Белоусов Максим Владимирович
канд. психол. наук, медицинский психолог, психоаналитик
АНО ДПО «Центр региональных социально-гуманитарных связей»
г. Воронеж, Воронежская область

ДИАГНОСТИКА УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ПОТРЕБНОСТЕЙ В ПОИСКЕ ПРИЧИН ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ЛИЧНОСТИ СУБЪЕКТА ТРУДА

Аннотация*: в статье приводятся результаты исследования диагностики потребностей при выборе сферы деятельности субъекта труда, полученные посредством применения новой авторской методики диагностики профессионального выгорания для выбора новой специальности. Обнаружены ключевые потребности субъекта труда в ситуации профессионального кризиса, которые были определены в качестве предикторов ошибочного профессионального самоопределения. Установлено, что представление о возможностях адекватного психологического сопровождения человека в ходе профессионального самоопределения и пересамоопределения, осуществление результативной коррекции планов дальнейшего карьерного развития на основании данных о причинах ошибок при выборе профессии – базируется на выявленных потребностях личности. Показано, что основной запрос трудящегося человека к психологу продиктован потерей мотивации, интереса к текущей профессиональной деятельности.*

Ключевые слова*: потребности личности, неудовлетворенность потребностей, профессиональное выгорание, профессиональный стресс, субъект труда, клиент, психологическое консультирование, профессиональное самоопределение.*

На данный момент времени, с учетом постоянно изменяющихся условий, научный и практический интерес к синдрому профессионального выгорания обозначивается все чаще. Подобное внимание со стороны исследователей обусловлено тем, что данный феномен является непосредственным проявлением всевозрастающих проблем, связанных с самочувствием работников, эффективностью их труда и стабильностью функционирования организации [8, с. 388].

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Несмотря на то, что практически вся деятельность организаций направлена на удовлетворение потребностей человека, на то, чтобы делать людей счастливым, по данным ВОЗ, уже свыше 45% населения не имеют возможности получать от жизни радость в следствие постоянной усталости, нервозности, апатии. В настоящее время, синдром эмоционального выгорания специалиста уже внесен в Международную классификацию болезней [5, с. 32].

В наиболее общем виде эмоциональное выгорание рассматривается как прогрессирующее, негативно окрашенное психологическое явление, характеризующееся психоэмоциональным истощением, развитием дисфункциональных установок и поведения, потерей профессиональной мотивации, проявляющееся в профессиональной деятельности у лиц, не страдающих психопатологией [4, с. 18].

В свою очередь, анализ зарубежной и отечественной литературы, с учетом систематических исследований в рамках различных научных подходов, относительно изучения профессионального выгорания позволяет заключить, что данный феномен является источником пагубных, не только психологических, но и экономических последствий. Так, профессиональное выгорание характеризуется ухудшением физического и психического здоровья субъекта труда, снижением мотивации, трудоспособности, производительности труда и потерей квалифицированных специалистов в различных организациях. Соответственно, одной из первостепенных задач психологии (в общем) и психологии труда (в частности) выступает детальное изучение данного феномена среди профессионалов разного рода сфер деятельности, а также разработка программ по его предупреждению и коррекции [7, с. 201].

Так, изучение этапов развития профессионального выгорания, в качестве динамического процесса приводит к выводу о том, что вероятность возникновения данного феномена наиболее высока в начале профессионального становления, как подтверждает анализ причин его возникновения, имеет прямое отношение к профессиональной готовности, совпадению личностных качеств специалиста требованиям профессии, его способности успешно осуществлять профессиональную деятельность [2, с. 64].

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Тем не менее, связь между профессиональным выгоранием и выбором новой специальности в науке проработана недостаточно основательно и требует углубленного изучения.

Внутренние конфликты (неудовлетворенные потребности) провоцируют развитие профессионального выгорания у личности и препятствуют конструктивному решению задач профессионального самоопределения, пересамоопределения и профессионального развития личности.

Исследование, в котором приняли участие 224 человека в возрастном диапазоне от 20 до 60 лет, среди которых 39% мужчин и 61% женщин, проводилось в государственных учреждениях и частных организациях, в том числе, в контексте психологического консультирования, с 2021 по 2022 год.

