



# VIII ГЛОБАЛЬНАЯ НАУКА И ИННОВАЦИИ 2020: ЦЕНТРАЛЬНАЯ АЗИЯ

## МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ



НУР-СУЛТАН, КАЗАХСТАН  
ФЕВРАЛЬ, 2020



Объединение юридических лиц в форме ассоциации  
«Общенациональное движение «Бобек»  
Конгресс ученых Казахстана

ISSN 2664-2271



«GLOBAL SCIENCE AND INNOVATIONS 2020:  
CENTRAL ASIA»

№ 3(3). Февраль-март 2020  
Журнал основан в 2018 г.

I ТОМ

---

**ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:**

*Б.Е. Кумеков, академик НАН РК, д.ф.н.; Маслов Х.Б., PhD;*

**Заместители главного редактора:**

**Е. Ешим, Е. Абиев (Казахстан), Лю Дэмин (Китай),**

**Е.Л. Стычева, Т.Г. Борисов (Россия)**

---



Шкала *воспитательной конфронтации* в семье распределилась так: по 10 % – 5, 6, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 17. По 5 % – 7, 11. Мужчины расположились в середине диапазона.

Шкала *удовлетворённости отношениями ребенка с родителями*: 35 % – 19 баллов, 20 % – 17 баллов, 15 % – 18, 20, 22 баллов и 5 % – 21 балл. Высокие значения свидетельствуют о том, что родители удовлетворены отношениями с детьми, также прослеживается то, что мужчины менее удовлетворены отношениями с ребенком, чем женщины.

В результате исследования было выявлено, что большинство родителей удовлетворены своими взаимоотношениями с детьми. Вместе с тем, с процессом взросления ребенка, должно меняться и отношение к ребенку, родителям необходимо учитывать особенности возраста и процесс становления личности ребенка и менять свое отношение к нему. Родителям необходимо уделять внимание детям, чаще проводить с ними время с учетом предпочтений ребенка.

#### **Список использованных источников:**

1. Фомина Л. К. Понятие и типы детско-родительских отношений // Молодой учёный. – 2014, № 2 (61), С. 704–707.
2. Марковская И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. – Спб.: Речь, 2005, 150 с.

УДК 159.944:351.85.08

### **ФАКТОРЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У РАБОТНИКОВ КУЛЬТУРЫ**

**Панасюк Юлия Анатольевна**

Студентка 5 курса социально-педагогического факультета  
УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»  
Брест, Республика Беларусь  
Научный руководитель – Е.Н. Сидя, канд. психол. Наук

***Аннотация.** В данной статье раскрываются факторы эмоционального выгорания у работников культуры. Методологической основой исследования послужили научные труды известных отечественных и зарубежных педагогов и психологов. В исследовании использовали опросник «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В. В. Бойко.*

***Ключевые слова:** эмоциональное выгорание, работники культуры, творчество, социально-психологические факторы.*

Сравнительно недавно в зарубежной, а затем и отечественной литературе появилось понятие «эмоциональное выгорание». В последние годы эта тема стала одной из самых актуальных в мире психологической науки и практики.

В настоящее время проведено значительное количество многоплановых исследований различных видов стресса – стресс жизни, посттравматический, профессиональный стресс и др. Изучению механизмов адаптации организма к возмущающим факторам, то есть «стрессу», уделяется повышенное внимание с 20-х годов XX века.

Актуальность данной темы заключается в том, что современное общество невозможно представить без работников культуры. А работники культуры – это, как правило, люди творческих профессий, творчески одаренные личности. Но как отмечают ученые, изучавшие психологию творчества и личности (Я. А. Пономарев, Н. А. Бердяев, А. Маслоу, К. Роджерс



и др.), творчество часто является частью психического заболевания, и люди разных творческих профессий более склонны к определенным психическим расстройствам.

Художественный талант делает человека незащищенным; тревожность приводит к тому, что многие творческие люди страдают невротами, психической неустойчивостью, отклонениями в поведении. Эти люди очень хорошо знакомы с постоянным чувством беспокойства, потерей душевного равновесия, не удовлетворены своей личной жизнью и собой.

Все вышеперечисленные факторы свидетельствуют об актуальности и важности данной темы на современном этапе.

**Цель исследования:** определить социально-психологические факторы эмоционального выгорания у работников культуры.

Методологической основой исследования послужили научные труды известных отечественных и зарубежных педагогов и психологов.

Многие ученые считают, что личностные особенности намного больше влияют на развитие выгорания не только по сравнению с демографическими характеристиками, но и факторами рабочей среды. На данный момент можно утверждать, что чем больше человек лично включен в свою профессиональную деятельность, тем больше он подвержен синдрому выгорания.

Г. Фрейденберг в своих работах указывал на то, что состояние эмоционального выгорания развивается не у всех людей. Он выделял людей гуманных, эмпатичных, мягких, склонных к сочувствию, идеалистическому отношению к работе, вместе с тем неустойчивых, склонных к мечтаниям, одержимых навязчивыми идеями [2].

