияют на удовлетворенность работой.

Лидерство влияет на индивидуальное благополучие любого работающего взрослого человека. Существенную роль лидерства связывают с рядом результатов психологических тестов профессионального здоровья: положительными результатами, такими как психологическое благополучие и климат безопасности в учреждении и отрицательными, включая стресс сотрудников, сердечно-сосудистые заболевания, несчастные случаи на рабочем месте (нападение заключенных), а также поведение, связанное со здоровьем, например, злоупотребление алкоголем и наркотиками.

Практически каждая переменная результата в области психологии профессионального здоровья эмпирически связана с организационным лидерством. Исследования показывают, что улучшение организационного лидерства ведет к повышению безопасности и благополучию сотрудников. Развитие лидерских качеств должно стать важной частью будущего образования и обучения сотрудников правоохранительных органов [4].

Таким образом, стресс оказывает огромное психологическое и физиологическое воздействие на сотрудников уголовно-исполнительной системы, их семьи, друзей, не говоря уже о разрушительных финансовых и операционных последствиях для всей правоохранительной системы. Эффективное руководство,

профессиональное обучение, личное развитие крайне важны для сохранения благополучия каждого сотрудника.

Такой сложный вопрос, как психическое благополучие, исследуемый в жесткой и вредной для здоровья среде – исправительных учреждениях, – следует рассматривать более тщательным образом.

Важно отметить, что профилактическая помощь и внимание к психическому здоровью сотрудников исправительных учреждений приносят пользу не только им самим, но и их семьям, заключенным, семьям заключенных и обществу в целом.

Список литературы

1. Харрис С. Приглашение в социологию эмоций [Текст]: учебник / С. Харрис; пер. с англ. О.А. Симоновой; Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики». – М.: Изд. дом Высшей школы экономики, 2020. – 224 с.

2. Гридчин А.А. Кумулятивный стресс как источник возникновения утомленности или усталости (2020) / А.А. Гридчин [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43354008> (дата обращения: 13.03.2021).

3. Пономарев С.Б. Профессиональный стресс у сотрудников учреждений уголовно-исполнительной системы (2018) / С.Б. Пономарев, О.А. Свидерский, А.А. Бурт [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36252802> (дата обращения: 13.03.2021).

4. Османов М.М. Направленность системы повышения квалификации на развитие лидерских качеств у сотрудников органов внутренних дел (2020) / М.М. Османов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/napravlennost-sistemy-povysheniya-kvalifikatsii-na-razvitie-liderskih-kachestv-u-sotrudnikov-organov-vnutrennih-del> (дата обращения: 13.03.2021).