В целях установления причин профессионального выгорания, для выбора новой специальности профессионального пути субъекта труда, проводилась психодиагностика посредством применения авторского инструмента разработанного М.В. Белоусовым «Методика диагностики профессионального выгорания для выбора новой специальности «412» (МДПВ 412), выступавшего в качестве исследовательского инструмента и проходившего апробацию. Основанием для подобного названия методики послужила известная пользователям сети ошибка 412, результатом которой является отсутствие доступа к целевому ресурсу в связи с невыполнением определенного предварительного условия. Таким образом, название теста «412» направляет респондента к сути данной ошибки – неосуществимости достижения цели человека по причине невыполненных им изначально необходимых соответствующих условий. Создание теста обусловлено необходимостью выявления у личности ошибки «412», по содержанию тесно связанной с выбором профессии [1, с. 78].

В сравнении с уже имеющимися инструментами, преимущество данной методики – появление возможности анализа ошибочной мотивации в прошлом респондента. Не менее важно, что итогом тестирования открывается альтернативный путь профессионального становления человека, часто не осознающийся клиентом по причине наличия влияющих на его выбор ригидных установок.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Результаты исследования позволили заключить, что основополагающими потребностями личности, влияющими на выбор профессии, выступают некоторые из невротических потребностей, выделенных К. Хорни, а именно: в одобрении и принятии; в безопасности и руководящем партнере; во власти; в независимости; в жестких ограничениях; в восхищении собой; в контроле и превосходстве интеллекта; в эксплуатации людей; в превосходстве личных достижений [9, с. 136].

Названия потребностей сокращены для удобства восприятия и в соответствии с классификацией, нашедшей отражение в обозначенной ранее методике.

Выявленный у участников исследования перечень неудовлетворенных потребностей преимущественно равнозначен формулировкам классификации невротических потребностей, предложенной К. Хорни. Вместе с тем, в нем отсутствует потребность «в безупречности и неопровержимости (стремление быть морально непогрешимым, добродетельным и безупречным во всех отношениях)» [9, с. 138]. Подобная потребность не вошла в общий список, в связи с тем, что результаты предварительных опросов показали – она не входит в список причин, повлиявших на выбор профессиональной сферы деятельности участников исследования, даже с учетом ошибочности в какой-либо из периодов их жизненного пути. Так как данная потребность выявлена менее чем у 1% участников исследования, это позволило прийти к выводу о слабовыраженной значимости потребности в безупречности и неопровержимости, при определении субъектом труда его дальнейшей профессиональной сферы деятельности.

Также, в соответствии с полученными данными, у лиц, обратившихся за консультацией, выявлены все основополагающие невротические потребности, полагаем, как раз эта особенность их потребностно-мотивационной сферы оказывает значимое влияние на специфику личности субъекта труда. Ранее нами были определены и описаны типы клиентов, с учетом ситуации изменения траектории профессионального пути [1, с. 41].

Исследования показало, что для данной выборки преимущественно (25,1% – 21,3%) свойственна потребность в одобрении и похвале, свидетельствующая о чрезмерной зависимости респондентов от окружающих, не взирая на то,

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

как они сами к ним относятся. Следующая по значимости (15,1% – 13,1%), потребность в превосходстве личных достижений, демонстрирующая некие аспекты мировоззрения невротика, недостижимое стремление к совершенству, человеку просто необходимо ощущение собственного превосходства, как способ защиты от одиночества, привязанности. Далее, была выявлена (12% – 11,5%) потребность в защите (в руководящем партнере), обусловленная наличием внутренней уязвимости и незащищенности человека, ощущаемой им неполноценности, беспричинной убежденности в собственной никчемности. И потребность в независимости (12,1% – 11,2%) – говорящая о стремлении уберечь себя таким образом, от разного рода проблемных ситуаций, независимость является самоцелью. «Игнорируется тот факт, что ее ценность определяется тем, что человек с ней делает. Любая угроза попасть в зависимость будет вынуждать к эмоциональному уходу» [5, с. 140]. Повторное тестирование осуществлялось в рамках процедуры стандартизации методики.

Полученные данные указывают на то, что для респондентов характерны внутренние конфликты, препятствующие конструктивному решению задач профессионального самоопределения, пересамоопределения и профессионального развития. Исследование и анализ содержания консультаций позволил заключить, что феномен ошибочного выбора профессионального пути важно изучать в совокупности с потребностями личности, и их взаимосвязи. Установлено, что потребности личности, выступающие в качестве предмета психодиагностики, предоставляют возможность выявления наличия / отсутствия у субъекта труда маркеров невротизации. Как видим, неудовлетворенные потребности личности нуждаются в детальном анализе, также представляется важным исследование личностных особенностей субъекта труда. Обнаружено, что совокупность неудовлетворенных потребностей субъекта труда является предиктором ошибочных выборов человека, в контексте профессионального самоопределения или пересамоопределения, а ошибочный выбор профессиональной сферы обусловлен переживаниями личности, являющимися следствием неудовлетворенности собственных ожиданий. Так, привычную сферу деятельности приходится менять в связи