Исследователь К. Кондо выделяет адаптивность в разрешении стрессовых ситуаций как важное качество личности. Наиболее уязвимые, с его точки зрения, те, кто реагирует на стрессы агрессивно, несдержанно, поддаваясь соперничеству. Неспособность достичь цели или желаемого становится для таких людей очень сильным стрессогенным фактором и приводит, как правило, к чувству подавленности и уныния [2].

В.В. Бойко выделяет следующие личностные факторы, способствующие развитию синдрома эмоционального выгорания:

- склонность к эмоциональной холодности;
- слабая мотивация эмоциональной отдачи в профессиональной деятельности;
- склонность к интенсивному переживанию негативных обстоятельств профессиональной деятельности [1].

Для реализации поставленной цели мы провели исследование, в котором приняли участие 30 работников культуры. В исследовании использовали опросник «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В. В. Бойко.

Методика состоит из 84 суждений, которые позволяют диагностировать ведущие симптомы «эмоционального выгорания» и определить, к какой фазе развития стресса они относятся: «напряжения», «резистенции», «истощения».

По смысловому содержанию и количественным показателям, подсчитанными для разных фаз формирования синдрома «выгорания», можно дать характеристику личности, оценить адекватность эмоционального реагирования в конфликтной ситуации, наметить индивидуальные меры. Каждая фаза стресса, диагностируется на основе характерных для нее симптомов

Показатели, полученные в ходе эмпирического исследования данной фазы, свидетельствует нам о несформированности фазы «**Напряжение**» у группы исследуемых. Но если рассматривать каждый симптом в отдельности, то можно отметить, что по результатам опроса складывается I симптом «Переживание психотравмирующих обстоятельств», свидетельствующий о проявлении усиливающегося осознания психотравмирующих факторов профессиональной деятельности.



По данным показателям фазы «**Резистенция**» можно рассмотреть складывающийся симптом у работников культуры, что свидетельствует о сопротивлении нарастающему стрессу. Особенно видно в результатах «симптомов» I, III, IV:

I. Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование. Наблюдается в случаях, когда профессионал перестает улавливать разницу между экономичным проявлением эмоций и неадекватным эмоциональным реагированием.

III. Расширение сферы экономии эмоций – может проявляться вне профессиональной деятельности: дома, в общении со знакомыми, друзьями. На работе специалисты устают от контактов, разговоров, что уже придя домой, нет сил общаться даже с близкими.

IV. Редукция профессиональных обязанностей – обнаруживается в попытках облегчить или сократить обязанности, которые требуют эмоциональных затрат.

Фаза «Истощение» характеризуется как более или менее выраженное падение тонуса и ослабленность нервной системы, которая проявляется в симптомах: эмоциональный дефицит, эмоциональная отстраненность, личностная отстраненность (деперсонализация), психосоматические и психовегетативные нарушения.

На основе полученных данных мы выявлено, что по всем показателям фаза не сформировалась, симптомы не выявлены, что свидетельствует о нормальном функционировании нервной системы испытуемых.

Таким образом, исследование показало, что работники культуры являются подверженными эмоциональному выгоранию. Можно предположить, что это «издержки» профессиональной творческой деятельности – подготовка и проведение областных, международных, республиканских мероприятий, часто с участием главы области и государства, повышает ответственность, а значит увеличивает уровень стресса. Выступление работников культуры в качестве сценаристов, режиссёров, ведущих, артистов, вокалистов – все это требует наибольшего эмоционального напряжения, переживания. Помимо творческой деятельности, сотрудники занимаются административными, регулирующими, организационными делами, что тоже требует от них профессионализма, соответствующей компетенции. Иногда ненормированный график работы, работа сверхурочно, влечёт за собой переутомление, приводит к стрессу и ухудшению здоровья, повышается риск заболевания нервной системы.

По мнению специалистов, в сфере «выгорания» любые изменения затрагивают различные стороны трудового процесса (профессиональную деятельность, профессиональное общение, профессиональную личность), последствия которых существенно проявляются в личной жизни человека, его взаимодействии с другими людьми и в других ситуациях его жизни. В результате возникают нарушения, ухудшение (деформация) в профессиональной деятельности, снижается производительность и качество труда.

В связи с вышеизложенным расширяется потребность в разработке профилактических мероприятий с целью оказания помощи «выгорающим» работникам культуры. Это является достаточно важным делом для сохранения кадрового потенциала любой организации.

#### **Список использованных источников:**

1. Бойко В. В., Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении – СПб. : Сударыня, 2009, 278 с.
2. Молокоедов А. В., Слободчиков И. М., Удовик С. В. Эмоциональное выгорание в профессиональной деятельности. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: – <https://iknigi.net/avtor-sergey-udovik/162822-emocionalnoe-vygoranie-v-professionalnoy-deyatelnosti-sergey-udovik/read/page-2.html>. – Дата доступа : 20.02.2020.