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

с эмоциональным выгоранием, потерей мотивации, интереса к профессиональной деятельности, и неустойчивостью общего психологического состояния, которое служит ключевой причиной обращения за психологической помощью. Таким образом, подобная психодиагностика позволяет выявить разного рода невротические потребности и степень их выраженности, что делает возможным создание адекватных оснований и условий для организации психологического сопровождения субъекта труда, при смене профессиональной сферы деятельности. В свою очередь, анализ практики консультирования показал следующее. Клиенты пережили стресс или переживают его на данном временном этапе. Им свойственны определенные невротические потребности, оказывающие влияние дальнейший выбор профессионального пути.

Вместе с тем, что особенно важно, исследование показало – разработанная нами и примененная методика диагностики профессионального выгорания для выбора новой специальности «412» (МДПВ 412) может быть эффективна не только отдельно взятой личности, но и быть полезной для руководителей различных компаний и организаций, в том числе для представителей эйчар, т. к. она позволяет выявить некую ошибочность возможного выбора сотрудника, который его осуществил и обнаружить, каким способом его можно направить в новое русло сферы деятельности с новой мотивацией, где он сможет наиболее эффективно себя реализовать.

Список литературы

1. Белоусов М.В. Типы клиентов в ситуации изменения траектории профессионального пути: анализ практики консультирования / М.В. Белоусов, Н.Н. Демиденко // International Journal of Medicine and Psychology. – 2022. – Т. 5. №6. – С. 77–82. – EDN NEDQFH.

2. Блинков А.Н. Профессиональное выгорание как следствие дефицита профессиональной готовности (на основе анализа научной литературы) / А.Н. Блинков, О.И. Лебединцева // Акмеология. – 2018. – №1 (65) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-vygoranie-kak-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

sledstvie-defitsita-professionalnoy-gotovnosti-na-osnove-analiza-nauchnoy-literatury (дата обращения: 03.02.2023).

3. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В.В. Бойко. – СПб.: Сударыня, 2000. – 32 с.

4. Влах Н.И. Эмоциональное выгорание у представителей «помогающих» профессий / Н.И. Влах // Психология. Психофизиология. – 2015. – №1 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-vygoranie-u-predstaviteley-pomogayuschih-professiy (дата обращения: 03.02.2023).

5. Елизарова А.Н. Концепции и методы психологической помощи: Альфред Адлер, Карен Хорни, Карл Густав Юнг, Роберто Ассаджиоли: учеб. пособ. / А.Н. Елизарова. – М.: Ось–89, 2007. – 160 с.

6. Кеся А. Синдром профессионального выгорания в профессиональной деятельности специалиста / А. Кеся, Т.Н. Субботина // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2021. – №6–2 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/sindrom-professionalnogo-vygoraniya-v-professionalnoy-deyatelnosti-spetsialista (дата обращения: 03.02.2023).

7. Клевцова Н.А. Синдром эмоционального выгорания в профессиональной деятельности специалиста / Н.А. Клевцова // Территория науки. – 2015. – №5 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/sindrom-emotsionalnogo-vygoraniya-v-professionalnoy-deyatelnosti-spetsialista (дата обращения: 03.02.2023).

8. Неруш Т.Г. Современное состояние и перспективы изучения проблемы профессионального выгорания в рамках системогенетического подхода / Т.Г. Неруш, Ю.П. Поваренков // Ярославский педагогический вестник. – 2013. – №3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennoe-sostoyanie-i-perspektivy-izucheniya-problemy-professionalnogo-vygoraniya-v-ramkah-sistemogeneticheskogo-podhoda (дата обращения: 08.02.2023).

9. Тастан Т.Р. «Профессиональное выгорание» – феномен в аспекте профессиональной деятельности / Т.Р. Тастан, Б.А. Шликбаева, Э.Н. Абдилманова //

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Психология XXI столетия: сб. по мат. ежегод. Конгресса (Ярославль, 27–29 октября 2017 года); Ярославск. гос. пед. ун-т им. К.Д. Ушинского; Ярославск. гос. ун-т им. П.Г. Демидова; Междунар. Академия Психол. Наук. – Ярославль: Ярославск. гос. пед. ун-т им. К.Д. Ушинского, 2017. – С. 388–393. – EDN YLKXWM.

10. Хорни К. Невротическая личность нашего времени: самоанализ / К. Хорни; пер. с англ., общ. ред. Г.В. Бурменской. – М.: Прогресс – Универс, 1993. – 480 с.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)